



દદીર્ અને સંભાળદાતા શિક્ષણ

તમારી લાળ ગર્ંથિની સજર્રી વિશે

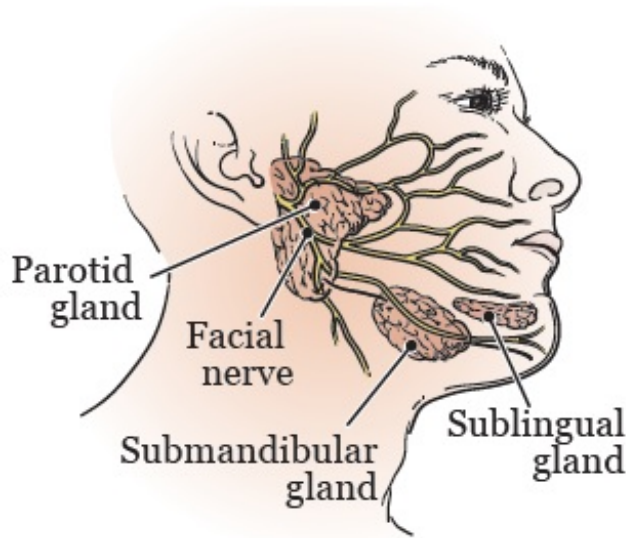
આ માગર્દશિર્કા તમને MSK (એમએસકે) ખાતે થનારી તમારી લાળ ગર્ંથિની સજર્રી માટે તૈયાર થવામાં મદદ કરશે. એ તમને રિકવરી દરમિયાન કેવા ફેરફારો થઈ શકે છે એ જાણવા પણ મદદ કરશે.

તમારી સજર્રી પહેલાંના દિવસોમાં માહિતીના વિશ્વસનીય સ્ત્રોત તરીકે આ માગર્દશિર્કાનો ઉપયોગ કરો. તમારી સજર્રીના દિવસે આ માગર્દશિર્કા સાથે લાવો. તમારી સજર્રી વિશે વધુ જાણતા જશો તેમ, તમે અને તમારી સંભાળ ટીમ આ માગર્દશિર્કાનો ઉપયોગ કરશો

તમારી સજર્રી વિશે

તમારી લાળ ગર્ંથિઓ વિશે

તમારી લાળ ગર્ંથિઓ લાળ ઉત્પન્ન કરે છે, જે ખોરાકના પાચનમાં મદદ કરે છે અને તમારા મોંને ભેજવાળું રાખે છે. તમારી મોટાભાગની લાળ તમારા પેરોટીડ, સબમેન્ડિબ્યુલર અને સબલિંગ્યુઅલ ગર્ંથિઓમાંથી આવે છે (આકૃતિ 1 જુઓ). તમારા મોંમાં સેકડો નાની લાળ ગર્ંથિઓ પણ છે. એ તમારા મોં અને ગળાના અંદરના અસ્તર તરીકે રહેલા પટલોની નીચે આવેલી છે.



આકૃતિ 1. પેરોટીડ, સબમેન્ડિબ્યુલર અને સબલિંગ્યુઅલ ગર્ંથિઓ

પેરોટીડ ગર્ંથિઓ

તમારા ચહેરાની ચેતા (Facial nerve) તમારી પેરોટીડ ગર્ંથિઓમાંથી પસાર થાય છે. આ ચેતા તમારા ચહેરાના સ્નાયુઓને નિયંત્રિત કરે છે. આ સ્નાયુઓ તમને ભરૂંમર ઊંચી કરવા, પોપચાં બંધ કરવા અને સ્મિત કરવા જેવી ક્રિયાઓ કરવામાં મદદ કરે છે. પેરોટીડ ગર્ંથિમાં જોવા મળતી મોટાભાગની ગાંઠ નુકસાન કરતી નથી (કેન્સરગર્સ્ત નથી).

સબમેન્ડિબ્યુલર ગર્ંથિઓ

લાળ ગર્ંથિઓમાંથી બીજી સૌથી મોટી ગર્ંથિ છે, સબમેન્ડિબ્યુલર ગર્ંથિઓ એ તમારા મેન્ડિબલની (જડબાનાં હાડકાં) નીચે આવેલી છે (આકૃતિ 1 જુઓ). સબમેન્ડિબ્યુલર ગર્ંથિમાં જોવા મળતી મોટાભાગની ગાંઠો નુકસાન કરતી નથી.

સબલિંગ્યુઅલ ગર્ંથિઓ

સબલિંગ્યુઅલ ગર્ંથિઓ તમારી લાળ ગર્ંથિઓમાંથી સૌથી નાની છે. એ તમારી જીભની બંને બાજુએ અને તમારા મોંના તળિયા પર આવેલી હોય છે (આકૃતિ 1 જુઓ). સબલિંગ્યુઅલ ગર્ંથિમાં જોવા મળતી મોટાભાગની ગાંઠો નુકસાન કરતી નથી.

લાળ ગર્ંથિની સજર્રી વિશે

સજર્રી પછી પણ તમે લાળ બનાવી શકશો.

તમારી સજર્રી કયા પરકારની હશે, એનો આધાર લાળ ગર્ંથિની ગાંઠો કયાં છે એના પર છે. તમારા ડૉક્ટર જણાવશે કે તમને કયા પરકારની સજર્રી કરવાની છે. અહીં અલગ અલગ પરકારની સજર્રી વિશે જણાવ્યું છે:

પેરોટીડ ગર્ંથિની સજર્રી

પેરોટીડ ગર્ંથિની ગાંઠો લાળ ગર્ંથિની ગાંઠમાં સૌથી સામાન્ય છે. પેરોટીડ ગર્ંથિની ગાંઠો બે પરકારની હોય છે:

- એક સુપરફિસિયલ પેરોટીડ ગર્ંથિની ગાંઠ તમારા ચહેરાની ચેતાની (Facial nerve) ઉપરની ગર્ંથિના ભાગમાં વિકસે છે.
- એક ઊંડા લોબ પેરોટીડ ગર્ંથિની ગાંઠ ગર્ંથિના ભાગમાં વિકાસ પામે છે, જે તમારા ચહેરાની ચેતા (Facial nerve) નીચે હોય છે.

પેરોટીડ ગર્ંથિની ગાંઠોની સારવાર માટે સજર્રી ખૂબ જ ચોકસાઈપૂર્વક કરવામાં આવે છે. સજર્રી દરમિયાન તમારા ચહેરાની ચેતાને (Facial nerve) સુરક્ષિત રાખવી જરૂરી છે. તમારા ચહેરાની ચેતાને (Facial nerve) નુકસાન પહોંચાડ્યા વગર આખી ગાંઠને દૂર કરવાનો હેતુ છે.

તમારા ડૉક્ટર ચહેરાની ચેતાને (Facial nerve) શોધવા ચેતા મોનિટરનો ઉપયોગ કરશે. પછી તેઓ તમારા કાનના આગળના ભાગમાં, તમારી ગરદન સુધી એક ચીરો (સજિસ્કલ કટ) મૂકશે. તેઓ તમારા ચહેરાની ચેતા (Facial nerve) અને એની શાખાઓને પેરોટીડ ગર્ંથિની ગાંઠથી અલગ કરશે. તમારા સજર્ન પેરોટીડ ગર્ંથિની ગાંઠને દૂર

કરશે અને એને પેથોલોજી વિભાગ પાસે તપાસ માટે મોકલશે કે એમાં કેન્સરના કોષો છે કે નહીં. પછી તેઓ તમારા ચીરા પર ટાંકા (સ્યુચસર્) લેશે.

સબમેન્ડિબ્યુલર ગર્ંથિની સજર્રી

ડૉક્ટર તમારા ગળાના ઉપરના ભાગમાં, જડબાની રેખા પર એક ચીરો મૂકશે. તેઓ આ ચીરા દ્વારા ગાંઠને દૂર કરશે અને એને પેથોલોજી વિભાગ પાસે તપાસ માટે મોકલશે કે એમાં કેન્સરના કોષો છે કે નહીં. પછી તેઓ ચીરાને ટાંકા અથવા સજિસ્કલ ટેપથી (Steri-Strips™) બંધ કરશે.

સબલિંગ્યુઅલ ગર્ંથિની સજર્રી

સબલિંગ્યુઅલ ગર્ંથિમાં ગાંઠો જવલ્લે જ થાય છે. તમારા ડૉક્ટર તમને આ ગાંઠની સારવાર માટેની અલગ અલગ રીતો જણાવશે.

સજર્રી પછી ચહેરામાં થતા ફેરફારો

- તમારી સજર્રી પછી તમારા ચહેરામાં કેટલાક ફેરફારો થઈ શકે છે. આ ફેરફારોનો પરકાર તમે કરાવેલી સજર્રી પર આધાર રાખે છે. સજર્રી પછી કેવા ફેરફાર થશે, એ વિશે તમારા ડૉક્ટર અને નર્સ તમને સમજાવશે.
- સજર્રી પછી તમારા ચહેરાના સ્નાયુઓમાં થોડી નબળાઈનો અનુભવ થઈ શકે છે. એમ થવા પાછળનું કારણ એ છે કે સજર્રી દરમિયાન તમારા ચહેરાની ચેતાને (Facial nerve) અસર પહોંચે છે. અમે એવું થતા રોકી શકતા નથી. સામાન્ય રીતે ચહેરાની નબળાઈ બહુ ઓછી હોય છે અને અઠવાડિયા કે મહિનાઓમાં સારું થઈ જાય છે. જો તમને ચહેરાની નબળાઈ હોય, તો તમારી નર્સને જણાવો. તેઓ તમને કદાચ ફિઝિયોથેરાપિસ્ટ પાસે મોકલે.
- તમને નીચેના હોઠની નબળાઈ થઈ શકે છે, જે તમારા સ્મિતને અસર કરી શકે છે. એ નબળાઈ જે બાજુ તમારી સજર્રી કરવામાં આવી હતી એ બાજુ કાયમી રહી શકે છે.
- તમને જે બાજુ અસર થઈ છે, એ બાજુ તમારી આંખ પૂરેપૂરી બંધ કરી શકશો નહીં. તમારી આંખને નુકસાન ન પહોંચે એ માટે તમને મલમ અને આંખના ટીપાં આપવામાં આવશે.
- જો તમારી પેરોટીડ ગર્ંથિની સજર્રી થઈ હોય, તો જે બાજુ તમને અસર થઈ છે એ બાજુના કાનની બૂટમાં થોડું સુન્નપણું આવી શકે છે. આ કાયમી હોઈ શકે છે.

તમારી લાળ ગર્ંથિની સજર્રી પહેલાં

આ વિભાગ તમને તમારી સજર્રી માટે તૈયાર થવામાં મદદ કરશે. જ્યારે તમારી સજર્રી નક્કી થાય, ત્યારે આ વાંચો. જેમ જેમ તમારી સજર્રી નજીક આવતી જાય, તેમ તેમ આને વાંચો એમાં તૈયારી કરવા માટે શું કરવું તે અંગે જરૂરી માહિતી આપી છે.

તમે આ વિભાગ વાંચો ત્યારે તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાને પૂછવા માટેના પરશ્નો લખી રાખો.

સજરરી માટે તૈયારી

સજરરી માટે તૈયારી કરવા તમે અને તમારી સંભાળ રાખનાર ટીમ સાથે મળીને કામ કરશો. જો તમને નીચેમાંથી કોઈપણ બાબત લાગુ પડતી હોય તો અમને જણાવો, પછી ભલે તમને એની ખાતરી ન હોય. એ જાણવાથી અમે તમને સલામત રાખવા મદદ કરી શકીશું,

- હું ડોક્ટરે લખી આપેલી દવાઓ લઉં છું. પિરેસિક્કરપ્શન દવા તે છે જે તમે ફક્ત આરોગ્યસંભાળ પરદાતાના પિરેસિક્કરપ્શન સાથે જ મેળવી શકો છો. ઉદાહરણોમાં શામેલ છે:
 - ગળીને લેવામાં આવતી દવાઓ.
 - ઇન્જેક્શન (શોટ) દ્વારા લેવાતી દવાઓ.
 - શ્વાસ દ્વારા લેવાતી દવાઓ.
 - ત્વચા પર પેચ અથવા કરીમ તરીકે લગાડવામાં આવતી દવાઓ.
- હું પિરેસિક્કરપ્શન વગર મળતી કોઈપણ દવાઓ લઉં છું. જેમાં પેચ અને કરીમ પણ સામેલ છે. ઓવર-ઘ-કાઉન્ટર દવાઓ એવી દવા છે જે તમે પિરેસિક્કરપ્શન વિના ખરીદી શકો છો.
- હું જડીબુટ્ટીઓ, વિટામિન, ખનિજો અથવા કુદરતી કે ઘરગથ્થુ ઉપચારો જેવા કોઈપણ સપ્લિમેન્ટ્સ લઉં છું.
- મારી પાસે પેસમેકર, ઓટોમેટિક ઇમ્પ્લેન્ટેબલ કાર્ડિયોવર્ટર-ડિફિબ્રિલેટર (AICD) અથવા હૃદય સાથે સંબંધિત અન્ય કોઈ ઉપકરણ છે.
- મને ભૂતકાળમાં એનેસ્થેશિયા (બેભાન કરવાની દવા) સાથે કોઈ સમસ્યા થઈ હતી. એનેસ્થેશિયા એ એવી દવા છે, જે સજરરી અથવા પરકિર્યા દરમિયાન તમને બેભાન રાખે છે.
- મને કેટલીક દવાઓ અથવા સામગ્રીથી એલર્જીક છે. જેમાં રબરના હાથના મોજાં જેવી વસ્તુઓનો સમાવેશ થાય છે.
- હું લોહી ચઢાવવાની સારવાર સ્વીકારવા તૈયાર નથી.
- હું નશા માટે વપરાતા પદાર્થોનો ઉપયોગ કરું છું. જેમ કે, ગાંજો.

તમે જે દવાઓ અને સપ્લિમેન્ટ્સ લો છો એ બધા વિશે તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાઓને હંમેશા જાણ હોય તેની ખાતરી કરો.

તમે જે દવાઓ અને સપ્લિમેન્ટ્સ લો છો, એના આધારે સજરરી પહેલાં તમારે ખાસ સૂચનાઓનું પાલન કરવાની જરૂર પડી શકે છે. જો તમે આ સૂચનાઓનું પાલન નહીં કરો, તો તમારી સજરરી થવામાં મોડું થઈ શકે છે અથવા એને કેન્સલ કરવી પડી શકે છે.

વજન ઘટાડવા માટેની GLP-1 દવાઓ

તમે કદાચ GLP-1 દવા લઈ રહ્યા છો. જો એમ હોય, તો તમારા ડોક્ટરને એ વિશે જણાવવું જરૂરી છે. તમારી શસ્ત્રક્રિયા અથવા પરકિર્યા પહેલાં તમારે ખાવા-પીવા માટેની ખાસ સૂચનાઓનું પાલન કરવાની જરૂર પડશે. આ સૂચનાઓનું પાલન કરવું ખૂબ જ જરૂરી છે. જો તમે તેમનું પાલન નહીં કરો, તો તમારી શસ્ત્રક્રિયા અથવા

પરફિર્યામાં વિલંબ થઈ શકે છે અથવા રદ થઈ શકે છે.

- તમારી શસ્ત્રક્રિયા અથવા પરફિર્યાના આગલા દિવસે સ્પષ્ટ પર્વાહી આહાર લેવાનું નિયમ રાખો. કોઈપણ ઘન ખોરાક ખાશો નહીં. વધુ જાણવા માટે [Clear Liquid Diet \(www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet\)](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet) વાંચો.
- તમારા આગમનના 8 કલાક પહેલા પીવાનું બંધ કરો. આ સમય પછી કંઈપણ ખાશો કે પીશો નહીં, જેમાં સ્પષ્ટ પર્વાહી પણ સામેલ છે. તમે તમારી દવાઓ સાથે પાણીના નાના ઘૂંટડા લઈ શકો છો.

વધુ જાણવા માટે, [bXNrLW5vZGUtbGluazogMzE4MDM2] વાંચો.

GLP-1 દવાઓના કેટલાક ઉદાહરણો અહીં આપેલા છે. આ ઉપરાંત પણ ઘણું બધું છે, તેથી એ ખાતરી કરો કે તમારી સંભાળ લેનારી ટીમ તમે લો છો તે તમામ દવાઓથી વાકેફ હોય. ક્યારેક, આ ડાયાબિટીસ અથવા અન્ય પરિસ્થિતિઓને નિયંત્રિત કરવામાં મદદ કરવા માટે સૂચવવામાં આવે છે. બીજા સમયે, તેઓ વજન ઘટાડવા માટે લખી આપે છે.

- સેમાગ્લુટાઇડ (વેગોવી®, ઓઝેમ્પિક®, રાયબેલ્સસ®)
- ડુલાગ્લુટાઇડ (ટરુલિસિટી®)

- તિઝેરપેટાઇડ (ઝેપબાઉન્ડ®, મૌનજારો®)
- લીરાગ્લુટાઇડ (સેક્સેન્ડા®, વિક્ટોઝા®)

દારૂ પીવા વિશે

તમે કેટલા પરમાણમાં દારૂ પીવો છો તે વિશે તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાઓ સાથે વાત કરવી જરૂરી છે. એ જાણવાથી અમને તમારી સંભાળ રાખવામાં મદદ મળશે.

જો તમે નિયમિત રીતે દારૂ પીતા હો, તો તમારી સજરૂરી દરમિયાન અને પછી તમને સમસ્યાઓ થવાનું જોખમ હોઈ શકે છે. આમાં લોહી વહેવું, ચેપ લાગવો, હૃદયની સમસ્યાઓ અને લાંબા સમય સુધી હોસ્પિટલમાં રહેવાનો સમાવેશ થાય છે.

જો તમે નિયમિતપણે દારૂ પીતા હોવ અને અચાનક બંધ કરી દો, તો એનાથી આંચકી આવી શકે, મગજ બરાબર કામ ન કરે અને મૃત્યુ પણ થઈ શકે છે. જો અમને ખબર હોય કે તમને આ સમસ્યાઓ થવાનું જોખમ છે, તો અમે એ રોકવા માટે દવા લખી શકીએ છીએ.

તમારી સજરૂરી પહેલાં સમસ્યાઓ ટાળવા માટે તમે નીચેની બાબતો કરી શકો છો.

- તમે કેટલા પરમાણમાં દારૂ પીવો છો, એ વિશે તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાઓને સાચી માહિતી આપો.
- તમારી સજરૂરીનું આયોજન થઈ જાય પછી દારૂ પીવાનું બંધ કરવાનો પર્યાસ કરો. જો તમને નીચેનીમાંથી કંઈપણ થાય, તો તરત જ તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાને જણાવો:
 - માથાનો દુખાવો થાય.

- ઉબકા આવવા લાગે (જેમ કે તમને ઉલટી થવાની હોય).
- સામાન્ય કરતાં વધુ ચિંતા (ગભરાટ અથવા બેચેની) અનુભવતા હો.
- ઊંઘ ન આવતી હોય.

આ દારૂ છોડવાથી થતી અસરોના શરૂઆતના લક્ષણો છે અને એની સારવાર કરી શકાય છે.

- જો તમે દારૂ પીવાનું બંધ કરી શકતા ન હો, તો તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાને જણાવો.
- દારૂ પીવા અને સજર્સી સંબંધિત તમારા કોઈપણ પરશ્નો તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાને પૂછો. હંમેશાંની જેમ, તમારી તમામ તબીબી માહિતી ખાનગી રાખવામાં આવશે.

ધૂમરપાન વિશે

જો તમે ધૂમરપાન કરતા હો અથવા ઇલેક્ટ્રોનિક ધૂમરપાન ઉપકરણનો ઉપયોગ કરતા હો, તો સજર્સી દરમિયાન તમને શ્વાસ લેવામાં સમસ્યાઓ થઈ શકે છે. ઇલેક્ટ્રોનિક ધૂમરપાન ઉપકરણો જેવા કે વેપ્સ અને ઈ-સિગારેટ. સજર્સી પહેલાં થોડા દિવસો માટે પણ ધૂમરપાન બંધ કરવાથી સજર્સી દરમિયાન અને પછી શ્વાસને લગતી સમસ્યાઓ ટાળવામાં મદદ મળી શકે છે.

જો તમે ધૂમરપાન કરતા હો, તો તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતા તમને અમારા [તમાકુ સારવાર કાયરૂક્ટમ](#) માટે રિફર કરશે. તમે 212-610-0507 નંબર પર ફોન કરીને પણ આ કાયરૂક્ટમનો સંપર્ક કરી શકો છો.

સ્લીપ એપનિયા વિશે

સ્લીપ એપનિયા એ ઊંઘ દરમિયાન શ્વાસ લેવામાં થતી એક સામાન્ય સમસ્યા છે. જો તમને સ્લીપ એપનિયા હોય, તો ઊંઘ દરમિયાન થોડા સમય માટે તમારો શ્વાસ બંધ થઈ જાય છે. ઓબસ્ટ્રક્ટિવ સ્લીપ એપનિયા (OSA) એનો સૌથી સામાન્ય પરૂકાર છે. એમાં તમે ઊંઘતા હો ત્યારે શ્વાસ લેવાનો માગરૂ બંધ થઈ જાય છે.

OSAને કારણે સજર્સી દરમિયાન અને સજર્સી પછી ગંભીર સમસ્યાઓ થઈ શકે છે. જો તમને સ્લીપ એપનિયા હોય અથવા તમને લાગે કે તમને સ્લીપ એપનિયા હોઈ શકે છે, તો અમને જણાવો. જો તમે શ્વાસ લેવાના મશીનનો (CPAP) ઉપયોગ કરતા હો, તો એ તમારી સજર્સીના દિવસે સાથે લાવો.

MSK MyChart નો ઉપયોગ

MSK MyChart (mskmychart.mskcc.org)એ MSKનું દૈનિક પોર્ટલ છે. એનો ઉપયોગ કરીને તમે તમારી સંભાળ રાખનાર ટીમને સંદેશા મોકલી શકો છો અને તેમના સંદેશા વાંચી શકો છો, તમારા રીપોર્ટ્ જોઈ શકો છો, તમારી મુલાકાતોની તારીખ અને સમય જોઈ શકો છો અને અન્ય ઘણી સુવિધાઓનો ઉપયોગ કરી શકો છો. તમે તમારા સંભાળ રાખનારને પણ તેમનું પોતાનું એકાઉન્ટ બનાવવા માટે આમંત્રિત કરી શકો છો, જેથી તેઓ તમારી સંભાળ સંબંધિત માહિતી જોઈ શકે.

જો તમારી પાસે MSK MyChart એકાઉન્ટ ન હોય, તો તમે mskmychart.mskcc.org પર જઈને સાઇન

અપ કરી શકો છો. તમે તમારી સંભાળ રાખનાર ટીમના કોઈ સભ્યને પણ જણાવી શકો છો કે તે તમને આમંતરણ મોકલે.

જો તમને તમારા એકાઉન્ટ સંબંધિત મદદની જરૂર હોય, તો MSK MyChart હેલ્પ ડેસ્કને 646-227-2593 નંબર પર ફોન કરો. તેઓ સોમવારથી શુક્રવાર, સવારે 9 વાગ્યાથી સાંજે 5 વાગ્યા સુધી (ઈસ્ટર્ન સમય મુજબ) ઉપલબ્ધ હોય છે.

તમારી સર્જરીના 30 દિવસની અંદર સર્જરી પહેલાની તપાસ (PST)

તમારી સર્જરી પહેલાં તમારી પિસ્સજિસ્કલ ટેસ્ટિંગ (PST)ની મુલાકાત હશે. તમને તમારી સર્જરીની ઓફિસ તરફથી તમારી મુલાકાતની તારીખ, સમય અને સ્થળ યાદ કરાવવામાં આવશે. MSKના તમામ કેન્દ્રોમાં પાર્કિંગની માહિતી અને ત્યાં પહોંચવાના રસ્તા વિશે જાણવા માટે www.msk.org/parking જુઓ.

તમારી PST મુલાકાતના દિવસે તમે સામાન્ય રીતે ખાઈ-પી શકો છો અને તમારી નિયમિત દવાઓ લઈ શકો છો.

તમારી મુલાકાત વખતે નીચેની વસ્તુઓ સાથે લાવવાથી મદદ મળશે:

- તમે લેતા હો એવી તમામ દવાઓની યાદી, જેમાં પિસ્સિફરપ્શનવાળી દવાઓ, પિસ્સિફરપ્શન વગર મળતી દવાઓ, શરીર પર લગાડવાના પેચ અને કરીમનો સમાવેશ થાય છે.
- જો તમારી પાસે ઉપલબ્ધ હોય, તો છેલ્લા 1 વર્ષ દરમિયાન MSKની બહાર કરાવવામાં આવેલા કોઈપણ તબીબી પરીક્ષણોના રિપોર્ટ. ઉદાહરણ તરીકે, હૃદયનો સ્ટ્રેસ ટેસ્ટ, ઇકોકાર્ડિયોગ્રામ અથવા કેરોટિડ ડોપ્લરના રિપોર્ટ્સ.
- તમારા ડૉક્ટરોનાં નામ અને ટેલિફોન નંબર.

તમારી PST મુલાકાત દરમિયાન તમે એડવાન્સ પરેક્ટિસ પરોવાઇડર (APP) ને મળશો. તેઓ MSKના એનેસ્થેસિયોલોજી (બેભાન કરવાની દવા અને એની સંભાળ) વિભાગના સ્ટાફ સાથે મળીને કામ કરે છે. આ એવા ડૉક્ટરો છે, જેમને સર્જરી અથવા અન્ય પર્ફિર્યા દરમિયાન એનેસ્થેસિયા (બેભાન કરવાની દવા) આપવાની ખાસ તાલીમ મળેલી હોય છે.

તમારા APP તમારી સાથે તમારા અગાઉના રોગો અને અગાઉ થયેલી સર્જરીઓ વિશે ચર્ચા કરશે તમારી સારવારનું આયોજન કરવા માટે તમારે નીચે મુજબના કેટલાક રિપોર્ટ્સ કરાવવાની જરૂર પડી શકે છે:

- તમારા હૃદયના ઘબકારાની લય તપાસવા માટે ઇલેક્ટ્રોકાર્ડિયોગ્રામ (EKG).
- છાતીનો એક્સ-રે.
- લોહીનો રિપોર્ટ.

તમારા APP તમને અન્ય આરોગ્યસંભાળ પરદાતાઓને મળવાની ભલામણ કરી શકે છે. તેઓ તમારી સાથે એ વિશે પણ વાત કરશે કે તમારી સજરૂરીના દિવસે સવારે કઈ દવા(ઓ) લેવી.

તમારા સંભાળ રાખનારને ઓળખો

તમારી સંભાળ રાખનાર વ્યક્તિની તમારી સંભાળ રાખવામાં મહત્ત્વપૂર્ણ ભૂમિકા હોય છે. તમારી સજરૂરી પહેલાં, તમે અને તમારા સંભાળ રાખનાર વ્યક્તિ તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાઓ પાસેથી તમારી સજરૂરી વિશે માહિતી મેળવશો. તમારી સજરૂરી પછી, જ્યારે તમને હોસ્પિટલમાંથી રજા આપવામાં આવશે ત્યારે, તમારા સંભાળ રાખનાર વ્યક્તિ તમને ઘરે લઈ જશે. તેઓ તમને ઘરે તમારી સંભાળ રાખવામાં પણ મદદ કરશે.

સંભાળ રાખનારાઓ માટે



કેન્સરની સારવાર લઈ રહેલી વ્યક્તિની સંભાળ રાખવામાં ઘણી જવાબદારીઓ હોય છે. આ જવાબદારીઓ પૂરી કરવા અમે જરૂરી માહિતી અને મદદ આપીએ છીએ. વધુ જાણવા માટે www.msk.org/caregivers ની મુલાકાત લો અથવા *A Guide for Caregivers* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers) વાંચો.

હેલ્થકેર પ્રોક્સી ફોર્મ ભરવું

જો તમે હજુ સુધી હેલ્થ કેર પ્રોક્સી ફોર્મ ભર્યું ન હોય, તો અમે ભલામણ કરીએ છીએ કે તમે હવે તે ભરી લો. જો તમે પહેલેથી જ હેલ્થ કેર પ્રોક્સી ફોર્મ ભર્યું હોય અથવા સારવાર અંગેની પહેલેથી આપેલી બીજી કોઈ લેખિત સૂચનાઓ હોય, તો ફરી આવો ત્યારે લઈને આવો.

હેલ્થ કેર પ્રોક્સી એક કાનૂની દસ્તાવેજ છે. એમાં જણાવવામાં આવે છે કે જો તમે પોતે વાતચીત કરી શકતા ન હો, તો તમારા માટે કોણ વાત કરશે. આ વ્યક્તિને તમારા આરોગ્ય સંભાળ એજન્ટ કહેવામાં આવે છે.

- આરોગ્ય સંભાળ પ્રોક્સીઓ અને અન્ય એડવાન્સ નિદેશો વિશે જાણવા માટે, *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning) વાંચો.
- આરોગ્ય સંભાળ એજન્ટ બનવા વિશે જાણવા માટે, *How to Be a Health Care Agent* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent) વાંચો.

જો તમને હેલ્થ કેર પ્રોક્સી ફોર્મ ભરવા અંગે કોઈ પ્રશ્નો હોય, તો તમારી સંભાળ રાખનાર ટીમના સભ્ય સાથે વાત કરો.

શ્વાસ લેવાની અને ખાંસવાની કસરતો કરો

તમારી સજરૂરી પહેલાં ઊંડા શ્વાસ લેવાની અને ખાંસી કરવાની કસરતોનો અભ્યાસ કરો. તમારા ફેફસાં સારી રીતે ફૂલે અને વિસ્તરે તે માટે તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતા તમને ઇન્સેન્ટિવ સ્પાયરોમીટર આપશે. વધારે જાણવા

How To Use Your Incentive Spirometer (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer) વાંચો.

શારીરિક પરવૃત્તિ કરવી

શારીરિક પરવૃત્તિ કરવાથી તમારું શરીર મજબૂત બનશે અને સજરૂરી વખતે કોઈ સમસ્યા નહિ આવે. એ તમને જલદી સાજા મદદ કરશે.

દરરોજ શારીરિક પરવૃત્તિ કરવાનો પ્રયાસ કરો. ચાલવું, તરવું અથવા સાયકલ ચલાવવું જેવી કોઈપણ પરવૃત્તિ કરો, જેનાથી તમારા હૃદયના ધબકારા ઝડપી બને. જો બહાર ઠંડી હોય, તો તમારા ઘરમાં સીડીનો ઉપયોગ કરો અથવા મોલ કે શોપિંગ સેન્ટરમાં જાઓ.

પોષણથી ભરેલો ખોરાક લો

સજરૂરી પહેલાં શરીરને જરૂરી પોષક તત્ત્વો મળી રહે એવો ખોરાક લો. જો તમને તમારા ખોરાક અંગે કંઈ જાણવું હોય, તો ક્લિનિકલ ડાયેટિશિયન ન્યુટ્રિશનિસ્ટ સાથે મુલાકાત ગોઠવવા વિશે તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતા સાથે વાત કરો.

તમારી સજરૂરીના 7 દિવસ પહેલાં

એસ્પિરિનની દવા લેવાની બાબતમાં તમારા ડૉક્ટરની સૂચનાઓનું પાલન કરો

એસ્પિરિન લેવાથી રક્તસ્રાવ થઈ શકે છે. જો તમે એસ્પિરિન અથવા એસ્પિરિન ધરાવતી કોઈ દવા લેતા હો, તો તમારી સજરૂરીના 7 દિવસ પહેલાં એ ઓછા-વધતા પ્રમાણમાં લેવાની અથવા બંધ કરવાની જરૂર પડી શકે છે. તમારા ડૉક્ટરની સૂચનાઓનું પાલન કરો. જ્યાં સુધી તેઓ તમને જણાવે નહીં ત્યાં સુધી એસ્પિરિન લેવાનું બંધ કરશો નહીં.

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.

વિટામિન E, મલ્ટિવિટામિન્સ, આયુર્વેદિક ઉપચારો અને અન્ય પુરક સપ્લિમેન્ટ્સ લેવાનું બંધ કરો

વિટામિન E, મલ્ટિવિટામિન્સ, આયુર્વેદિક ઉપચાર અને અન્ય પુરક સપ્લિમેન્ટ્સ રક્તસ્રાવનું કારણ બની શકે છે. તમારી શસ્ત્રક્રિયાના 7 દિવસ પહેલાં તેને લેવાનું બંધ કરો. જો તમારા આરોગ્ય સેવા પરદાતા તમને અન્ય સૂચનાઓ આપે, તો તેને અનુસરો.

વધુ જાણવા માટે, *Herbal Remedies and Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment) વાંચો.

તમારી સજર્સીના 2 દિવસ પહેલાં

સ્ટીરોઇડ વગરની દુખાવો અને સોજો ઘટાડતી કેટલીક દવાઓ (NSAIDs) લેવાનું બંધ કરો

આઇબુપ્રોફેન (Advil® અને Motrin®) અને નેપરોક્સેન (Aleve®) જેવી નોનસ્ટીરોઇડલ એન્ટી-ઇન્ફ્લેમેટરી દવાઓ (NSAIDs) રક્તસ્રાવનું કારણ બની શકે છે. તમારી સજર્સીના 2 દિવસ પહેલાં આ દવાઓ લેવાનું બંધ કરો. જો તમારા આરોગ્ય સેવા પ્રદાતા તમને અન્ય સૂચનાઓ આપે, તો તેને અનુસરો.

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.

તમારી સજર્સીના 1 દિવસ પહેલાં

તમારી સજર્સીનો સમય નોંધો

સ્ટાફના સભ્ય તમારી સજર્સીના આગલા દિવસે તમને બપોરે 2 વાગ્યા પછી ફોન કરશે. જો તમારી સજર્સી સોમવારે કરવાની હોય, તો તેઓ તમને એના પહેલાંના શુક્રવારે કોલ કરશે. જો તમને સાંજે 7 વાગ્યા સુધીમાં કોલ ન આવે, તો 212-639-5014 પર કોલ કરો.

સ્ટાફના સભ્ય તમને જણાવશે કે તમારે સજર્સી માટે કયા સમયે હોસ્પિટલ પહોંચવું. તેઓ તમને એ પણ યાદ કરાવશે કે ક્યાં જવું.

આ નીચેના સ્થાનોમાંથી એક હશે:

- મેમોરિયલ હોસ્પિટલ ખાતે પિર્સજિસ્કલ સેન્ટર (PSC)
1275 ચોક્ એવન્યુ (પૂર્વમાં 67મી અને 68મી શેરી વચ્ચે)
ન્યૂયોર્ક, NY 10065
બીજા માળે જવા માટે M એલિવેટર લો.
- મેમોરિયલ હોસ્પિટલ ખાતે પિર્સજિસ્કલ સેન્ટર (PSC)
1275 ચોક્ એવન્યુ (પૂર્વમાં 67મી અને 68મી શેરી વચ્ચે)
ન્યૂયોર્ક, NY 10065
છઠ્ઠા માળે જવા માટે B એલિવેટર લો.

એમએસકેના (MSK) તમામ સ્થળોએ જવા માટેના રસ્તા અને પાર્કિંગની માહિતી મેળવવા માટે www.msk.org/parkingની મુલાકાત લો.

ખાવા-પીવા માટેની સૂચનાઓ

મહત્વપૂર્ણ: જો તમે વજન ઘટાડવા માટે GLP-1 દવા લો છો, તો આ સૂચનાઓનું પાલન કરશો નહીં. તેના બદલે *Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines) માં આપેલી સૂચનાઓનું પાલન કરો.



તમારી શસ્ત્રક્રિયા અથવા પરિક્રિયા પહેલાંની રાતરે, મધ્યરાત્રિએ (12 વાગ્યે) ખાવાનું બંધ કરો. આમાં કઠણ કેન્ડી અને ચ્યુઇંગમનો સમાવેશ થાય છે.

તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાએ તમને ક્યારે ખાવાનું બંધ કરવું તે અંગે વિવિધ સૂચનાઓ આપી હશે. જો એમ હોય તો, તેમની સૂચનાઓનું પાલન કરો. કેટલાક લોકોને શસ્ત્રક્રિયા અથવા પરિક્રિયા પહેલાં લાંબા સમય સુધી ઉપવાસ કરવાની (ભૂખ્યા રહેવાની) જરૂર પડે છે.

તમારી સજરીની સવારે ખાવા-પીવા માટેની સૂચનાઓ

મહત્વપૂર્ણ: જો તમે GLP-1 દવા લો છો, તો આ સૂચનાઓનું પાલન કરશો નહીં. તેના બદલે *Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines) માં આપેલી સૂચનાઓનું પાલન કરો.

મધરાત (રાતરે 12 વાગ્યાથી) તમારા આગમન સમયના 2 કલાક પહેલાં સુધી, નીચે દર્શાવેલા પરવાહી જ પીવો. બીજું કંઈ ખાવું કે પીવું નહીં. તમારા આગમનના સમયના 2 કલાક પહેલાં પીવાનું બંધ કરો.

- પાણી.
- સ્વચ્છત સફરજનનો રસ, સ્વચ્છત દરૂક્ષનો રસ અથવા સ્વચ્છત કર્નેબેરીનો રસ.
- ગેટોરેડ અથવા પાવરેડ.
- બ્લેક કોફી કે સાદી ચા. ખાંડ ઉમેરવી ઠીક છે. બીજું કશું ઉમેરશો નહીં.
 - કોઈપણ પરકારનું દૂધ અથવા કરીમર કોઈપણ માત્રામાં ઉમેરશો નહીં. જેમાં છોડ આધારિત દૂધ અને કરીમરનો સમાવેશ થાય છે.

- ફ્લેવરવાળા સીરપ ઉમેરશો નહીં.

જો તમને ડાયાબિટીસ છે, તો તમારા પીણામાં ખાંડની માત્રા પર ધ્યાન આપો. જો તમે આ પીણામાં શુગર-ફ્રી, ઓછી ખાંડવાળા અથવા ખાંડ વગરના વઝર્નનો સમાવેશ કરો છો, તો તમારા લોહીમાં ખાંડના લેવલને કાબૂમાં રાખવું સરળ બને છે.

સજર્સી અને અન્ય પરક્કિર્યાઓ પહેલાં શરીરને હાઇડ્રેટ રાખવું લાભદાયક છે, એટલે તરસ લાગે તો પાણી પીવો. તમારી જરૂરિયાત કરતા વધારે પીવું નહીં. તમારી સજર્સી અથવા પરક્કિર્યા દરમિયાન તમને નસ દ્વારા (IV) પરવાહી આપવામાં આવશે.



તમારા આગમન સમયના 2 કલાક પહેલાં પીવાનું બંધ કરો. આમાં પાણી પણ સામેલ છે.

તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાએ તમને ક્યારે પીવાનું બંધ કરવું તે અંગે વિવિધ સૂચનાઓ આપી હશે. જો એમ હોય તો, તેમની સૂચનાઓનું પાલન કરો.

સૂચના મુજબ તમારી દવાઓ લો

તમારી સંભાળ રાખનાર ટીમના એક સભ્ય તમને જણાવશે કે, તમારી સજર્સીના દિવસે સવારે કઈ દવાઓ લેવી. એ દવાઓ પાણી સાથે લો. તમે નિયમિત રીતે સવારની જે દવાઓ લેતા હોવ, એના આધારે ડૉક્ટર તમને બધી દવાઓ લેવાનું કહી શકે, અમુક દવાઓ લેવાનું કહી શકે અથવા એક પણ દવા ન લેવાનું કહી શકે.

યાદ રાખવાની બાબતો

- આરામદાયક અને ઢીલા ફ્રિટિંગવાળા કપડાં પહેરો.
- જો તમે કોન્ટેક્ટ લેન્સ પહેરો છો, તો તેના બદલે તમારા ચશ્મા પહેરો. સજર્સી દરમિયાન કોન્ટેક્ટ લેન્સ પહેરવાથી તમારી આંખોને નુકસાન થઈ શકે છે.
- ધાતુની કોઈ પણ વસ્તુ ન પહેરવી. શરીરના વીધેલા સહિત તમામ દાગીના ઉતારી લો. તમારી સજર્સી દરમિયાન ઉપયોગમાં લેવાતા સાધનો જો ધાતુને સ્પર્શે, તો તેનાથી દાઝી શકે છે.
- કિંમતી ચીજવસ્તુઓ ઘરે જ રાખી દો.
- જો તમને માસિક સર્વાવ (પીરિયડ્સ) ચાલુ હોય, તો ટેમ્પોનના બદલે સેનિટરી પેડનો ઉપયોગ કરો. જો તમને એની જરૂર હોય, તો અમે તમને એક વાર વાપરીને ફેંકી દેવાય એવા અંદરનાં વસ્ત્રો અને સેનિટરી પેડ આપીશું.

શું સાથે લાવવું

- જો તમારી પાસે સ્લીપ એપનિયા માટેનું શ્વાસ લેવાનું મશીન હોય તો (જેમ કે તમારું સીપીએપી(CPAP) મશીન) એ લઈને આવવું.

- તમારું આરોગ્ય સંભાળ પરોક્ષી ફોમર્ અને અન્ય આગોતરી સૂચનાઓ, જો તમે તેમને ભયાર્ હોય.
- તમારો સેલફોન અને ચાજર.
- અખબારો જેવી નાની ખરીદી માટે તમારે ફક્ત પૈસાની જરૂર પડશે.
- જો તમારી પાસે કોઈ વ્યક્તિગત વસ્તુ છે, તો તેના માટે એક કવર. વ્યક્તિગત વસ્તુઓ જેમકે, ચશ્મા, સાંભળવાનું મશીન, ચોકડું, કૃતિર્મ અંગો, વિગ અને ધામિર્ક વસ્તુઓ.
- આ માગર્દશિર્કા. સજર્રી પછી તમારી સંભાળ કેવી રીતે રાખવી એ જાણવા માટે તમે આ માગર્દશિર્કાનો ઉપયોગ કરશો.

એકવાર તમે હોસ્પિટલમાં દાખલ થાઓ પછી

જ્યારે તમે હોસ્પિટલ પહોંચો, ત્યારે M લિક્સ્ટ વડે બીજા માળે અથવા B એલિવેટર વડે છઠ્ઠા માળે જાઓ. PSC વેઇટિંગ રૂમના ડેસ્ક પર ચેક ઇન કરો.

ઘણા સ્ટાફ સભ્યો તમને તમારું નામ અને જન્મ તારીખ કહેવા અને જોડણી કરવા માટે કહેશે. આ તમારી સલામતી માટે છે. સરખા અથવા સમાન નામ ધરાવતા લોકોની એક જ દિવસે સજર્રી થઈ શકે છે.

જ્યારે સજર્રી માટે કપડાં બદલવાનો સમય આવશે, ત્યારે તમને પહેરવા માટે હોસ્પિટલનો ગાઉન, બાથરોબ અને લપસતા અટકાવતાં મોજાં આપવામાં આવશે.

નસર્ સાથેની મુલાકાત

સજર્રી પહેલાં એક નસર્ તમારી મુલાકાત કરશે. તેમને જણાવો કે રાતરે 12 વાગ્યા પછી તમે કઈ દવા લીધી અને કેટલા વાગ્યે લીધી. ખાતરી કરો કે એમાં, ડોક્ટરે લખી આપેલી દવાઓ અને સીધી મેડીકલ સ્ટોરમાં મળતી દવાઓ, પેય અને કરીમનો સમાવેશ થતો હોય.

નસર્ મોટાભાગે તમારા હાથની કોઈ એક નસમાં IV મૂકશે. જો નસર્ IV ન મૂકી શકે, તો ઓપરેશન રૂમમાં બેભાન કરતી દવા આપતા ડોક્ટર (એનેસ્થેસિયોલોજિસ્ટ) એ IV મૂકશે.

એનેસ્થેસિયોલોજિસ્ટ સાથેની મુલાકાત

સજર્રી પહેલાં એનેસ્થેસિયોલોજિસ્ટ સાથે તમારી મુલાકાત થશે. તેઓ આ પરમાણે કરશે:

- તમારી સાથે તમારા સ્વાસ્થ્ય વિશેની માહિતી ચેક કરશે.
- પૂછશે કે શું તમને પહેલાં ક્યારેય એનેસ્થેસિયા લેવાથી કોઈ તકલીફ થઈ છે. એમાં ઊબકા આવવાનો (ઉલટી) અથવા દુખાવો થવાનો સમાવેશ થાય છે.
- સજર્રી દરમિયાન તમને કોઈ તકલીફ ન પડે અને તમારી સુરક્ષા જળવાય એ વિશે તમારી સાથે વાત કરશે.
- તમને કયા પરકારનું એનેસ્થેસિયા આપવામાં આવશે એ વિશે તમારી સાથે વાત કરશે.

- જો તમને એનેસ્થેસિયાને લઈને કોઈ પરશ્ન હોય તો તમને એનો જવાબ આપશે.

સજરી માટે તૈયાર થવું

જ્યારે તમારી સજરીનો સમય આવશે ત્યારે તમારા ચશ્મા, સાંભળવાનું મશીન, ચોકડું, કૃતિર્મ અંગો, વિગ અને ધાર્મિક વસ્તુઓ ઉતારવી પડશે.

તમે ઓપરેટિંગ રૂમમાં જાતે ચાલીને જઈ શકો અથવા સ્ટાફનો કોઈ સભ્ય તમને સ્ટ્રેચર પર ત્યાં લઈ જશે. ઓપરેટિંગ રૂમની ટીમનો એક સભ્ય તમને પલંગ પર ચઢવામાં મદદ કરશે. તેઓ તમારા ઘૂંટણની નીચેના ભાગ પર કમ્પ્રેશન બૂટ પહેરાવશે. આ બૂટ ધીમેથી ફૂલશે અને સંકોચાશે, જેથી તમારા પગમાં લોહીનો પ્રવાહ જળવાઈ રહે.

જ્યારે તમે તૈયાર હોવ, ત્યારે બેભાન કરવાની દવા આપતા ડોક્ટર તમને નસ દ્વારા દવા આપશે અને તમને ઊંઘ આવી જશે. તમારી સજરી વખતે અને સજરી પછી પણ તમને નસ દ્વારા પ્રવાહી આપવામાં આવશે.

તમારી સજરી દરમિયાન

તમે સંપૂર્ણપણે બેભાન થઈ જાઓ પછી, તમારી સંભાળ રાખનાર ટીમ તમારા મોં દ્વારા તમારા શ્વસનમાગરમાં શ્વાસની નળી મૂકશે. એ તમને શ્વાસ લેવામાં મદદ કરશે. તેઓ તમારા મૂત્રાશયમાં પેશાબ (ફોલી) કેથેટર પણ મૂકશે. એ તમારી સજરી દરમિયાન તમારા પેશાબને બહાર કાઢશે.

એકવાર તેઓ તમારી સજરી પૂરી કરી લે તે પછી તમારા સજરન સ્ટેપલ્સ અથવા ટાંકા વડે તમારા ચીરા બંધ કરશે.

તેઓ તમારા ચીરા પર Steri-Strips™ (સજિસ્કલ ટેપના પાતળા ટુકડા) અથવા Dermabond® (સજિસ્કલ ગુંદર) લગાવી શકે છે. તેઓ તમારા ચીરા પર પાટો બાંધશે.

સામાન્ય રીતે, જ્યારે તમે ઓપરેટિંગ રૂમમાં હોવ, ત્યારે તમારી શ્વાસ લેવાની નળી બહાર કાઢી લેવામાં આવશે.

તમારી લાળ ગરંથિની સજરી પછી

તમને સજરી પછી શું થઈ શકે એ સમજવા આ વિભાગ મદદ કરશે. તમારી સજરી પછી હોસ્પિટલમાં અને ઘરે બંને જગ્યાએ સરસ રીતે, કોઈ પણ પ્રોબ્લેમ વગર સાજા થવાનું શીખશો.

તમે આ વિભાગ વાંચો ત્યારે તમારા ડોક્ટરને પૂછવાના સવાલો લખી રાખો.

પોસ્ટ-એનેસ્થેસિયા કેર યુનિટ (પીએસીયુ)માં

સજરી પછી તમે ભાનમાં આવશો, ત્યારે તમે પીએસીયુ (PACU) માં હશો. એક નર્સ તમારા તાપમાન, નાડી, બ્લડ પ્રેશર અને ઓક્સિજનના સ્તર પર નજર રાખશે. તમે તમારા નાકની નીચેની નળી અથવા તમારા નાક અને મોં પરના માસ્ક વડે ઓક્સિજન મેળવી શકો છો. તમારા ઘૂંટણની નીચે ખાસ દબાણ આપતા બૂટ પહેરાવવામાં આવી શકે છે. આ બૂટથી લોહીનું પરિભ્રમણ સારું રહે છે અને લોહી ગંઠાઈ જતું નથી.

ટ્યુબ અને ડરેન

તમારી પાસે નીચેનામાંથી એક અથવા વધુ હોઈ શકે છે:

- તમારા ચીરાની નજીક ડરેનેજ ટ્યુબ. એ તમારી સજર્સીના ઘામાંથી પરવાહી બહાર કાઢવામાં મદદ કરે છે. જો તમને ડરેનેજ ટ્યુબ લગાવવામાં આવી હશે, તો હોસ્પિટલમાંથી તમને રજા આપવામાં આવે એ પહેલાં કાઢી લેવામાં આવશે.
- ફેસ માસ્ક અને હ્યુમિડિફાયર તમારા શ્વસનમાગરને ભેજવાળો રાખવામાં મદદ કરશે.

તમને હોસ્પિટલના રૂમમાં ખસેડવામાં આવવું

તમારે પીએસીયુ (PACU)માં થોડા કલાકો અથવા આખી રાત રહેવું પડે. તમારે કેટલો સમય ત્યાં રહેવું પડશેએતે તમે કરાવેલી સજર્સીના પરકાર પર આધાર રાખે છે. પીએસીયુ (PACU)માં રહ્યા પછી, સ્ટાફનો એક સભ્ય તમને તમારા હોસ્પિટલના રૂમમાં લઈ જશે.

તમારા હોસ્પિટલના રૂમમાં

સજર્સી પછી તમારે હોસ્પિટલમાં કેટલો સમય રહેવું પડશે તે તમારી સાજા થવાની પરગતિ પર આધાર રાખે છે. મોટાભાગના લોકો 1 થી 4 દિવસ સુધી હોસ્પિટલમાં રહે છે.

તમારા હોસ્પિટલના રૂમમાં, એક નસર્ તમે રહેશો ત્યાં સુધી તમારી સંભાળ રાખશે. તમે ત્યાં પહોંચો એના થોડા જ સમય પછી, એક નસર્ તમને પથારીમાંથી ઊભા થવામાં અને ખુરશી પર બેસવામાં મદદ કરશે.

તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાઓ તમને સજર્સી પછી સાજા થવાના સમય દરમિયાન તમારી પોતાની સંભાળ કેવી રીતે રાખવી તે શીખવશે.

તમારા દુખાવાનું નિયંત્રણ

મોટાભાગના લોકોને આ સજર્સી પછી ખૂબ જ ઓછો દુખાવો થાય છે. તમને કદાચ થોડું સુનૂનપણું થઈ શકે છે, પરંતુ સમય જતાં તે દૂર થઈ જશે.

શરૂઆતમાં, તમને IV લાઇન દ્વારા દુખાવો ઓછો થવાની દવા આપવામાં આવશે. એકવાર તમે ખાતા થઈ જાઓ, ત્યાર પછી તમને મોઢેથી લેવાતી પીડાની દવા (ગળી શકાય તેવી દવા) આપવામાં આવશે. તમારા ડૉક્ટર અને નસર્ તમને વારંવાર તમને દુખાવો કેવો રહે છે એ વિશે પૂછશે અને જરૂર મુજબ તમને દવા આપશે. જો તમારો દુખાવો ઓછો ન થાય, તો તમારા ડૉક્ટર અને નસર્ને જણાવો.

હોસ્પિટલમાંથી રજા મળે એ પહેલાં તમને દુખાવો ઓછો થવાની દવા લખી આપવામાં આવી શકે છે. દુખાવો ઓછો થવાની દવા લેવાથી કેવી આડઅસરો થઈ શકે એ વિશે અને પિર્સિક્ચરપ્શન વગર મળતી દુખાવો ઓછો થવાની દવાઓ ક્યારે લેવાનું શરૂ કરવું એ વિશે તમારા ડૉક્ટર અથવા નસર્ની સાથે વાત કરો.

હરવું-ફરવું અને ચાલવું

હરવા-ફરવાથી અને ચાલવાથી લોહી ગંઠાવાનું અને ન્યુમોનિયા (ફેફસાના ચેપ) થવાનું જોખમ ઓછું કરવામાં મદદ મળશે. એનાથી તમને ગેસ છોડવામાં અને પેટ સાફ (મળત્યાગ) થવામાં મદદ મળશે. જરૂર પડે તો તમારી નસર્, ફિઝિકલ થેરાપિસ્ટ અથવા ઓક્સ્યુપેશનલ થેરાપિસ્ટ તમને હલનચલન કરવામાં મદદ કરશે.

ચાલવાથી સાજા થવામાં કેવી રીતે મદદ મળે છે એ વિશે વધુ જાણવા માટે *Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery) વાંચો..

હોસ્પિટલમાં રહેતી વખતે તમારી સલામતી જાળવવા અને પડી જવાથી બચવા માટે તમે શું કરી શકો તે વિશે વધુ જાણવા માટે *Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall) વાંચો..

તમારા ફેફસાંની કસરત કરવી

તમારા ફેફસાં સંપૂર્ણરૂપે ફૂલે એ માટે એની કસરત કરવી જરૂરી છે. આ ન્યુમોનિયા અટકાવવામાં મદદ કરે છે.

- તમે જાગતા હો ત્યારે દર કલાકે ઇન્સેન્ટિવ સ્પાયરોમીટરનો (ફેફસાંને સારી રીતે ફુલાવવા અને ઊંડો શ્વાસ લેવાની કસરત કરાવવા માટેનું એક સાધન) 10 વખત ઉપયોગ કરો. વધુ જાણવા માટે *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer) વાંચો.
- ખાંસી અને ઊંડા શ્વાસ લેવાની કસરતો કરો. તમારી સંભાળ રાખનાર ટીમનો એક સભ્ય તે કેવી રીતે કરવો તમને શીખવશે.

ખાવું અને પીવું

મોટાભાગના લોકો સજર્સી પછી ટૂંક સમયમાં જ તેમનો સામાન્ય આહાર ફરી શરૂ કરી શકે છે.

કેટલાક લોકો સજર્સી પછી તરત જ હળવો ખોરાક લેવાનું શરૂ કરે છે. હળવા ખોરાકને નિયમિત આહાર કરતાં ઓછી ચાવવાની જરૂર હોય છે. જો તમારે એવો ખોરાક લેવાની જરૂર હોય, તો તમારી નસર્ તમને વધુ માહિતી આપશે.

જો તમને તમારા આહાર વિશે કોઈ પરશ્નો હોય, તો ક્લિનિકલ ડાયેટિશિયન ન્યુટ્રિશનિસ્ટને મળવાની વિનંતી કરો.

હોસ્પિટલમાંથી રજા લેતા પહેલાં

હોસ્પિટલમાંથી રજા લેતા પહેલાં, તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાઓમાંથી કોઈ એક પાસે તમારા ટાંકાની તપાસ કરાવવી. એ કેવા દેખાય છે એ જાણવાથી જો પછીથી એમાં કોઈ ફેરફાર જણાય તો તમે એ સરળતાથી ઓળખી શકશો.

હોસ્પિટલમાંથી રજા મળવાના દિવસે, સવારે લગભગ 11 વાગ્યે હોસ્પિટલમાંથી નીકળવાનું આયોજન કરો.

તમે રજા લો એ પહેલાં, તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતા તમારા ડિસ્ચાર્જ ઓડર અને દવાઓ માટેનું પિરિસ્ક્રિપ્શન તૈયાર કરશે. તમને લેખિત ડિસ્ચાર્જ સૂચનાઓ પણ આપવામાં આવશે. તમે રજા લો એ પહેલાં તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાઓમાંથી એક તમારી સાથે એની સમીક્ષા કરશે.

જો તમે નીકળવા માટે તૈયાર હોવ પણ તમારું વાહન આવવામાં વાર લાગવાની હોય, તો તમે પેશન્ટ ટ્રાન્ઝિશન લાઉન્જમાં રાહ જોઈ શકશો. તમારી સંભાળ રાખનાર ટીમના સભ્ય તમને વધુ માહિતી આપશે.

ઘરે

ઘરે અને MSK (એમએસકે) ખાતે તમારી એપોઇન્ટમેન્ટ દરમિયાન પડી જવાથી બચવા માટે તમે શું કરી શકો એ જાણવા માટે *What You Can Do to Avoid Falling* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling) વાંચો.

તમારા રિકવરી ટ્રેકરને ભરવું

અમે જાણવા માંગીએ છીએ કે તમને હોસ્પિટલમાંથી ઘરે ગયા પછી કેવું લાગે છે. અમે તમારી વધુ સારી રીતે સંભાળ રાખી શકીએ એ માટે અમે તમારા MSK MyChart એકાઉન્ટ પર કેટલાક પરશ્નો મોકલીશું. તમને હોસ્પિટલમાંથી રજા આપ્યા પછી 10 દિવસ સુધી અમે દરરોજ આ પરશ્નો મોકલીશું. આ પરશ્નોને તમારા રિકવરી (સાજા થવાના) ટ્રેકર તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

દરરોજ રાત્રે ૧૨ વાગ્યા પહેલાં તમારો રિકવરી ટ્રેકર ભરો. એ ભરતા તમને 2 થી 3 મિનિટ લાગશે. તમારા જવાબોથી અમને સમજવામાં મદદ મળશે કે તમે કેવું લાગે છે અને તમને શાની જરૂર છે.

તમારા જવાબોના આધારે અમે વધુ માહિતી માટે તમારો સંપર્ક કરી કરીશું. કોઈક વાર અમે તમને તમારા સર્જનની ઓફિસમાં ફોન કરવા માટે કહીશું જો તમને કોઈ પરશ્ન હોય, તો તમે કોઈપણ સમયે તમારા સર્જનની ઓફિસનો સંપર્ક કરી શકો.

વધુ જાણવા માટે, *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker) વાંચો.

તમારા દુખાવાનું નિયંત્રણ

દરેક વ્યક્તિને પીડા અથવા અસ્વસ્થતા અલગ-અલગ સમયગાળા સુધી રહેતી હોય છે. ઘરે જાઓ ત્યારે પણ તમને થોડો દુખાવો થઈ શકે છે અને તમે કદાચ પીડાની દવા લેતા હશો. કેટલાક લોકોને 6 મહિના કે તેથી વધુ સમય સુધી ચીરાની આસપાસ દુખાવો, જકડાઈ જવું અથવા સ્નાયુઓમાં દુખાવો રહે છે. આનો અર્થ એ નથી કે કંઈક ખોટું છે.

ઘરે ગયા પછી દુખાવાને કાબૂમાં રાખવા આ માગર્દશિસ્કામાં આપેલાં સૂચનોનું પાલન કરો.

- તમારી દવાઓ ડૉક્ટરે આપેલી સલાહ પરમાણે અને જરૂર મુજબ લો.
- જો તમને લખી આપેલી દવાથી તમારો દુખાવો ઓછો ના થતો હોય, તો તમારા ડૉક્ટરને કૉલ કરો.
- ડૉક્ટરે લખી આપેલી દુખાવાની દવા લેતા હો, ત્યારે વાહન ચલાવશો નહીં અથવા દારૂ પીશો નહીં. કેટલીક પિરિસ્ક્રિપ્શન મુજબ મળતી દુખાવાની દવાથી તમને ઊંઘ (ખૂબ જ ઊંઘ) આવી શકે છે. દારૂ પીવાથી વધારે ઊંઘ આવી શકે છે.
- જેમ જેમ તમારા ટાંકા રૂઝાતા જશે, તેમ તેમ દુખાવો ઓછો થશે અને દુખાવાની દવાની ઓછી જરૂર પડશે. પિરિસ્ક્રિપ્શન વગર મળતી દુખાવાની દવા દુખાવો અને તકલીફ ઘટાડવામાં મદદ કરશે. એસિટામિનોફેન (Tylenol®) અને આઇબુપ્રોફેન (Advil અથવા Motrin) પિરિસ્ક્રિપ્શન વગર મળતી દુખાવાની દવાઓ છે.
 - પિરિસ્ક્રિપ્શન દ્વારા આપેલી દુખાવાની દવા બંધ કરવા તમારા ડૉક્ટરની સલાહ લો.
 - કોઈપણ દવા વધારે પરમાણમાં ન લો. લેબલ પર આપેલી સૂચનાઓ અથવા તમારા ડૉક્ટરે આપેલી સૂચનાઓનું પાલન કરો.
 - તમે લઈ રહેલી બધી દવાઓના લેબલ ધ્યાનથી વાંચો. જો તમે એસિટામિનોફેન લઈ રહ્યા હોવ, તો એમ કરવું ખૂબ જ જરૂરી છે. એસિટામિનોફેન એવી ઘણી દવાઓમાં હોય છે, જે મેડિકલ સ્ટોર પર મળતી દવાઓમાં અને પિરિસ્ક્રિપ્શન દ્વારા મળતી દવાઓમાં હોય છે. એનું વધુ પરમાણમાં સેવન કરવાથી તમારા લિવરને નુકસાન થઈ શકે છે. તમારી સંભાળ રાખનાર ટીમના કોઈ સભ્ય સાથે વાત ક્યારે વિના એસિટામિનોફેન ધરાવતી એકથી વધુ દવાઓ ન લો.
- દુખાવાની દવા તમને પહેલાં કરતા હતા એ કામો ફરી કરવા મદદ કરશે. તમારી દૈનિક પરવૃત્તિઓ અને કસરતો આરામથી કરી શકો એટલી માત્રામાં જ દવા લો. જેમ જેમ વધારે પરવૃત્તિઓ કરશો, તેમ તેમ તમને થોડો વધારે દુખાવો થઈ શકે છે.
- તમે દુખાવાની દવા ક્યારે લો છો એની નોંધ રાખો. દવા લીધા પછી 30 થી 45 મિનિટમાં એની સારી અસર થાય છે. વધારે દુખાવો થાય એની રાહ જોવા કરતાં, પહેલી વાર દુખાવો થાય ત્યારે જ દવા લઈ લેવી સારું છે.

તમારા ચીરાની સંભાળ રાખવી

તમારા ચીરાનું સ્થાન તમે કરાવેલી સજર્રીના પરકાર પર આધાર રાખશે. તમારા ચીરાની નીચેની ત્વચા સુન્ન થઈ જાય તે સામાન્ય છે. આવું એટલા માટે થાય છે કારણ કે સજર્રી દરમિયાન તમારી કેટલીક ચેતાઓ કપાઈ ગઈ હતી. સમય જતાં આ સુન્નપણું ધીમે ધીમે દૂર થઈ જશે.

તમને તમારા ચીરામાંથી થોડા પરમાણમાં પરવાહી નીકળતું જણાઈ શકે છે. સજર્રી પછીના થોડા દિવસો સુધી આવું થવું સામાન્ય છે. જો નીકળતું પરવાહી ઘટ્ટ હોય અથવા પરુ જેવું દેખાતું હોય, તો તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાનો સંપર્ક કરો.

જો તમારા ચીરામાં ટાંકા હોય ત્યારે તમને હોસ્પિટલમાંથી રજા આપવામાં આવે, તો હોસ્પિટલમાંથી રજા મળ્યાના આશરે 7થી 10 દિવસ પછી, સજર્રી પછીની તમારી પ્રથમ ફોલો-અપ મુલાકાત દરમિયાન તમારા આરોગ્યસંભાળ

પરદાતા તે ટાંકા કાઢી નાખશે. તે ભીના થઈ જાય તો કોઈ વાંધો નથી.

જો તમે Steri-Strips™ અથવા Dermabond સાથે ઘરે જશો, તો એ સમય જતાં ઢીલી પડી જશે અને જાતે જ પડી જશે અથવા છૂટી જશે. જો તે 10 દિવસની અંદર જાતે જ ન ઊતરે, તો તમે તેને કાઢી શકો છો.

સ્નાન કરવું

તમારી ડરેનેજ ટ્યુબ કાઢી નાખ્યા પછી 24 કલાક બાદ તમે સ્નાન કરી શકો છો.

ગરમ પાણીથી સ્નાન કરવાથી શરીરને આરામ મળે છે અને સ્નાયુઓના દુખાવામાં રાહત મળે છે. તમારા વાળ અથવા માથાના સાબુવાળા પાણીને તમારા ચીરા પર વહેવા દો. તમારા ચીરા પર સીધો સાબુ લગાવવો ન જોઈએ.

સ્નાન ક્યાર્ પછી ટુવાલ વડે એ ભાગને હળવેથી થપથપાવીને સૂકો કરો અને જો ચીરામાંથી પરવાહી નીકળતું ન હોય, તો તેને ખુલ્લો રાખો. જો તમારા ચીરા પર લાલાશ દેખાય અથવા એમાંથી ઘટ્ટ પરુ જેવું પરવાહી નીકળતું હોય, તો તમારા ડોક્ટરનો સંપર્ક કરો.

શારીરિક પરવૃત્તિ અને કસરત

હોસ્પિટલમાંથી રજા મળે ત્યારે તમારો ચીરો બહારથી રૂઝાઈ ગયો હોય તેમ લાગી શકે છે. પરંતુ એ અંદરથી હજી સંપૂર્ણરૂપે રૂઝાયો નહીં હોય. તમારી સજર્સી પછીના પ્રથમ 2 અઠવાડિયા માટે:

- 10 પાઉન્ડ (લગભગ 4.5 કિલોગ્રામ)થી વધુ વજન ઉપાડશો નહીં.
- જોગિંગ અને ટેનિસ જેવી કોઈપણ પરવૃત્તિઓ કરશો નહીં, જેમાં વધારે શક્તિ વપરાય.
- ફૂટબોલ જેવી કોઈપણ રમતો રમશો નહીં, જેમાં એક ખેલાડીએ બીજા ખેલાડીને પકડવા પડે કે ઘક્કો મારવો પડે

શારીરિક પરવૃત્તિ કરવી, જેમ કે ચાલવું અને દાદર ચઢવું. એ તમને શક્તિ મેળવવામાં મદદ કરશે અને તમને સારું લાગશે. દિવસમાં ઓછામાં ઓછા 2 થી 3 વખત 20 થી 30 મિનિટની શારીરિક પરવૃત્તિ કરવાનો પ્રયાસ કરો. ઉદાહરણ તરીકે, તમે તમારા સ્થાનિક મોલ અથવા શોપિંગ સેન્ટરની બહાર અથવા ઘરની અંદર ચાલી શકો છો.

સજર્સી પછી તમારી ઊંજાર સામાન્ય કરતાં ઓછી હોવી સામાન્ય બાબત છે. સાજા થવાનો સમય દરેક વ્યક્તિ માટે અલગ અલગ હોય છે. તમે જેટલી કરી શકો તેટલી શારીરિક પરવૃત્તિ દરરોજ વધારતા જાઓ. હંમેશા પરવૃત્તિના સમયગાળાને આરામના સમયગાળા સાથે સંતુલિત કરો. આરામ તમારા સાજા થવાની પ્રક્રિયાનો એક મહત્વપૂર્ણ ભાગ છે.

ડ્રાઇવિંગ

તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાને પૂછો કે તમે ક્યારે વાહન ચલાવી શકો. મોટાભાગના લોકો સજર્સી પછી 7 થી 10 દિવસ પછી ફરીથી ડ્રાઇવિંગ શરૂ કરી શકે છે. જો તમે એવી કોઈ દવા લઈ રહ્યા હો, જેનાથી તમને ઘેન ચઢે, તો વાહન ચલાવશો નહીં.

તમે હોસ્પિટલમાંથી બહાર નીકળ્યા પછી કોઈપણ સમયે પેસેન્જર તરીકે કારમાં સવારી કરી શકો છો.

કામ પર પાછા જવું

તમારા કામ વિશે તમારા ડૉક્ટર સાથે વાત કરો. તમે જે પરકારનું કામ કરો છો, એને ધ્યાનમાં રાખીને તમારા માટે ફરીથી કામ ક્યારે શરૂ કરવું સલામત રહેશે એ અંગે તેઓ તમને માગર્દશર્ન આપશે. જો તમારા ઘણું હલનચલન કરવું પડતું હોય અથવા ભારે વસ્તુઓ ઊંચકવાની જરૂર પડતી હોય, તો થોડો વધારે સમય આરામ કરવો જોઈએ. જો તમે ડેસ્ક પર બેસીને કામ કરતા હો, તો તમે કદાચ વહેલા કામ પર પાછા જઈ શકશો.

ફોલો-અપ એપોઇન્ટમેન્ટ

સજરરી પછીની તમારી પ્રથમ મુલાકાત હોસ્પિટલમાંથી તમને રજા મળ્યા પછી લગભગ 7 થી 10 દિવસમાં હશે. તમારી નસર્ તમને કોલ કરવા માટેના ફોન નંબર સહિત, આ એપોઇન્ટમેન્ટ કેવી રીતે લેવી એ અંગે સૂચનાઓ આપશે.

ટેસ્ટના પરિણામ

સામાન્ય રીતે 1 અઠવાડિયામાં ટેસ્ટના રિપોર્ટ તૈયાર થઈ જાય છે, પરંતુ અમુક ટેસ્ટને વધારે સમય લાગી શકે છે. તમારી સજરરી પછી તમારી પ્રથમ ફોલો-અપ એપોઇન્ટમેન્ટ દરમિયાન તમારા ડૉક્ટર તમારી સાથે તમારા ટેસ્ટના રિપોર્ટ વિશે વાત કરશે.

તમારી લાગણીઓને સંભાળવી

ગંભીર બીમારી માટે સજરરી કરાવ્યા પછી તમને નવી અને મનને તકલીફ આપતી લાગણીઓ થઈ શકે છે. ઘણા લોકો કહે છે કે તેમને ક્યારેક રડવું આવવું, ઉદાસી, ચિંતા, ગભરાટ, ચીડિયાપણું અથવા ગુસ્સા જેવી લાગણીઓનો અનુભવ થયો હતો. તમને એવું લાગી શકે છે કે તમે આમાંની કેટલીક લાગણીઓ પર કાબૂ રાખી શકતા નથી. જો આવું થાય તો મિતરો, કુટુંબીજનો કે બીજાઓ સાથે વાત કરીને મન હળવું કરવું સારું છે. તમારા આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતા તમને MSKના કાઉન્સેલિંગ સેન્ટરમાં મોકલી શકે છે. તમે 646-888-0200 પર ફોન કરીને પણ તેમનો સંપર્ક કરી શકો છો.

એનો સામનો કરવાનું પહેલું પગલું છે કે તમે જે અનુભવો છો એના વિશે વાત કરો. એ માટે પરિવારના સભ્યો અને મિતરો મદદ કરી શકે છે. અમે તમને આશ્વાસન, ટેકો અને માગર્દશર્ન પણ આપી શકીએ છીએ. તમે કેવું અનુભવી રહ્યા છો એ વિશે તમારા પરિવારના સભ્યોને અને તમારા મિતરોને જણાવવું સારું છે. તમારા અને તમારા પરિવાર માટે મદદરૂપ સેવાઓ ઉપલબ્ધ છે. અમે તમને, તમારા પરિવારને અને મિતરોને તમારી બીમારીને કારણે ઊભી થતી લાગણીઓ અને માનસિક મુશ્કેલીઓની કઈ રીતે સંભાળ રાખવી એ જણાવવા માટે અહીં છીએ. અમે તમને મદદ કરવા તૈયાર છીએ પછી ભલે તમે હોસ્પિટલમાં હોવ કે ઘરે.

તમારા આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતાને ક્યારે કોલ કરવો

તરત જ તમારા આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતાને કોલ કરો જો:

- તમને 100.5 °F (38 °C) અથવા તેથી વધુ તાવ હોય છે.
- તમને ઠંડી સાથે ધ્રુજારી થાય છે.
- તમને શ્વાસ લેવામાં તકલીફ થઈ રહી છે.
- તમારા ચીરાની આસપાસની ત્વચા ખુબ જ લાલ હોય અથવા વધારે લાલ થતી હોય.
- તમારા ચીરાની આસપાસની ત્વચા સામાન્ય કરતાં વધુ ગરમ છે.
- તમારા ચીરાની આસપાસ સોજો શરૂ થયો હોય અથવા સોજો વધી રહ્યો છે.
- તમને પરુ જેવો સર્વાવ (જાડો અને દૂધિયા રંગનો પરવાહી) નીકળતો દેખાય છે.
- તમારા ચીરાના સ્થળમાંથી દુગર્ધ આવે છે.
- તમને કોઈપણ પરશ્નો અથવા ચિંતાઓ હોય.

સોમવારથી શુક્રવાર દરમિયાન સવારે 9:00 વાગ્યાથી સાંજે 5:00 વાગ્યા સુધી, તમારા આરોગ્યસંભાળ પરિદાતાની ઓફિસનો સંપર્ક કરો.

સાંજે 5:00 વાગ્યા પછી, સપ્તાહાંત દરમિયાન અને રજાના દિવસોમાં, 212-639-2000 પર ફોન કરો અને તમારા આરોગ્યસંભાળ પરિદાતા માટે ફરજ પર રહેલી વ્યક્તિ સાથે વાત કરાવવાનું કહો.

સપોર્ટ સેવાઓ

આ વિભાગમાં સપોર્ટ સેવાઓની યાદી છે. આ સેવાઓ તમને સર્જરી માટે તૈયાર થવામાં અને સર્જરી પછી સાજા થવામાં મદદ કરી શકે છે.

તમે આ વિભાગ વાંચો ત્યારે તમારા ડૉક્ટરને પૂછવા માટેના પરશ્નો લખી રાખો.

MSK સપોર્ટ સેવાઓ

એડમિટીંગ ઓફિસ

212-639-7606

જો તમને હોસ્પિટલમાં દાખલ થવા અંગે કોઈ પરશ્નો હોય, જેમ કે ખાનગી રૂમની વિનંતી કરવી હોય, તો કોલ કરો.

એનેસ્થેશિયા

212-639-6840

જો તમને એનેસ્થેશિયા (બેભાન કરવાની દવા) વિશે કોઈ પરશ્નો હોય, તો કોલ કરો.

સ્ક્રૂ દાન કરવાનો રૂમ

212-639-7643

જો તમને રક્ત અથવા પ્લેટલેટ્સનું દાન કરવામાં રસ હોય, તો માહિતી માટે કૉલ કરો.

બોબ્સ્ટ ઇન્ટરનેશનલ સેન્ટર

www.msk.org/international

888-675-7722

અમે વિશ્વભરના દર્દીઓનું સ્વાગત કરીએ છીએ અને તેમની સહાય માટે ઘણી સેવાઓ આપીએ છીએ. જો તમે બીજા દેશથી આવેલા દર્દી હોય, તો તમારી સારવારની વ્યવસ્થા કરવા માટે કૉલ કરો.

કાઉન્સેલિંગ કેન્દ્ર

www.msk.org/counseling

646-888-0200

ઘણા લોકોને કાઉન્સેલિંગથી મદદ મળે છે. અમારું કાઉન્સેલિંગ સેન્ટર વ્યક્તિઓ, યુગલો, પરિવારો અને જૂથો માટે કાઉન્સેલિંગ સેવાઓ આપે છે. જો તમે બેચેની કે નિરાશા અનુભવતા હો, તો અમે તમને મદદ કરવા માટે દવા પણ લખી શકીએ છીએ. તમારી સંભાળ રાખનાર ટીમના કોઈ સભ્યની મદદ લો અથવા અપોઇન્ટમેન્ટ લેવા માટે ઉપરના નંબર પર કૉલ કરો.

ફૂડ પેન્ટરી કાર્યક્રમ

646-888-8055

અમે કેન્સરની સારવાર દરમિયાન જરૂરિયાત ધરાવતા લોકોને ખોરાક પૂરો પાડીએ છીએ. તમારી સંભાળ રાખનાર ટીમના કોઈ સભ્ય સાથે વાત કરો અથવા વધુ માહિતી મેળવવા માટે ઉપર આપેલા નંબર પર કૉલ કરો.

સારવાર દરમિયાન સારું સ્વાસ્થ્ય અને સારું અનુભવવામાં મદદ મળે એવી સેવા

www.msk.org/integrativemedicine

આ સેવા તમારી નિયમિત સારવારની સાથે સાથે તમને વધુ સારી રીતે મદદ મળે એ માટે વિવિધ સેવાઓ આપે છે. ઉદાહરણ તરીકે, અમે સંગીત થેરાપી, મન અને શરીરને શાંત રાખવામાં મદદ મળે એવી થેરાપી, નૃત્ય અને હલનચલન થેરાપી, યોગ તેમજ સ્પર્શ દ્વારા આપવામાં આવતી થેરાપી જેવી સેવાઓ પૂરી પાડીએ છીએ. આ સેવાઓ માટે અપોઇન્ટમેન્ટ લેવા 646-449-1010 પર કૉલ કરો.

તમે એ સેવાના આરોગ્યસંભાળ પરિવારની સલાહ લેવા અપોઇન્ટમેન્ટ લઈ શકો. તેઓ તમારી સાથે મળીને સ્વસ્થ જીવન જીવવાની રીત અપનાવવા અને સારવારની આડઅસરોને ઓછી કરવા માટે યોજના બનાવશે. કન્સલ્ટેશન માટે અપોઇન્ટમેન્ટ લેવા 646-608-8550 પર કૉલ કરો.

MSK લાઇબ્રેરી

library.mskcc.org

લાઇબ્રેરીના સ્ટાફ સાથે વાત કરવા તમે અમારી લાઇબ્રેરીની વેબસાઇટની મુલાકાત લઈ શકો છો અથવા asklibrarian@mskcc.org પર ઇમેઇલ કરો. તેઓ તમને કોઈ ચોક્કસ પરકારના કેન્સર વિશે વધુ માહિતી શોધવામાં મદદ કરી શકે છે. તમે લાઇબ્રેરીની પેશન્ટ એજ્યુકેશન રીસોર્સ ગાઇડ પણ જોઈ શકો છો.

પોષણ સેવાઓ

www.msk.org/nutrition

212-639-7312

અમારી સેવા, અમારા ક્લિનિકલ ડાયેટિશિયન ન્યુટ્રિશનિસ્ટ દ્વારા પોષણ સંબંધિત સલાહ-સૂચનો આપે છે. તમારા ક્લિનિકલ ડાયેટિશિયન ન્યુટ્રિશનિસ્ટ તમારી ખાવાની ટેવો વિશે તમારી સાથે વાત કરશે. તેઓ સારવાર દરમિયાન અને પછી શું ખાવું તે અંગે પણ સલાહ આપી શકે છે. તમારી સંભાળ ટીમના સભ્યને રેફરલ માટે પૂછો અથવા એપોઇન્ટમેન્ટ લેવા માટે ઉપરના નંબર પર કોલ કરો.

દદીર્ અને સમુદાય શિક્ષણ

www.msk.org/pe

શૈક્ષણિક સાધનો, વિડિયો અને ઓનલાઇન કાર્યક્રમો શોધવા માટે અમારી દદીર્ અને સમુદાય શિક્ષણ વેબસાઇટની મુલાકાત લો.

દદીર્ બિલિંગ

646-227-3378

તમારી વીમા કંપનીની પૂવર્-મંજૂરી વિશે કોઈ પરશ્નો હોય તો કોલ કરો. આને પૂવર્-મંજૂરી પણ કહેવામાં આવે છે.

પેશન્ટ રીપરેસેન્ટેટીવ ઓફીસ

212-639-7202

જો તમને હેલ્થ કેર પ્રોક્સી ફોર્મ વિશે કોઈ પરશ્નો હોય અથવા તમારી સારવાર અંગે કોઈ ચિંતા હોય, તો ફોન કરો.

સજર્સી પહેલાં, દરમિયાન અને પછી સંભાળ રાખવા માટે નસર્નો સંપર્ક

212-639-5935

જો તમારી સજર્સી દરમિયાન MSK દ્વારા કોઈપણ માહિતી જાહેર કરવા અંગે તમને પરશ્નો હોય, તો ફોન કરો.

ખાનગી ફરજ બજાવતી નસોર્ અને સાથીઓ

646-357-9272

તમે હોસ્પિટલમાં તેમજ ઘરે તમારી સંભાળ માટે ખાનગી ફરજ પરની નસોર્ અથવા દદીર્ સહાયક સાથીઓની વિનંતી કરી શકો છો. વધુ માહિતી માટે ફોન કરો.

રીહેબીલીટેશન સર્વિસીસ

www.msk.org/rehabilitation

કેન્સર અને તેની સારવારથી તમારું શરીર નબળું, જકડાઈ ગયેલું અથવા કડક લાગી શકે છે. કેટલાક કારણોને લીધે લિમ્ફેડેમા (સોજો) થઈ શકે છે. અમારા ફિઝિયાટ્રિસ્ટ (પુનર્વસન દવાના ડૉક્ટરો), ઓક્યુપેશનલ થેરાપિસ્ટ (OT) અને ફિઝિકલ થેરાપિસ્ટ (PT) તમને તમારી સામાન્ય પરવૃત્તિઓ ફરી શરૂ કરવામાં મદદ કરી શકે છે.

- સાજા થવામાં મદદ કરતા ડોક્ટરોતમારી હલનચલન અને રોજિંદાં કામ કરવામાં થતી તકલીફોનું નિદાન અને સારવાર કરે છે તેઓ MSKમાં અથવા તમારા ઘરની નજીકના કોઈ સ્થળે એવી સારવાર અને કસરતોની યોજના તૈયાર કરશે, જે તમને ફરીથી રોજિંદાં કામ સરળતાથી કરવામાં મદદ કરશે. વધુ માહિતી માટે 646-888-1929 પર રિહેબિલિટેશન મેડિસિન (ફિઝિયાટ્રી) વિભાગને ફોન કરો.
- જો તમને તમારી સામાન્ય દૈનિક પરવૃત્તિઓ કરવામાં તકલીફ પડતી હોય, તો OT મદદ કરી શકે છે. ઉદાહરણ તરીકે, તેઓ દૈનિક કાર્યોને સરળ બનાવવા માટે સાધનોની ભલામણ કરી શકે છે. PT તમને શક્તિ અને લવચીકતા વધારવામાં મદદ કરવા માટે કસરતો શીખવી શકે છે. વધુ જાણવા માટે 646-888-1900 પર રિહેબિલિટેશન થેરાપીને કોલ કરો.

કેન્સર પછીના જીવન માટે સંસાધનો (RLAC) કાયરૂક્રમ

646-888-8106

MSK ખાતે, તમારી સારવાર પૂરી થયા પછી પણ તમારી સંભાળ પૂરી થતી નથી. [RLAC કાયરૂક્રમ](#) એવા દદીરૂઓ અને તેમના પરિવારજનો માટે છે જેમની સારવાર પૂણર્ થઈ ગઈ છે.

આ પરોગ્રામમાં ઘણી સેવાઓ છે. અમે સારવાર પછીના જીવન પર સેમિનાર, વર્કશોપ, સહાયક જૂથો અને કાઉન્સેલિંગ ઓફર કરીએ છીએ. અમે વીમા અને રોજગારના પરશ્નોમાં પણ મદદ કરી શકીએ છીએ.

જાતીય સ્વાસ્થ્ય કાયરૂક્રમો

કેન્સર અને કેન્સરની સારવાર તમારા જાતીય સ્વાસ્થ્ય, પરજનન ક્ષમતા અથવા બંનેને અસર કરી શકે છે. MSK ના જાતીય સ્વાસ્થ્ય કાયરૂક્રમો તમારી સારવાર પહેલાં, સારવાર દરમિયાન અથવા સારવાર પછી તમને મદદ કરી શકે છે.

- અમારો [ફીમેલ સેક્સ્યુઅલ મેડિસીન એન્ડ વીમેન્સ હેલ્થ પરોગ્રામ](#) સ્ત્રીઓના જાતીય સ્વાસ્થ્ય જેમ કે, અકાળે મેનોપોઝ (માસિક કાયમ માટે વહેલું બંધ થઈ જવું) અથવા ગભરૂદારણ કરવામાં થતી મુશ્કેલી જેવી સમસ્યાઓમાં મદદ કરી શકે છે. વધુ માહિતી માટે તમારી MSK કેર ટીમના સભ્યને રેફરલ માટે પૂછો અથવા 646-888-5076 પર કોલ કરો.
- અમારો [મેલ સેક્સ્યુઅલ એન્ડ રીપ્રોડક્ટીવ મેડિસીન પરોગ્રામ](#) સ્તંભન જાળવી રાખવામાં થતી મુશ્કેલી (ઇરેક્ટાઇલ ડિસફંક્શન-ED) જેવી જાતીય સ્વાસ્થ્ય સંબંધિત સમસ્યાઓમાં મદદ કરી શકે છે. વધુ માહિતી માટે તમારી સંભાળ ટીમના સભ્યને રેફરલ માટે પૂછો અથવા 646-888-6024 પર કોલ કરો.

સામાજિક કાયરૂ

www.msk.org/socialwork

212-639-7020

સામાજિક કાયરૂકરો કેન્સર ધરાવતા લોકો અને તેમના પરિવારજનો તથા મિતરો દ્વારા સામાન્ય રીતે અનુભવાતી સમસ્યાઓનો સામનો કરવામાં મદદ કરે છે. તેઓ તમારી સારવાર દરમિયાન વ્યક્તિગત કાઉન્સેલિંગ અને સહાય જૂથોની સેવાઓ આપે છે. તેઓ તમને બાળકો અને પરિવારના બીજા સભ્યો સાથે સારી રીતે વાતચીત કરવામાં મદદ

કરી શકે છે.

અમારા સામાજિક કાયરૂકરો તમને મદદરૂપ સંસ્થાઓ અને કાયરૂકરૂમો માટે સંપર્ક કરવામાં પણ મદદ કરી શકે છે. જો તમને તમારા બિલ ચૂકવવામાં મુશ્કેલી પડી રહી હોય, તો તેમની પાસે નાણાકીય સહાયના ઉપલબ્ધ સૂત્રોતો વિશે પણ માહિતી છે. વધુ માહિતી માટે ઉપર આપેલા નંબર પર ફોન કરો.

આધ્યાત્મિક સંભાળ

212-639-5982

અમારા આધ્યાત્મિક સલાહકારો (ચેપ્લેન) તમારી વાત સાંભળવા, પરિવારના સભ્યોને સહાય આપવા અને પ્રાર્થના કરવા માટે ઉપલબ્ધ છે. તેઓ તમારા માટે સ્થાનિક ધાર્મિક આગેવાનો અથવા આસ્થા આધારિત સમૂહોનો સંપર્ક કરી શકે છે અથવા માત્ર તમને સાંત્વના આપતા સાથી અને આધ્યાત્મિક સહારા તરીકે તમારી સાથે રહી શકે છે. કોઈપણ વ્યક્તિ આધ્યાત્મિક સહાય માટે વિનંતી કરી શકે છે. એ માટે તમારો કોઈપણ ધર્મ સાથે સંબંધ (ધાર્મિક જોડાણ) હોવો જરૂરી નથી.

MSKનું સર્વધર્મ પ્રાર્થના સ્થળ મેમોરિયલ હોસ્પિટલના મુખ્ય લોબી નજીક આવેલું છે. એ દિવસના 24 કલાક ખુલ્લું રહે છે. જો તમને કોઈ ઈમરજન્સી હોય, તો 212-639-2000 પર ફોન કરો. ફરજ પરના ચેપ્લેન સાથે વાત કરાવવા વિનંતી કરો.

તમાકુ છોડાવવાનો કાયરૂકરૂમ

www.msk.org/tobacco

212-610-0507

જો તમે ધૂમ્રપાન છોડવા માંગતા હો, તો MSK પાસે એવા નિષ્ણાતો છે જે તમને મદદ કરી શકે છે. વધુ માહિતી માટે ફોન કરો.

ઓનલાઇન કાયરૂકરૂમો

www.msk.org/vp

અમે દર્દીઓ અને તેમની સંભાળ રાખનારાઓ માટે ઓનલાઇન શિક્ષણ અને સહાય આપીએ છીએ. આ લાઇવ સેશન છે જ્યાં તમે વાત કરી શકો છો અથવા ફક્ત સાંભળી શકો છો. તમે તમારા નિદાન, સારવાર દરમિયાન શું અપેક્ષા રાખવી અને કેન્સરની સંભાળ માટે કેવી રીતે તૈયારી કરવી તે વિશે શીખી શકો છો.

સેશન ખાનગી, મફત અને નિષ્ણાતો દ્વારા સંચાલિત છે. ઓનલાઇન કાયરૂકરૂમો વિશે વધુ જાણવા અથવા નોંધણી કરાવવા માટે અમારી વેબસાઇટની મુલાકાત લો.

બાહ્ય સપોર્ટ સેવાઓ

દિવ્યાંગો માટે વાહનવ્યવહાર સેવા

web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm

877-337-2017

ન્યૂ યોર્ક શહેરમાં, MTA દિવ્યાંગ લોકોને ખાસ સેવા આપે છે. એ સેવામાં તમને ઘરેથી બેસાડીને તમારે જ્યાં જવું છે ત્યાં લઈ જશે અને ઘરે પાછા મૂકી જશે અથવા તમારી સાથે બીજા મસાફરો પણ હશે, જેઓને તમે જ્યાં જાઓ છો ત્યાં જવું છે. આ સેવા એવા લોકો માટે છે, જેઓ જાહેર બસ અથવા સબવેનો ઉપયોગ કરી શકતા નથી.

એર ચેરિટી નેટવર્ક

www.aircharitynetwork.org

877-621-7177

સારવાર કેન્દ્રો સુધી મુસાફરીની સુવિધા પૂરી પાડે છે.

અમેરિકન કેન્સર સોસાયટી (ACS)

www.cancer.org

800-ACS-2345 (800-227-2345)

કેન્સરની સારવાર દરમિયાન દર્દીઓ અને તેમની સંભાળ રાખનારાઓ માટે રહેવાની મફત સુવિધા પૂરા પાડે છે, સાથે સાથે અલગ અલગ માહિતી અને સેવાઓ આપે છે.

કેન્સર એન્ડ કેરિયર્સ

www.cancerandcareers.org

646-929-8032

કેન્સર ધરાવતા કમર્ચારીઓ માટે શિક્ષણ, ઉપયોગી સાધનો અને કાર્યક્રમો પૂરા પાડે છે.

કેન્સરકેર

www.cancercare.org

800-813-4673

275 સેવન્ટ્થ એવન્યુ (વેસ્ટમાં 25મી અને 26મી સ્ટ્રીટ વચ્ચે)

ન્યૂ યોર્ક, NY 10001

કાઉન્સેલિંગ, સહાય જૂથો, શૈક્ષણિક વર્કશોપ, પર્યાવરણ અને નાણાકીય મદદ આપે છે.

કેન્સર સપોર્ટ કમ્યુનિટી

www.cancersupportcommunity.org

કેન્સરથી પીડાતા લોકો માટે સહાય અને શિક્ષણ આપે છે.

કેરગિવર એક્શન નેટવર્ક

www.caregiveraction.org

800-896-3650

લાંબા સમયથી બીમાર કે દિવ્યાંગ સગાં-વહાલાંની સંભાળ રાખતા લોકો માટે શિક્ષણ અને મદદ આપે છે.

કોર્પોરેટ એન્જલ નેટવર્ક

www.corpangelnetwork.org

866-328-1313

કોર્પોરેટ જેટ વિમાનોમાં ખાલી રહેલી બેઠકોનો ઉપયોગ કરીને આખા દેશમાં સારવાર માટે મફત મુસાફરીની સુવિધા આપે છે.

ગુડ ડેઝ

www.mygooddays.org

877-968-7233

સારવાર દરમિયાન પોતે ચૂકવવા પડતા પૈસા માટે નાણાકીય મદદ પૂરી પાળે છે. દર્દીઓ પાસે તબીબી વીમો હોવો જોઈએ, તેમની આવક નક્કી કરેલા માપદંડ પરમાણે હોવી જોઈએ અને તેમને ગુડ ડેઝ દ્વારા મંજૂર કરવામાં આવેલી દવાઓ લખી આપી હોવી જોઈએ.

હેલ્થવેલ ફાઉન્ડેશન

www.healthwellfoundation.org

800-675-8416

ચોક્કસ દવાઓ અને સારવાર માટે પોતે ચૂકવવા પડતા પૈસા, આરોગ્ય વીમાના પરિમિત અને વીમો શરૂ થાય એ પહેલાં ચૂકવવામાં આવતા પૈસા માટે નાણાકીય મદદ આપે છે.

જો'ઝ હાઉસ

www.joeshouse.org

877-563-7468

કેન્સર ધરાવતા લોકો અને તેમના પરિવારજનો માટે સારવાર કેન્દ્રોની નજીક રહેવાની જગ્યાઓની યાદી પૂરી પાડે છે.

LGBT કેન્સર પ્રોજેક્ટ

www.lgbtcancer.com

LGBT સમુદાય માટે સહાય અને તેઓના પક્ષમાં રજુઆત કરવા મદદ કરે છે, જેમાં ઓનલાઇન સહાય જૂથો અને LGBT સમુદાયના લોકોને પણ સેવા આપતા ક્લિનિકલ ટ્રાયલ્સની માહિતીનો પણ સમાવેશ થાય છે.

લાઈવસ્ટ્રોંગ ફિટિલિટી

www.livestrong.org/fertility

855-744-7777

જે કેન્સરના દર્દીઓ અને કેન્સરમાંથી સાજા થયેલા લોકોની તબીબી સારવારને કારણે વંધ્યત્વનું જોખમ હોય છે, તેઓને પરજનન સંબંધિત માહિતી અને સહાય પૂરી પાડે છે.

લુક ગુડ ફીલ બેટર કાયરકર્મ

www.lookgoodfeelbetter.org

800-395-LOOK (800-395-5665)

આ કાયરકર્મમાં એવા વક્ષોપ આપવામાં આવે છે, જેમાં તમે તમારા દેખાવ વિશે સારું અનુભવો એવી બાબતો શીખી શકો છો. વધુ માહિતી મેળવવા અથવા વક્ષોપ માટે નોંધણી કરાવવા, ઉપર આપેલા નંબર પર ફોન કરો અથવા કાયરકર્મની વેબસાઇટની મુલાકાત લો.

નેશનલ કેન્સર ઇન્ફોર્મેશન

www.cancer.gov

800-4-CANCER (800-422-6237)

નેશનલ કાઉન્સિલ ઓન એજિંગ (NCOA)

www.benefitscheckup.org

વૃદ્ધ વયના લોકો માટે માહિતી અને ઉપયોગી સાધનો અથવા મદદ પૂરી પાડે છે. BenefitsCheckUp® એ મફત ઓનલાઇન ટુલ છે, જે તમને પિરસિક્સ્પ્શન કરેલી દવાઓ માટે મદદ આપતી યોજનાઓ વિશે માહિતી આપે છે, જેમાં Medicareના Extra Help કાયરકર્મનો પણ સમાવેશ થાય છે.

નેશનલ LGBT કેન્સર નેટવર્ક

www.cancer-network.org

LGBT કેન્સર સવારંધવસર્ (કેન્સરમાંથી સાજા થયેલા લોકો) અને કેન્સરના જોખમ ધરાવતા લોકો માટે શિક્ષણ અને તાલીમ આપે છે તેમજ તેઓના પક્ષમાં રજુઆત કરે છે.

નીડી મેડ્સ

www.needymeds.org

બર્ન્ડ નામની અને જેનરિક દવાઓ માટે ઉપલબ્ધ પેશન્ટ અસિસ્ટન્સ પ્રોગ્રામ્સની યાદી આપે છે.

NYRx

www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm

ન્યૂ યોર્ક રાજ્યમાં સરકારી નોકરી કરતા કમર્યારીઓ અને નિવૃત્ત કમર્યારીઓને પિરસિક્સ્પ્શન કરેલી દવાઓ માટે મદદ આપે છે.

પેશન્ટ એક્સેસ નેટવર્ક (PAN) ફાઉન્ડેશન

www.panfoundation.org

866-316-7263

વીમો ધરાવતા દર્દીઓને પોતે ચૂકવવા પડતા પૈસા માટે મદદ પૂરી પાડે છે.

પેશન્ટ એડવોકેટ ફાઉન્ડેશન

www.patientadvocate.org

800-532-5274

આ સંસ્થા સારવાર મેળવવામાં મદદ, આથિરૂક સહાય, આરોગ્ય વીમા સંબંધિત સહાય, સારવાર દરમિયાન નોકરી જાળવી રાખવામાં મદદ તેમજ જેઓનો વીમો સારવારના તમામ જરૂરી ખર્ચને પૂરતો આવરી લેતો નથી તેવા લોકો માટે દેશવ્યાપી સહાય સેવાઓની ડિરેક્ટરી સુધી પહોંચવા મદદ કરે છે.

રેડ ડોર કમ્યુનિટી(અગાઉ Gilda's Club તરીકે ઓળખાતી હતી)

www.reddoorcommunity.org

212-647-9700

કેન્સર સાથે જીવન જીવી રહેલા લોકોને નેટવર્કિંગ, વકરૂશોપ્સ, વ્યાખ્યાનો અને સામાજિક પરવૃત્તિઓ દ્વારા સામાજિક અને ભાવનાત્મક સહાય મળે તેવી જગ્યા.

RxHope

www.rxhope.com

877-267-0517

લોકોને તેઓ ખરીદી શકતા ન હોય અથવા જેનો ખર્ચ ઉઠાવવામાં મુશ્કેલી પડતી હોય તેવી દવાઓ મેળવવામાં સહાય પર્દાન કરે છે.

ટ્રાયેજ કેન્સર

www.triagecancer.org

કેન્સરના દર્દીઓ અને તેમની સંભાળ રાખનારાઓ માટે કાનૂની, તબીબી અને નાણાકીય માહિતી તેમજ ઉપયોગી સાધનોની મદદ આપે છે.

આરોગ્ય સંબંધિત શૈક્ષણિક માહિતી

આ વિભાગમાં આ માગરૂદ્ધશિરૂકામાં જણાવેલી શૈક્ષણિક સાધનોની યાદી આપવામાં આવી છે. એ તમને તમારી સજરૂરી માટે તૈયારી કરવામાં અને સજરૂરી પછી સાજા થવામાં મદદ કરશે.

આ વાંચતી વખતે, તમારા આરોગ્યસંભાળ પર્દાતાને પૂછવા માટેના પર્શ્નો લખી રાખો.

- *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)
- *Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)
- *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-

- *Herbal Remedies and Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)
- *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)
- *What You Can Do to Avoid Falling* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)
- *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)

જો તમને કોઈ પરશ્નો અથવા ચિંતાઓ હોય, તો તમારા આરોગ્ય સંભાળ પરદાતાનો સંપર્ક કરો. તમારી સંભાળ ટીમના સભ્ય સોમવારથી શુક્રવાર સુધી જવાબ આપશે ૯ વાગે સવારે થી ૫ વાગે સાંજે આ સમય સિવાય, તમે કોઈ સંદેશ છોડી શકો છો અથવા અન્ય MSK પરદાતા સાથે વાત કરી શકો છો. કોલ પર હંમેશા ડૉક્ટર અથવા નર્સ હોય છે. જો તમને તમારા આરોગ્યસંભાળ પરદાતાનો સંપર્ક કેવી રીતે કરવો તે વિશે ખાતરી ન હોય, તો 212-639-2000 પર કોલ કરો.

વધુ રિસોર્સ માટે, અમારી વયુરુઅલ લાઈબ્રેરી www.mskcc.org/pe ની મુલાકાત કરો

About Your Salivary Gland Surgery - Last updated on April 7, 2026

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