Memorial Sloan Kettering Cancer Center

દદીર્ અને સંભાળદાતા શિક્ષણ

લીમ્ફોમા માટે તમારી કિમોથેરાપી સારવાર વિશે

આ માહિતીપતર્ક MSK ખાતે લિમ્ફોમા માટે કીમોથેરાપી (કીમો) સારવાર શરૂ કરતી વખતે તમારે શું જાણવું જોઈએ તે સમજાવે છે. તે સમજાવે છે કે તમારી સારવાર દરમિયાન તમારા આરોગ્યસંભાળ પર્દાતાને ક્યારે સંપકર્ કરવો અને કઈ બાબતો ટાળવી.

તમારી નસર્ તમને તમારી કિમોથેરાપી સારવાર વિશે માહિતી આપશે. આમાં તમને કઈ દવા આપવામાં આવશે અને તમારી સારવાર દરમિયાન તમને કઈ આડઅસરો થઈ શકે તેની માહિતીનો પણ સમાવેશ થાય છે. વધુ જાણવા માટે *Managing Your Chemotherapy Side Effects* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/managing-your-chemotherapy-side-effects) વાંચો.

કીમોથેરાપી દરમિયાન શું ટાળવું

કેટલીક રસીઓ લેતી વખતે

એવી કેટલીક રસીઓ છે જે તમારે તમારી સારવાર દરમિયાન ન લેવી જોઈએ, જેમ કે લાઈવ રસીઓ. પરંતુ અન્ય એવી રસીઓ પણ છે જે તમારા આરોગ્યસંભાળ પર્દાતા તમને લેવા માટે ભલામણ કરશે, જેમ કે ઈન્ફ્લુએન્ઝા (ફ્લૂ) અથવા ન્યુમોવેક્સ ®(ન્યુમોનિયા) રસીઓ. જો તમારે રસી લેવાની જરૂર હોય, તો તમારે કીમોથેરાપી શરૂ કરતા પહેલા તે લેવી જોઈએ.

પહેલા તમારા આરોગ્યસંભાળ પર્દાતા સાથે વાત કરો જો:

- તમે COVID-19 રસી લેવા માંગતા હો.
- તમે એવી કોઈ વ્યક્તિને જાણતા હો કે જેણે તાજેતરમાં જીવંત રસી (જેમ કે રોટાવાયરસ અથવા ચિકનપોક્સની રસી) લીધી હોય. આ વ્યક્તિની નજીક રહેવું તમારા માટે યોગ્ય છે કે નહીં તે અંગે તમારા આરોગ્યસંભાળ પર્દાતાને પૂછો.

અમુક દવાઓ, વિટામિન અને પૂરક લેતી વખતે

- એસ્પિરિન, એસ્પિરિન ધરાવતી દવાઓ અને ઇબુપર્ોફેન (Advil® અથવા Motrin®) તથા નેપર્ોક્સેન (Aleve®) જેવી નોનસ્ટેરોઇડલ એન્ટી-ઇન્ફ્લેમેટરી દવાઓ (NSAIDs) લેવાનું ટાળો. વધુ જાણવા માટે *How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin*

E, or Fish Oil (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids) વાંચો.

- જ્યાં સુધી તમારા આરોગ્યસંભાળ પર્દાતા કહે કે તે ઠીક છે, ત્યાં સુધી ઓવર-ધ-કાઉન્ટર દવા (તમે પિર્સ્ક્રિપ્શન વિના ખરીદો છો તે દવા) ટાળો.
- અમુક ખાસ વિટામિન્સ અને પૂરક આહારો લેવાનું ટાળો. કેટલાક વિટામિનો કે સપ્લિમેન્ટ્સ તમારી સારવારને અસર કરી શકે છે. તમે જે વિટામિનો કે સપ્લિમેન્ટ્સ લો છો તે વિશે તમારા આરોગ્યસંભાળ પર્દાતાને વાત કરો.

કીમોથેરાપી દરમિયાન ટાળવા જેવી અન્ય બાબતો

- એવી વ્યક્તિ નજીક હોવું જેને ચેપ લાગ્યો છે અથવા હાલમાં જ ચેપ લાગ્યો હતો.
- દાંતની સારવાર કરાવવી જેની તમને જરૂર નથી, સિવાય કે તમારા આરોગ્યસંભાળ પર્દાતા કહે કે તે ઠીક છે. આમાં નિયમિત સફાઈનો સમાવેશ થાય છે
- નીચેનામાંથી કોઈપણનો ઉપયોગ
  - એનિમા (મળત્યાગ કરાવવા માટે ગુદામાગર્માં પર્વાહી નાખવાની પર્ક્રિર્યા).
  - સપોઝિટરીઝ (ગુદામાગર્માં મૂકવામાં આવતી દવા).
  - રેક્ટલ થમોર્મીટર (ગુદામાગર્માં મૂકીને તાપમાન માપવાનું સાધન).
- ગભર્વતી બનવું અથવા તમારા જીવનસાથીને ગભર્વતી બનાવવું. વધુ જાણવા માટે *Sex and Your Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/sex-cancer-treatment) વાંચો.
- સૂયર્સ્નાન લેવું. જો તમારે તડકામાં રહેવું પડે તો 30 કે તેથી વધુ SPF ના સનસ્ક્રીનનો ઉપયોગ કરો. લાંબી બાંયવાળા શટર્, પહોળી કિનારીવાળી ટોપી અને સ્કાફર્ પહેરો. શક્ય હોય એટલા વધુ છાંયામાં રહો.
- તમારા નખ કાપેલા રાખો (મેનિક્યોર અને પેડિક્યોર)
- ગરમ ટબમાં જવું.
- લાંબા અંતરની મુસાફરી. જો તમારે મુસાફરી કરવી પડે એમ હોય તો પહેલા તમારા ડૉક્ટર સાથે વાત કરો.

તમારા આરોગ્યસંભાળ પર્દાતાને ક્યારે કૉલ કરવો

- જો તમને નીચેનામાંથી કંઈ જણાય તો તમારા સ્વાસ્થ્ય સારવાર પર્દાતાને કોલ કરો:
- 100.4°F (38°C) અથવા તેથી વધુ તાવ.

- ચેપના લક્ષણો હોય જેમ કે:
    - ઝાડા (પાતળો અથવા પાણી જેવો મળ થવો).
    - સામાન્ય કરતાં વધુ વાર પેશાબ આવવો.
    - પેશાબ કરતી વખતે બળતરા થવી.
    - તમારી ત્વચા પર અથવા હાથ-પગ પર લાલ, સૂજેલો અથવા સ્પશર્ કરતાં દુખાવો થતો ભાગ દેખાવા.
    - ફ્લુ જેવા લક્ષણો,જેવા કે:
        - ઠંડી લાગવી
        - સ્નાયુ અથવા શરીરનો દુ:ખાવો
        - શિરદદર્
        - ખાંસી, ગળામાં દુખાવો અથવા નાકમાંથી પાણી વહેવું.
        - ઉલ્ટી (ઉબકા આવવા)
        - થાક (સામાન્ય કરતા વધુ થાક અને નબળાઈ લાગવા)
- રક્તસ્તર્ાવના લક્ષણો જેમ કે:
    - કાળો ઝાડો (મળ) અથવા મળમાં રક્ત
    - ઉઝરડા થવા
    - લાલાશ પડતા ચકામા જેના પર સ્પશર્ની અસર ન થવી
    - નાકમાંથી લોહી વહેવું
- તમને 2 દિવસથી શૌચ થયું ન હોય.
- તમે ખાવા-પીવાનું સહન કરી શકતા નથી.
- તમને કોઈ નવો અથવા વધતો દુખાવો છે.
- તમને દાંત કે મોંમાં સમસ્યા છે.

સંપકર્ની માહિતી

જો તમને કોઈ પર્શ્નો કે ચિંતા હોય, તમારા સંભાળ ટીમને કોલ કરો. તમે સોમવારથી શુકર્વાર સવારે 9 થી સાંજે 5 વાગ્યા સુધી તેમનો સંપકર્ કરી શકો છો.

નીચે આપેલી જગ્યાનો ઉપયોગ કરીને તેમનું નામ અને ફોન નંબર લખો:

ડૉક્ટર: _____
ફોન નંબર: _____

અદ્યતન પ્રેક્ટિસ પ્રદાતા (APP): _____
ફોન નંબર: _____

નર્સ: _____
ફોન નંબર: _____

કાર્યાલય સંયોજક: _____
ફોન નંબર: _____

જો તમારે સાંજે 5 વાગ્યા પછી, સપ્તાહના અંતે અથવા રજાના દિવસે કોઈ આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતાનો સંપર્ક કરવાની જરૂર હોય, તો 212-639-7900 પર ફોન કરો. આ ફોન નંબર આફ્ટર-અવર્સ ટેલિફોન ટ્રાયજ (AHTT) કોલ સેન્ટર માટે છે. AHTT MSK દર્દીઓ માટે છે જેમને તેમની કેન્સરની સંભાળને લગતા તાત્કાલિક લક્ષણો છે. વધુ માહિતી માટે, સ્તરોત *About After-Hours Telephone Triage at MSK* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/about-after-hours-telephone-triage-msk) વાંચો.

વધુ રિસોર્સ માટે, અમારી વર્ચુઅલ લાઈબ્રેરી www.mskcc.org/peની મુલાકાત કરો

તમામ અધિકાર અને માલિકી હક મેમોરિયલ સ્લોન કેટરિંગ કેન્સર સેન્ટર દ્વારા આરક્ષિત છે