



कीमोथेरेपी और में

अंतर्वस्तु

कीमोथेरेपी क्या है?

आपको कीमोथेरेपी की आवश्यकता क्यों है?

कीमोथेरेपी कैसे काम करती है?

यह मुझे कैसे दिया जाएगा?

पंप क्या हैं?

मुझे कौन सी दवा मिलेगी?

मुझे यह कितनी बार मिलेगा?

अगर मुझे एक खुराक भूल जाता है तो क्या होगा?

मुझे कैसे पता चलेगा कि कीमोथेरेपी काम कर रही है?

कीमोथेरेपी के दौरान क्या कोई विशेष आहार है जो मुझे खाना चाहिए?

क्या मैं कीमोथेरेपी के दौरान मुलाकात कर सकता हूँ?

क्या मैं अपनी अन्य नियमित दवा और कोई अन्य ओटीसी दवा ले सकता हूँ?

क्या मैं हर्बल सप्लीमेंट/आयुर्वेदिक उत्पाद एक साथ ले सकता हूँ?

इलाज करने वाली टीम और मैं

कीमोथेरेपी के दौरान मेरा मानसिक स्वास्थ्य

कीमोथेरेपी के कुछ सामान्य साइडएफेक्ट

- **कीमोथेरेपी क्या है?**

कीमोथेरेपी (कीमो) कैंसर के इलाज के लिए दवाओं या दवाओं का उपयोग है।

- **आपको कीमोथेरेपी की आवश्यकता क्यों है?**

कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करने के लिए कीमोथेरेपी की आवश्यकता होती है। इसका उपयोग कैंसर को ठीक करने के लिए किया जाता है, कैंसर को आगे फैलने से रोककर नियंत्रित किया जाता है, या पैलिएटिव उपचार के लिए जहां इसका उपयोग ट्यूमर के बोझ को कम करने और जीवन की क्वालिटी में सुधार करने के लिए किया जाता है।

- **कीमोथेरेपी कैसे काम करती है?**

अधिकांश कीमोथेरेपी उन कोशिकाओं को मारकर कार्य करती है जो तेजी से बढ़ती हैं और कैंसर कोशिकाओं की तरह विभाजित होती हैं। वे अन्य तेजी से विभाजित होने वाली कोशिकाओं को भी प्रभावित करते हैं जैसे कि वे जो मुंह, आंत और बालों की परत।

• यह मुझे कैसे दिया जाएगा?

कीमोथेरेपी कई तरह से दी जा सकती है।

- इंजेक्शन: कीमोथेरेपी आपके हाथ, जांघ, या कूल्हे में एक मांसपेशी (इंट्रामस्कलर या आईएम) में, या आपकी बांह, पैर या पेट के वसायुक्त हिस्से में त्वचा (चमड़ी के नीचे या एस.सी) के ठीक नीचे दी जाती है।
- अंतःशिरा (आईवी): कीमोथेरेपी सीधे शिरा में जाती है।
- मौखिक: कीमोथेरेपी गोलियों, कैप्सूल या तरल पदार्थों में आती है जिन्हें आप निगलते हैं
- इंटरथीकल (आईटी): लंबर पंचर नामक एक प्रक्रिया करके रीढ़ की हड्डी के आसपास के तरल पदार्थ में कीमोथेरेपी दी जाती है।
- आईवी कीमोथेरेपी पर अधिक:आईवीकीमोथेरेपी देने का सबसे आम तरीका है और आमतौर पर एक नर्स द्वारा हाथ या निचली बांह पर एक छोटा कैन्जूलारखकर किया जाता है जिसे कीमो खत्म होते ही या तीन दिनों के भीतर हटा दिया जाता है।

अधिक लंबे समय तक या लगातार शेड्यूल के लिए या जब दवाएं प्रकृति में परेशान होती हैं तो रहने वाले उपकरणों का उपयोग किया जाता है।

- कैथेटर:इसे सेंट्रल लाइन या पीआईसीसी (पेरिफेरली इंसर्टेड कैथेटर) भी कहा जाता है।इन्हें वार्ड, ऑपरेशन थिएटर या रेडियोलॉजी सूट में डाला जा सकता है। विभिन्न स्थान हाथ या गर्दन या छाती में होते हैं।यह एक पतली मुलायम ट्यूब होती है जिसका एक सिरा नस के अंदर और दूसरा सिरा शरीर के बाहर होता है।अधिकांश कैथेटर तब तक बने रहते हैं जब तक आपके सभी कीमोथेरेपी उपचार नहीं हो जाते। कैथेटर का उपयोग कीमोथेरेपी के अलावा अन्य दवाओं और रक्त खींचने के लिए भी किया जा सकता है।
- पोर्ट:पोर्ट प्लास्टिक या धातु से बनी एक छोटी, गोल डिस्क होती है जिसे आपकी त्वचा के नीचे रखा जाता है। एक कैथेटर पोर्ट को एक बड़ी नस से जोड़ता है, जो अक्सर आपकी छाती में होता है।आपकी नर्स आपको कीमोथेरेपी देने या रक्त निकालने के लिए आपके पोर्ट में एक सुई डाल सकती है।इस सुई को 1 दिन से अधिक समय तक दिए जाने वाले कीमोथेरेपी उपचारों के लिए जगह पर छोड़ा जा सकता है।

- **पंप क्या हैं?**

अधिकांश कीमोथेरेपी एक निर्दिष्ट अवधि में दी जानी चाहिए। कीमोथेरेपी पंप एक ऐसा उपकरण है जो शरीर में धीमी, नियंत्रित दर पर कीमोथेरेपी दवाओं का वितरण करता है।

- **मुझे कौन सी दवा मिलेगी?**

अधिकांश कैंसर का इलाज कई दवाओं के साथ किया जाता है जिन्हें विशेष खुराक और समय में एक साथ रखा जाता है ताकि कैंसर कोशिकाओं को यथासंभव कम टॉक्सिसिटी के साथ सबसे कुशलता से मार दिया जा सके। इसे अक्सर प्रोटोकॉल या रेजिमेन कहा जाता है। इसका फैसला इलाज करने वाले चिकित्सक मरीज से बातचीत कर करेंगे। कुछ कारक जो यह तय करने में उपयोग किए जाते हैं कि कौन सी दवाओं का उपयोग किया जाता है, वे कैंसर के चरण और प्रकार हैं, रोगी की फिटनेस, पहले से मौजूद बीमारियों की उपस्थिति (जैसे गुर्दे या हृदय रोग) और वर्तमान संक्रमण (जैसे निमोनिया), प्रत्यारोपण और वित्तीय क्षमताओं जैसे आगे के उपचार की आवश्यकता है।

- **मुझे यह कितनी बार मिलेगा?**

उपयोग किए गए प्रोटोकॉल के आधार पर उपचार कार्यक्रम अलग-अलग होते हैं। अधिकतर यह उपचार की अवधि के बाद आराम की अवधि (स्वस्थ कोशिकाओं को स्वस्थ होने के लिए) होगी और इसे एक साइकल कहा जाता है। उदाहरण के लिए, एक सप्ताह कीमो के बाद तीन सप्ताह का आराम। इन चार सप्ताहों को एक साइकल कहा जाता है। अधिकांश प्रोटोकॉल में कीमोथेरेपी के चार से छह साइकल होते हैं।

- **अगर मुझे एक खुराक भूल जाता है तो क्या होगा?**

जहां तक संभव हो कीमोथेरेपी की खुराक को छोड़ना उचित नहीं है। कभी-कभी हालांकि कम रक्त गणना या संक्रमण की उपस्थिति जैसे चिकित्सा कारणों से, कीमो को स्थगित किया जा सकता है, और आगे की दवाओं और खुराक के बारे में चिकित्सक या नर्सों द्वारा समझाया जाएगा।

- **मुझे कैसे पता चलेगा कि कीमोथेरेपी काम कर रही है?**

चिकित्सक द्वारा शारीरिक परीक्षण के साथ-साथ रक्त परीक्षण, बोनमैरो परीक्षण, इमेजिंग अध्ययन जैसे सीटी स्कैन उपचार अनुसूची में पूर्व निर्धारित समय बिंदुओं पर चिकित्सा के प्रति प्रतिक्रिया की निगरानी

के लिए उपयोग किया जाता है। बालों के झड़ने या उल्टी जैसे दुष्प्रभावों की उपस्थिति का उपयोग यह बताने के लिए नहीं किया जा सकता है कि क्या रोग नियंत्रण में हो रहा है।

- **कीमोथेरेपी के दौरान क्या कोई विशेष आहार है जो मुझे खाना चाहिए?**

संक्रमण से बचने के लिए साफ और ताजा पका खाना जरूरी है। बिना पके सलाद और मीट से दूर रहने की सलाह दी जाती है क्योंकि ये दूषित हो सकते हैं। फाइबर वाले खाद्य पदार्थ कब्ज को रोकने में मदद करते हैं जबकि स्पष्ट तरल पदार्थ और तरल खाद्य पदार्थ भूख न होने पर मदद कर सकते हैं। बहुत अधिक वजन घटने पर चिकित्सक कभी-कभी कैलोरी में उच्च खाद्य पदार्थों की सलाह दे सकते हैं।

विशेष मामलों में जब रोगी गंभीर दुष्प्रभावों के कारण खाने में असमर्थ होता है, तो आवश्यक कैलोरी और प्रोटीन को अंतःशिरा (आईवी) जिसे कुल पैरेंट्रल पोषण (टीपीएन) कहा जाता है या नाक में डाली गई एक फीडिंग ट्यूब के माध्यम से प्रदान किया जाएगा जिसे नासोगैस्ट्रिक (एनजी) भोजन कहा जाता है।

- **क्या मैं कीमोथेरेपी के दौरान यात्रा कर सकता हूँ?**

भीड़ के संपर्क में आने से बचने के लिए सावधानी के साथ यात्रा की जानी चाहिए। रक्त की मात्रा कम होने या संक्रमण या अन्य जटिलताएं होने पर लंबी दूरी की यात्रा से बचना बेहतर होता है।

- **क्या मैं अपनी अन्य नियमित दवा और कोई अन्य ओटीसी - नॉनप्रेस्क्रिप्शन मेडिसिन ले सकता हूँ?**

किसी भी पूर्व-मौजूदा चिकित्सा स्थिति और नियमित दवाओं (जैसे डाइबिटीज़ या रक्तचाप के लिए गोलिएँ, अस्थमा के लिए इनहेलर) को प्रारंभिक मुलाकात में चिकित्सक और नर्सों को सूचित किया जाना चाहिए। अस्पताल के हर मुलाकात पर सभी नियमित दवाएं लाना अच्छा है। आवश्यकता पड़ने पर इन "सामान्य" दवाओं या उनकी खुराक को भी बदला जा सकता है। किसी भी नई बीमारी के बारे में आदर्श रूप से काउंटर उपचार के साथ स्व-औषधि लेने से पहले इलाज करने वाली टीम को सूचित किया जाना चाहिए।

- **क्या मैं हर्बल सप्लीमेंट/आयुर्वेदिक उत्पाद एक साथ ले सकता हूँ?**

अधिकांश एलोपैथिक चिकित्सक हर्बल और आयुर्वेदिक चिकित्सा पद्धति में प्रशिक्षित नहीं हैं, इसलिए वे आपको इन उत्पादों की प्रभावकारिता और दुष्प्रभावों के बारे में सही जानकारी नहीं दे पाएंगे। इसके

अलावा, इन उत्पादों और कीमोथेरेपी के बीच इंटरैक्शन भी हो सकती है। इन कारणों से, इन उपचारों को संयोजित करना उचित नहीं होगा।

- **इलाज करने वाली टीम और मैं**

उपचार करने वाली टीम में आमतौर पर चिकित्सक की एक टीम शामिल होती है, जिसमें से एक प्राथमिक उपचार करने वाला चिकित्सक होगा जो सभी प्रमुख निर्णय लेने की प्रक्रिया में शामिल होगा। अन्य चिकित्सक छोटी-मोटी बीमारियों या कॉम्प्लिकेशन्स/कॉम्प्लिकेशन्स के दैनिक मूल्यांकन और उपचार में शामिल होंगे।

नर्स एक एहम भूमिका निभाती है। वे कीमोथेरेपी के दौरान रोगियों के प्राथमिक मूल्यांकन और दवाओं के प्रशासित के लिए भी जिम्मेदार हैं। उन्हें विशेष रूप से जलसेक के दौरान कीमो से उत्पन्न होने वाले दुष्प्रभावों और कॉम्प्लिकेशन्स के प्रबंधन में मदद करने के लिए प्रशिक्षित किया जाता है।

कुछ टीमों में फार्मासिस्ट और मनोवैज्ञानिक होते हैं जो रोगियों की रोजमर्रा की देखभाल में शामिल होते हैं। अधिकांश संस्थानों में, उन्हें आवश्यकतानुसार बुलाया जाता है।

चिकित्सक के साथ उपयोगी बैठक करने के लिए कुछ दिशानिर्देश

- सभी प्रश्नों की सूची पहले से बना लें
- सभी प्रश्न पूछें - कुछ भी बेवकूफी या अप्रासंगिक नहीं है
- एक या अधिकतम दो करीबी देखभालकर्ता लें जो प्रत्येक मुलाकात के लिए प्रमुख निर्णयों के लिए संयुक्त रूप से जिम्मेदार होंगे
- अपने मामले के लिए अधिमानतः व्यक्तिगत रूप से प्रस्तावित उपचार योजना की एक प्रिंटेड कॉपी प्राप्त करें।
- चिकित्सक /नर्स और अस्पताल की संपर्क जानकारी प्राप्त करें, खासकर अगर कोई आपात स्थिति हो
- चिकित्सक से अगली मुलाकात के लिए अपॉइंटमेंट लें

- **कीमोथेरेपी के दौरान मेरा मानसिक स्वास्थ्य**

कैंसर का निदान अपने विविध भावनात्मक और मानसिक परिवर्तनों के साथ लाता है जो बहुत चुनौतीपूर्ण और सामना करना मुश्किल हो सकता है। कुछ सामान्य भावनाएँ जो विभिन्न समय पर अनुभव की जाती हैं, वे हैं भय, इनकार, उदासी, क्रोध, अकेलापन, निराशा, चिंता, अपराधबोध और निराशा।

घर या कार्यस्थल पर नियमित जिम्मेदारियों को निभाने में असमर्थता का एक अतिरिक्त बोझ के साथ-साथ अलग-अलग डिग्री पर दूसरों पर निर्भरता कठिन भावनाओं का कारण बन सकती है।

कैंसर के निदान से निपटने का कोई सही तरीका नहीं है और मनोदशा और भावनाओं में बदलाव सामान्य है।हालांकि इन भावनाओं को स्वीकार करना और परिवर्तनों को स्वीकार करने और मन की शांत और शांतिपूर्ण स्थिति की ओर बढ़ने के तरीके खोजना महत्वपूर्ण है।

कई अलग-अलग मुकाबला तंत्र हैं। परिवार, दोस्तों, प्रशिक्षित मनोचिकित्सकों और यहां तक कि इलाज करने वाली टीम के साथ समस्या के बारे में बात करना अक्सर संकट को कम करने में मदद कर सकता है।आराम करने की तकनीक जैसे हल्का व्यायाम, संगीत और शौक पूरा करना सहायक होता है। सहायता समूहों में शामिल होना और इसी तरह के निदान के साथ कैंसर से बचे लोगों से जुड़ना मानसिक रूप से स्वस्थ रहने में एक लंबा रास्ता तय कर सकता है।

इन सब के बावजूद, भारी भावनाएँ दुर्गम और असहनीय लग सकती हैं।ऐसे समय में अधिकांश संस्थानों ने कैंसर विज्ञान के नर्सों, मनोवैज्ञानिकों और मनोचिकित्सकों को प्रशिक्षित किया है जो मनोचिकित्सा और कभी-कभी उपयुक्त फार्माकोथेरेपी की पेशकश करने में सहायता कर सकते हैं।

- **कीमोथेरेपी के कुछ सामान्य साइडएफेक्ट**

- **एनीमिया**

ऑक्सीजन ले जाने वाली रक्त कोशिकाओं के निम्न स्तर के कारण होता है। यह जल्दी थकान के रूप में प्रकट होता है और सांस की तकलीफ और चक्कर आना में प्रगति कर सकता है।भरपूर आराम करना, शारीरिक परिश्रम से बचना, धीरे-धीरे खड़े होना ये सभी एनीमिया से निपटने के उपाय हैं।चिकित्सक तय करेंगे कि ट्रांसफ्यूजन ब्लड ट्रांसफ्यूजन आवश्यक है या नहीं।

- **ब्लीडिंग**

त्वचा और मुंह पर लाल धब्बे, प्लेटलेट काउंट कम होने पर अत्यधिक मासिक धर्म रक्तस्राव देखा जा सकता है।रक्तस्राव होने पर उपचार करने वाली टीम को सूचित किया जाना चाहिए। रक्तस्राव को कम करने के लिए दवाएं, रक्तस्राव के बिंदुओं पर पाउडर की गोलियों का सामयिक अनुप्रयोग और प्लेटलेट्स का ट्रांसफ्यूजन सामान्य उपचार हैं।निवारक उपायों में एक नरम ब्रश का उपयोग करना और अच्छी मौखिक स्वच्छता बनाए रखना, सावधानी से शेविंग करके कट और काटकर नशान लगाने से बचना, चप्पल पहनना, चाकू और अन्य तेज वस्तुओं को सावधानी से संभालना शामिल है।

○ मतली और उल्टी

विभिन्न कीमोथेरेपी दवाएं मतली और उल्टी की विभिन्न डिग्री का कारण बनती हैं। तदनुसार, इसे रोकने के लिए दवाएं पहले से ही या कीमोथेरेपी के साथ दी जाएंगी। एक ही दवा के साथ, अलग-अलग लोगों में लक्षणों की अलग-अलग डिग्री होती है और इसलिए दवा का इस्तेमाल किया जाता है, और इस्तेमाल की जाने वाली खुराक अलग-अलग होगी। निर्धारित समय पर बार-बार छोटे-छोटे भोजन करना, मसालेदार और तैलीय खाद्य पदार्थों से परहेज करना और कभी-कभी केवल तरल आहार लेना।

○ दस्त

यदि सामान्य से अधिक बार पानी जैसा मल निकलता है, तो इसे दस्त माना जाता है। यह कीमोथेरेपी या संक्रमण द्वारा आंतों की परत की कोशिकाओं को नुकसान के कारण हो सकता है। घरेलू उपचार में बार-बार छोटा भोजन, बहुत सारे तरल पदार्थ शामिल हैं जिनमें सोडियम और पोटेशियम होते हैं जैसे ताजे फलों का रस, नारियल पानी, मौखिक पुनर्जलीकरण घोल। हल्के और दुग्ध उत्पादों, रेचक और उच्च फाइबर खाद्य पदार्थों से बचें। यदि पेट में दर्द, बुखार या मल में खून आता है, यदि यह एक दिन से अधिक समय तक रहता है या महत्वपूर्ण थकान है जो सामान्य गतिविधियों को रोकता है तो चिकित्सा टीम से संपर्क करना आवश्यक है।

○ कब्ज

जब मल कम बार-बार, कठोर और दर्दनाक होता है तो इसे कब्ज कहा जाता है। यह अक्सर मूवमेंट की कमी, कम तरल पदार्थों के साथ खराब मौखिक सेवन और फाइबर में कम खाद्य पदार्थों के कारण होता है। कब्ज को रोकने के लिए 6 से 8 गिलास पानी, उच्च फाइबर युक्त खाद्य पदार्थ और जुलाब का सेवन शामिल है। यदि बुखार, तेज दर्द या मल त्याग करते समय रक्तस्राव, संबंधित उल्टी या पेट में सूजन, गुदा के आस पास के क्षेत्र में अल्सर की उपस्थिति है, तो तत्काल चिकित्सा सहायता लेनी चाहिए।

○ थकावट और थकान

यह एनीमिया, लो काउंट, कम मनोदशा और चिंता, संक्रमण, बुखार और नींद की कमी जैसे कई कारणों से हो सकता है। व्यावहारिक सुझावों में कैलोरी युक्त खाद्य पदार्थों का लगातार सेवन, पर्याप्त पानी और उचित नींद की स्वच्छता बनाए रखना शामिल है। लगातार व्यायाम और नियमित विश्राम के आउटलेट भी मदद करेंगे। ऐसे समय में जिम्मेदारियों को सीमित करने और देखभाल करने वालों से मदद लेने से

मदद मिलेगी। सांस फूलने, बुखार, रक्तस्राव और स्वयं की देखभाल करने में असमर्थता होने पर चिकित्सा सहायता लेनी चाहिए।

○ बालों का झड़ना

इसे गंजापन भी कहते हैं। कुछ प्रकार की कीमोथेरेपी बालों के विकास का कारण बनने वाली कोशिकाओं को नुकसान पहुंचाती है। कीमोथेरेपी शुरू होने के दो से तीन सप्ताह बाद अक्सर बालों का झड़ना शुरू हो जाता है। खोपड़ी को पहले चोट लग सकती है और उसके बाद बाल झड़ सकते हैं। सभी बाल झड़ने में लगभग एक से दो सप्ताह का समय लगता है। लगभग हमेशा, कीमोथेरेपी खत्म होने के दो से तीन महीने बाद बाल वापस उग आएं। चिकित्सक और नर्स आपको सूचित करेंगे कि क्या कीमोथेरेपी शुरू करने से पहले एलोपेथिया की संभावना है। बालों के गिरने की शुरुआत से पहले बालों को काटना या शेव करना अधिक प्रबंधनीय और स्वास्थ्यकर है। विग के उपयोग पर नर्सों के साथ चर्चा की जा सकती है और अधिकांश अस्पतालों के पास उन स्थानों के संपर्क विवरण हैं जहां इसे प्राप्त किया जा सकता है। हल्के शैंपू का उपयोग और बालों को धीरे से धोने और सुखाने से आराम बनाए रखने में मदद मिलेगी।

○ संक्रमण

यह तब होता है जब कीमोथेरेपी के दौरान न्यूट्रोफिल नामक रक्त कोशिकाओं में से एक जो संक्रमण को रोकने और लड़ने के लिए जिम्मेदार है, कम हो जाती है और इसे न्यूट्रोपेनिया कहा जाता है। चिकित्सक नियमित रूप से ब्लड काउंट की निगरानी करेंगे और न्यूट्रोपेनिया की अवधि के दौरान ब्लड काउंट बढ़ाने के लिए दवाएं दी जा सकती हैं। इस नाजुक समय में संक्रमण से बचने के लिए जरूरी है कि अपने हाथों को साबुन और पानी से बार-बार धोएं, बार-बार इस्तेमाल होने वाली चीजों पर सैनिटाइजर का इस्तेमाल करें, साफ ताजा और पका हुआ खाना खाएं, भीड़-भाड़ वाली जगहों और बीमार लोगों से बचें। त्वचा को अच्छी तरह से नमीयुक्त किया जाना चाहिए और किसी भी मलिनकिरण, दर्द या रक्तस्राव के लिए सेंट्रल लाइन या पोर्ट साइट की सावधानीपूर्वक जांच की जानी चाहिए। यदि न्यूट्रोपेनिया की अवधि के दौरान कोई बुखार है, तो रोगी को तत्काल चिकित्सा देखभाल लेनी चाहिए।

○ तंत्रिका तंत्र में परिवर्तन (नर्वस सिस्टम चेंज)

हल्के लक्षणों में अंगों में सुन्नता या झुनझुनी, कंपकंपी, हल्की सुनवाई हानि शामिल है, लेकिन वे सिरदर्द, दृष्टि का धुंधलापन, परिवर्तित चेतना, दौरे और भाषण की गड़बड़ी जैसे गंभीर भी हो सकते हैं। इनमें से कुछ सीधे दवाओं से संबंधित होते हैं जबकि कुछ संक्रमण, प्रतिरक्षा प्रतिक्रिया और इलेक्ट्रोलाइट्स में असंतुलन के कारण होते हैं। जैसे ही इनमें से कोई भी लक्षण प्रकट होता है, डॉक्टर

चिकित्सक को तुरंत बताना महत्वपूर्ण है क्योंकि प्रारंभिक मूल्यांकन और उपचार आगे की कॉम्प्लिकेशन्स को रोकने में प्रभावी हो सकता है।

○ दर्द

कुछ प्रकार की कीमोथेरेपी से दर्दनाक साइडएफेक्ट हो सकते हैं जैसे जलन, हाथों और पैरों में शूटिंग दर्द। कैंसर स्वयं शरीर में स्थानीय दर्द जैसे सिरदर्द या पीठ दर्द का कारण बन सकता है जो रोग के स्थान पर निर्भर करता है जबकि संक्रामक जटिलताएं सीने में दर्द का कारण बन सकती हैं। दर्द या दर्द की कोई भी नई शुरुआत जो तीव्रता से बढ़ रही है, इलाज करने वाले चिकित्सक या नर्स के साथ चर्चा की जानी चाहिए। दर्द को दूर करने के लिए अत्यधिक प्रभावी दवा और गैर-औषधीय तरीके हैं। अधिकांश संस्थानों में विशेष दर्द सेवाएं भी होती हैं जिन्हें एक्सेस किया जा सकता है।

○ गर्भावस्था और बांझपन

कीमोथेरेपी से बच्चे को गंभीर साइडएफेक्ट हो सकते हैं; इसलिए कीमोथेरेपी के दौरान गर्भधारण को रोकना बहुत जरूरी है। प्रसव उम्र की महिलाओं को उपचार शुरू करने से पहले गर्भनिरोधक विकल्पों पर चर्चा करनी चाहिए।

कई कीमोथेरेपी एजेंट बांझपन का कारण बनते हैं जिसके परिणामस्वरूप महिलाएं बच्चे पैदा करने में असमर्थ होती हैं और पुरुष बच्चों को पिता बनाने में असमर्थ होते हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि कीमोथेरेपी महिलाओं में अंडे और पुरुषों में शुक्राणु पैदा करने वाली कोशिकाओं को नुकसान पहुंचाती है। यदि कोई मरीज भविष्य में बच्चे पैदा करना चाहता है तो इसकी सूचना चिकित्सक को देनी चाहिए और फर्टिलिटी एक्सपर्ट के पास रेफर करने की व्यवस्था की जा सकती है। कभी-कभी कैंसर के निदान की तत्काल स्वभाव और तत्काल चिकित्सा की आवश्यकता परिष्कृत प्रजनन-संरक्षण विकल्पों को रोक सकती है।

संदर्भ:

1. आशा की किताब - कैंसर को समझना और उस पर काबू पाना। टाटा मेडिकल सेंटर
2. कीमोथेरेपी और आप - कैंसर से पीड़ित लोगों के लिए सहायता - एनआईएच