



রোগী এবং শুরুরকারীর শিক্ষা

পেরাসেট্ট ক্যান্সারের জনস্ব MSK Precise® রেডিয়েশন থেরাপিতে অন্তর্ পরস্তুতির দ্রুত নিদর্শিকা

এই তথ্যটি আপনাকে পেরাসেট্ট ক্যান্সারের জনস্ব আপনার MSK Precise রেডিয়েশন থেরাপির আগে এবং চলাকালীন কীভাবে অন্তর্ পরস্তুতি (বাওয়েল পেরপ) করতে হবে তা বুঝতে সাহায্য করবে।

আপনার সিমুলেশনের ৩ দিন আগে

তারিখ: _____

- সকালের নাশতার পরে এবং রাতের খাবারের পরে ২টি (প্রতিটি ১২৫ মি.গরা.) সিমিথিকন (Gas-X®) ট্যাবলেট খাওয়া শুরু করুন। এগুলো প্রতিদিন নিন।
- রাতে ১টি (৫ মি.গরা.) বিসাকোডিল (Dulcolax®) ট্যাবলেট খাওয়া শুরু করুন। এটি প্রতিরাতে নিন।

এটি আপনার রেডিয়েশন থেরাপির আগে, চলাকালীন এবং পরে কীভাবে নিজের যত্ন নেবেন তাও ব্যাখ্যা করে।

আপনার কেয়ার টিম আপনার চিকিৎসার পরিকল্পনা তৈরি করার সময় সিমিথিকন এবং বিসাকোডিল ট্যাবলেট নেওয়া বন্ধ করলেও সমস্যা নেই।

আপনার পরথম রেডিযেশন চিকিৎসার ৩ দিন আগে

তারিখ: _____

- পর্তিদিন সকালের নাশতার পরে এবং রাতের খাবারের পরে ২টি (পর্তিটি ১২৫ মি.গরা.) সিমিথিকন (Gas-X) টযাবলেট আবার খাওয়া শুরু করুন।
- পর্তিদিন রাতে ১টি (৫ মি.গরা.) বিসাকোডিল (Dulcolax) টযাবলেট আবার খাওয়া শুরু করুন।

আপনি রেডিযেশন থেরাপি শেষ না করা পযরন্ত পর্তিদিন সিমিথিকন (গযাস-এক্স) এবং বিসাকোডিল (ডুলকোলযাক্স) নিন। যদি আপনার কেযার টিম আপনাকে অনয্ কোনো নিদের্শনা দেয, তবে সেগুলো অনুসরণ করুন।

আপনার রেডিযেশন থেরাপির সময়

- আপনার রেডিযেশন চিকিৎসার অযাপযেন্টমেন্টের ১ ঘণ্টার মধ্যে মলতযাগ করার চেষ্টা করুন। উদাহরণসব্রূপ, যদি আপনার অযাপযেন্টমেন্ট সকাল ৯টায় হয়, তবে ৮টা থেকে অযাপযেন্টমেন্ট যাওয়ার সময় পযরন্ত মলতযাগ করার চেষ্টা করুন। যদি আপনার অযাপযেন্টমেন্ট পৌঁছাতে ১ ঘণ্টার বেশি সময় লাগে, তবে কী করতে হবে তা আপনার কেযার টিমকে জিজ্ঞাসা করুন।
- যদি আপনার অযাপযেন্টমেন্টের ১ ঘণ্টার মধ্যে মলতযাগ না হয়ে থাকে:
 - অযাপযেন্টমেন্ট যাওয়ার আগে নিজেই একটি সযালাইন এনিমা নিন।

- এনিমা নেওয়ার পরে কঠিন খাবার খাওয়া থেকে বিরত থাকুন। শুধুমাত্র সব্চ্ছ তরল পান করুন, যেমন পানি, সব্চ্ছ সেপাটরস ডিরংক (যেমন গ্যাটোরে) এবং সব্চ্ছ ফলের রস।

যদি ডায়রিয়া শুরু হয়, তবে আপনার কেয়ার টিমকে জানান। আমরা আপনাকে আপনার বিসাকোডিলের ডোজ সমনব্য় করতে সাহায্ করতে পারি।

যদি আপনি এই নির্দেশনা অনুসরণ করেও পর্তিটি চিকিৎসার আগে মলত্যাগ করতে না পারেন, তবে আপনার কেয়ার টিমকে জানান। আমরা আপনার মলত্যাগ পর্স্তুতি সমনব্য় করতে পারি যাতে আপনার জনয্ যা আরও ভালো কাজ করে তা খুঁজে পাওয়া যায়।

সহায়ক স্মরণীয় বিষয়সমূহ

গ্যাস এবং ফোলাভাব কমানোর জনয্:

- ধীরে ধীরে খান, খাবার ভালোভাবে চিবিয়ে খান, এবং পানির খোঁচা বয্বহার বা বোতল ও কয্ন্ থেকে সরাসরি পান করা এড়িয়ে চলুন। এটি আপনাকে বাতাস গিলে ফেলা এড়াতে সাহায্ করবে।
- সেল্টজার, সোডা এবং বিয়ার-এর মতো কাবর্নেটেড পানীয় এড়িয়ে চলুন।
- হজমের সময় যেসব খাবার ও পানীয় থেকে গ্যাস তৈরি হয়, সেগুলো সীমিত করুন। উদাহরণ হিসেবে বর্কলি, বর্সেলস স্পর্আউট, বাঁধাকপি, ফুলকপি, কেল শাক, পেঁয়াজ, রসুন, শুকনো ফল এবং আপনি যদি লয্াকটোজ সহ্ করতে না পারেন তবে দুধ ও দুগ্ধজাত খাবার অন্তর্ভুক্ত। সম্পূর্ণ তালিকার জনয্

[bXNrLW5vZGUtbGluazogMTEyMTUz]-এ থাকা “ফাঁপা ভাব কমানোর জনয্ খাদয্ নিদেৰ্শিকা” অংশটি পড়ুন।

- কাঁচা সবজির পরিবর্তে রান্না করা সবজি বাঁছাই করুন।

মূতৰ্খলি পূর্ণ করতে সাহাযেয্ৰ জনয্:

- পয্ৰাপ্ত জল পান করে হাইডেৰ্টেড থাকা গুরুতব্পূর্ণ। অধিকাংশ মানুষের জনয্ তাদের সিমুলেশন এবং রেডিযেশন চিকিৎসার জনয্ সব্সিতদায়কভাবে পূর্ণ মূতৰ্খলি থাকা পৰ্যোজন।
- আমরা সুপারিশ করি যে আপনার অয্পযেন্টমেন্টের আগে পৰ্তিদিন পৰ্য ৬৪ আউন্স (৮ কাপ) পানি পান করুন, যদি না অনয্ কোনো সব্স্থয্সেবা পৰ্দানকারী আপনাকে পানীয়ের পরিমাণ সীমিত করার পরামশর্ দিয়েছেন।
- আপনার রেডিযেশন থেরাপিস্ট আপনার সিমুলেশন অয্পযেন্টমেন্টের সময় আপনাকে আরও নিদেৰ্শনা দেবেন।

যোগাযোগের তথয্

আপনার কোনো পরশ্ন বা উদেব্গ থাকলে আপনার রেডিয়েশন থেরাপি দলের একজন সদসেয়্ৰ সাথে যোগাযোগ করুন। আপনি তাদের সাথে সোমবার থেকে শুকরবার সকাল 9:00 টা থেকে বিকেল 5:00 টা পযরন্ত এই নমব্ৰগুলোতে যোগাযোগ করতে পারবেন।

রেডিয়েশন অনকোলজিস্ট: _____

ফোন নমব্ৰ: _____

রেডিয়েশন নাসর্: _____

ফোন নমব্ৰ: _____

এই সমযের বাইরে, আপনি একটি বাতর্ রেখে যেতে পারেন বা অনয্ একজন MSK পর্দানকারীর সাথে কথা বলতে পারেন। কলে সবর্দা একজন ডাক্তার বা নাসর্কে পাবেন। আপনি যদি আপনার সব্স্থসেবা পর্দানকারীর সাথে কিভাবে যোগাযোগ করবেন তা নিশ্চিত না হন, তাহলে 212-639-2000নমব্ৰে কল করুন।

আরো রিসোসের্ জনয্ www.mskcc.org/pe-এ ভিজিট করে আমাদের ভাচুর্য়াল লাইবের্রি দেখুন।

Bowel Prep Quick Guide: MSK Precise® Radiation Therapy for Prostate Cancer - Last updated on February 6, 2026

Memorial Sloan Kettering Cancer Center কত্ৰ্ক সবর্সব্তব্ সংরক্শিত