For the Patient: Capecitabine
ਮਰੀਜ਼ ਲਈ: Capecitabine (ਕੇਪਸਾਇਟਾਬੀਨ)

Other names: XELODA®
ਹੋਰ ਨਾਂ: XELODA®

- ***Capecitabine*** (ਕੇਪਸਾਇਟਾਬੀਨ) ਅਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਜਿਹੀ ਗੋਲ਼ੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਤੁਸੀਂ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਖਾਂਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਗੋਲ਼ੀ ਵਿੱਚ ਲੈਕਟੋਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ***Capecitabine*** (kape-SITE-a-been) is a drug that is used to treat some types of cancers. It is a tablet that you take by mouth. The tablet contains lactose.

- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ Fluorouracil (ਫ਼ਲੋਰੋਯੋਰੋਸਿਲ) (5 FU, ADRUCIL®) ਤੋਂ ਕੋਈ ਅਸਾਧਾਰਨ ਜਾਂ ***ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ*** ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ capecitabine ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।
- Tell your doctor if you have ever had an unusual or ***allergic reaction*** to fluorouracil (5 FU, ADRUCIL®) before taking capecitabine.

- ਹਰ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ***ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ*** ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਂਚ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਹੋਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਅਤੇ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- A ***blood test*** may be taken before each treatment. The dose and timing of your chemotherapy may be changed based on the test results and/or other side effects.

- ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ Capecitabine ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦੱਸੇ ਮੁਤਾਬਕ ***ਲਿਆ*** ਜਾਵੇ। ਸਹੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਾਕਤ ਦੀਆਂ ਗੋਲ਼ੀਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ। Capecitabine ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 12 ਘੰਟੇ ਦੇ ਵਕਫ਼ੇ 'ਤੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰੀ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰ ਖ਼ੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਗੋਲ਼ੀਆਂ ਦੀ ਬਰਾਬਰ ਮਾਤਰਾ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। Capecitabine ਦੀਆਂ ਗੋਲ਼ੀਆਂ ਭੋਜਨ (ਸਵੇਰ ਦਾ ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਰਾਤ ਦਾ ਖਾਣਾ) ਖਾਣ ਦੇ 30 ਮਿੰਟਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਗਲਾਸ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।
- It is important to ***take*** capecitabine exactly as directed by your doctor. You may be given tablets of more than one strength to make the right dose. Make sure you understand the directions. Capecitabine is usually taken twice daily, about 12 hours apart with equal numbers of tablets taken at each dose. Capecitabine tablets should be taken within 30 minutes following the end of a meal (breakfast and dinner) with a glass of water.

- Capecitabine ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ***ਉਲਟੀ*** ਆਵੇ ਤਾਂ ਦੂਜੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਨਾ ਲਓ। ਸਲਾਹ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਫ਼ਤਰੀ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।
- If you ***vomit*** after taking capecitabine, do not take a second dose. Call your doctor during office hours for advice.

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ Capecitabine ਦੀ ***ਖ਼ੁਰਾਕ ਲੈਣੀ ਖੁੰਝ ਜਾਉ*** ਅਤੇ ਜੇ ਖ਼ੁਰਾਕ ਖੁੰਝੀ ਨੂੰ 6 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਜਿੰਨਾ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਇਸ ਨੂੰ ਖਾ ਲਓ। ਜੇ ਖ਼ੁਰਾਕ ਖੁੰਝੀ ਨੂੰ 6 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਖ਼ੁਰਾਕ ਨਾ ਲਓ ਅਤੇ ਆਮ ਵਾਂਗ ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਲੈਂਦੇ ਰਹੋ। ਖੁੰਝੀ ਹੋਈ ਖ਼ੁਰਾਕ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਫ਼ਤਰੀ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।
- If you ***miss a dose*** of capecitabine, take it as soon as you can if it is within 6 hours of the missed dose. If it is over 6 hours since the missed dose, skip the missed dose and go back to the usual dosing time. Call your doctor during office hours to ask about making up the missed dose.

- ਕਈ ਵਾਰੀ Capecitabine ਰਾਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਕਾਰਣ ***ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰੋਕਣਾ*** ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ capecitabine ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ***ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ*** ਕਰੋ ਤਾਂ ਖੁੰਝੀ ਹੋਈ ਖ਼ੁਰਾਕ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਨਾ ਕਰੋ; ਸਗੋਂ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੈਂਸਰ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਮੁਤਾਬਕ ਲਓ ਅਤੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਉਸੇ ਦਿਨ ਖ਼ਤਮ ਕਰੋ ਜਿਸ ਦਿਨ ਦੀ ਅਸਲ ਵਿਉਂਤ ਬਣਾਈ ਗਈ ਸੀ। ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ 14-ਦਿਨਾ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਕੋਰਸ ਦੇ ਤੀਜੇ ਦਿਨ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਫ਼ਿਰ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਆਖ਼ਰੀ ਖ਼ੁਰਾਕ 14ਵੇਂ ਦਿਨ ਹੀ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦੀ ਵਖਰੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਲੈਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਗੋਲ਼ੀਆਂ ਬਚੀਆਂ ਰਹਿ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਲੀਨਿਕ ’ਤੇ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਫ਼ੇਰੀ ਸਮੇਂ ਫ਼ਾਲਤੂ ਗੋਲ਼ੀਆਂ ਵਾਪਸ ਕਰ ਦਿਓ। ਘੱਟ ਖ਼ੁਰਾਕ ਲੈਣ ਨਾਲ capecitabine ਦੀ ਉਪਯੋਗਤਾ ’ਤੇ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ।
- Sometimes capecitabine treatment has to be ***stopped for a short time*** because of side effects. When you ***restart*** capecitabine treatment, do not make up for the missed dose; instead take as directed by your cancer doctor and finish the treatment on the same day as originally planned. For example, if you stop on day 3 of your 14-day treatment course and then restart, you would still take the last dose on day 14. You may be told to take a different dose and you may have extra tablets left over. Return the extra tablets to the clinic at your next visit. Taking a lower dose does not affect the usefulness of capecitabine.

- Capecitabine ਦੀਆਂ ਗੋਲ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਬਾਹਰ, ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ’ਤੇ, ਤਪਸ਼, ਰੌਸ਼ਨੀ ਅਤੇ ਨਮੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ***ਰੱਖੋ***।
- ***Store*** capecitabine tablets out of the reach of children, at room temperature, away from heat, light and moisture.

- ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ warfarin (COUMADIN®), phenytoin (DILANTIN®), ਅਤੇ fosphenytoin (CEREBYX®) capecitabine ’ਤੇ ***ਪ੍ਰਭਾਵ*** ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿਉਂਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਵਾਧੂ ਜਾਂਚ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ। ਕੋਈ ਵੀ ਨਵੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- Other drugs such as warfarin (COUMADIN®), phenytoin (DILANTIN®), and fosphenytoin (CEREBYX®) may ***interact*** with capecitabine. Tell your doctor if you are taking these or any other drugs as you may need extra blood tests or your dose may need to be changed. Check with your doctor or pharmacist before you start taking any new drugs.
- ***ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਦਾ*** (ਘੱਟ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿੱਚ) capecitabine ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਉਪਯੋਗਤਾ ’ਤੇ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
- The ***drinking of alcohol*** (in small amounts) does not appear to affect the safety or usefulness of capecitabine.

- Capecitabine ਸ਼ੁਕਰਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਗਰਭ ਦੌਰਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੀ ਹਾਨੀ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। Capecitabine ਦੇ ਇਲਾਜ ਅਧੀਨ ਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ***ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ*** ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਉਚਿਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜੀਵਨ ਸਾਥਣ ਗਰਭ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲਵੇ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਇਤਲਾਹ ਦਿਓ। ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਨਾ ਚੁੰਘਾਓ।
- Capecitabine may damage sperm and may harm the baby if used during pregnancy. It is best to use ***birth control*** while being treated with capecitabine. Tell your doctor right away if you or your partner becomes pregnant. Do not breast feed during treatment.

- ਡਾਕਟਰਾਂ ਜਾਂ ਡੈਂਟਿਸਟਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ***ਦੱਸ ਦਿਓ*** ਕਿ capecitabine ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ***Tell*** doctors or dentists that you are being treated with capecitabine before you receive any treatment from them.

ਹੇਠਲੇ ਖਾਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਾਪਰਨ ਦੇ ਕ੍ਰਮ ਮੁਤਾਬਕ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਸੰਬੰਧੀ ਨੁਕਤੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ।
Side effects are listed in the following tables in the order in which they may occur. Tips to help manage the side effects are included.

SIDE EFFECTS ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ	**MANAGEMENT ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਣਾ ਹੈ**
Capecitabine ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਦੌਰਾਨ ਹੱਥਾਂ-ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਚਮੜੀ ’ਤੇ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਹਥੇਲੀਆਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਲ਼ੀਆਂ ’ਤੇ ਝੁਣਝੁਣੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਲਾਲ, ਸੁੰਨ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਸੁੱਜ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਚਮੜੀ ’ਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ਕੀ ਜਾਂ ਖਾਰਸ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਛਾਲੇ, ਅਸਹਿ ਪੀੜ ਜਾਂ ਫ਼ੋੜੇ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਧਾਰਣ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਾ ਕਰ ਸਕੋ। **Hand-foot skin reaction** may occur during capecitabine treatment. The palms of your hands and soles of your feet may tingle, become red, numb, painful, or swollen. Skin may also become dry or itchy. You may not be able to do your normal daily activities if blisters, severe pain or ulcers occur.	• ਤੰਗ ਜੁੱਤੀਆਂ ਜਾਂ ਪੈਰਾਂ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ’ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਭਾਰੇ ਕੰਮ ਕਾਰਣ ਪੈਣ ਵਾਲਾ ਜ਼ੋਰ। • Avoid tight-fitting shoes or rubbing pressure to hands and feet, such as that caused by heavy activity. • ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਨੂੰ ਕੋਸੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸੁਕਾਉਣ ਲਈ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਥਪਕੀਆਂ ਮਾਰੋ; ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ। • Clean hands and feet with lukewarm water and gently pat to dry; avoid hot water. • ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ’ਤੇ ਲੇਨੋਲਿਨ-ਯੁਕਤ ਕ੍ਰੀਮਾਂ (ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, BAG BALM®, UDDERLY SMOOTH®) ਚੋਖੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਲਗਾਓ। • Apply lanolin-containing creams (eg, BAG BALM®, UDDERLY SMOOTH®) to hands and feet, liberally and often. • ਜੇ ਚਮੜੀ ’ਤੇ ਹੋਇਆ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਦਰਦਨਾਕ ਹੈ ਤਾਂ Capecitabine ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕੈਂਸਰ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਦਵਾਈ ਦੀ ਹਲਕੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਲੈਣ ਨਾਲ capecitabine ਦੀ ਉਪਯੋਗਤਾ ’ਤੇ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ। • Stop taking capecitabine and call your cancer doctor if the skin reaction is painful, as your dose may need to be changed. Taking a lower dose does not affect the usefulness of capecitabine.

SIDE EFFECTS ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ	MANAGEMENT ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਣਾ ਹੈ
ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ capecitabine ਲੈ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ **ਜੀਅ ਕੱਚਾ** ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ **ਉਲਟੀਆਂ** ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਚਿਆਹਣ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਜਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। **Nausea and vomiting** may occur while you are taking capecitabine. Many people have little or no nausea.	ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਚਿਆਹਣ-ਵਿਰੋਧੀ ਦਵਾਈ(ਆਂ) ਘਰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣ ਦੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਚਿਆਹਣ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਇਸ ਦੇ ਵਾਪਰਨ ਉਪਰੰਤ ਇਸ ਦੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਸੌਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕਰੋ: You may be given a prescription for an antinausea drug(s) to take at home. It is easier to prevent nausea than treat it once it has occurred, so follow directions closely: • ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਚੋਖੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਪੀਓ। • Drink plenty of liquids. • ਘੱਟ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਖਾਓ-ਪੀਓ। • Eat and drink often in small amounts. • *Food Choices to Help Control Nausea* ਵਿਚਲੇ ਮਸ਼ਵਰੇ ਅਜ਼ਮਾਓ • Try the ideas in *Food Choices to Help Control Nausea*.
Capecitabine ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ **ਦਸਤ** ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ **Diarrhea** may occur during your treatment with **capecitabine**.	ਦਸਤ ਲੱਗਣ 'ਤੇ ਮਦਦ ਲਈ: To help diarrhea: • ਚੋਖੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਓ। • Drink plenty of liquids. • ਘੱਟ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਖਾਓ-ਪੀਓ। • Eat and drink often in small amounts. • *Food Ideas to Help with Diarrhea During Chemotherapy* ਵਿੱਚ ਦੱਸੇ ਮੁਤਾਬਕ ਵੱਧ ਰੇਸ਼ੇ ਵਾਲੇ ਖਾਣਿਆਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ। • Avoid high fibre foods as outlined in *Food Ideas to Help with Diarrhea During Chemotherapy.* • **ਨੋਟ:** ਜੇ ਦੁੱਧ ਵਿਚਲੀ ਲੈਕਟੋਸ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਦਵਾਈ ਦੀ ਗੋਲ਼ੀ ਵਿਚਲੀ ਲੈਕਟੋਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤ ਲੱਗਣ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੀ capecitabine ਦੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਪਹਿਲਾਂ LACTAID® ਦੀਆਂ ਗੋਲ਼ੀਆਂ ਲਓ। • **Note:** If lactose in milk usually gives you diarrhea, the lactose in the tablet may be causing your diarrhea. Take LACTAID® tablets just before your capecitabine dose. • ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਚਾਰ ਵਾਰੀ ਵੱਧ ਪਖਾਨੇ ਜਾਣਾ ਪਵੇ ਜਾਂ ਰਾਤ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦਸਤ ਲੱਗ ਜਾਣ ਤਾਂ capecitabine ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕੈਂਸਰ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। • Stop taking capecitabine and call your cancer doctor if you have four stools a day more than usual or diarrhea during the night, as your dose may need to be changed.

SIDE EFFECTS ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ	MANAGEMENT ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਣਾ ਹੈ
ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ **ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਛਾਲੇ** ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮੂੰਹ ਵਿਚਲੇ ਛਾਲੇ ਜੀਭ ’ਤੇ, ਮੂੰਹ ਦੇ ਪਾਸਿਆਂ ’ਤੇ ਜਾਂ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। **ਮੂੰਹ ਦੇ ਛਾਲੇ ਜਾਂ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਖ਼ੂਨ ਵਗਨ ਨਾਲ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।** **Sore mouth** may occur during treatment. Mouth sores can occur on the tongue, the sides of the mouth or in the throat. **Mouth sores or bleeding gums can lead to an infection.**	• ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਸੌਂਣ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਨਰਮ ਬੁਰਸ਼ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਖ਼ੂਨ ਆਵੇ ਤਾਂ ਬੁਰਸ਼ ਦੀ ਥਾਂ ਗੌਜ਼ (ਜਾਲੀਦਾਰ ਕਪੜਾ) ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ। ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਪੇਸਟ ਦੀ ਥਾਂ ਬੇਕਿੰਗ ਸੋਡਾ ਵਰਤੋ। • Brush your teeth gently after eating and at bedtime with a very soft toothbrush. If your gums bleed, use gauze instead of a brush. Use baking soda instead of toothpaste. • 1 ਕੱਪ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ 1/2 ਛੋਟਾ ਚਮਚਾ ਬੇਕਿੰਗ ਸੋਡਾ ਜਾਂ ਨਮਕ ਮਿਲਾ ਕੇ ਮਾਊਥਵਾਸ਼ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਾਰੀ ਗਰਾਰੇ ਕਰੋ। • Make a mouthwash with ½ teaspoon baking soda or salt in 1 cup warm water and rinse several times a day. • ਨਰਮ, ਕੋਮਲ ਭੋਜਨ ਖਾਓ ਜਿਵੇਂ ਪੁਡਿੰਗਜ਼, ਮਿਲਕਸ਼ੇਕ ਅਤੇ ਕ੍ਰੀਮ ਸੂਪ। • Try soft, bland foods like puddings, milkshakes and cream soups. • ਮਸਾਲੇਦਾਰ, ਖਸਤਾ ਜਾਂ ਐਸਿਡ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮ ਜਾਂ ਠੰਢੇ ਖਾਣਿਆਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ। • Avoid spicy, crunchy or acidic food, and very hot or cold foods. • *Food Ideas for a Sore Mouth During Chemotherapy* ਵਿੱਚ ਦੱਸੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਅਜ਼ਮਾਓ। • Try the ideas in *Food Ideas for a Sore Mouth During Chemotherapy.*

SIDE EFFECTS ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ	MANAGEMENT ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਣਾ ਹੈ
ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ **ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲਾਂ** ਵਿੱਚ ਕਮੀ ਆਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਆਖ਼ਰੀ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਮੁੜ ਸਾਧਾਰਣ ਪੱਧਰ ’ਤੇ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ (ਕਿਟਾਣੂ) ਨਾਲ ਲੜ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਘਟ ਜਾਣ ਤਾਂ **ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।** Your **white blood cells** will decrease during or after your treatment. They usually return to normal after your last treatment. White blood cells protect your body by fighting bacteria (germs) that cause infection. When they are low, **you are at greater risk of having an infection.**	ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ: To help prevent infection: • ਬਾਥਰੂਮ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਅਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਧੋਵੋ। • Wash your hands often and always after using the bathroom. • ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਦਾ ਖ਼ਿਆਲ ਰੱਖੋ। • Take care of your skin and mouth. • ਭੀੜ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ। • Avoid crowds and people who are sick. • Capecitabine ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬੁਖ਼ਾਰ (ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ’ਤੇ 100°F ਜਾਂ 38°C), ਠੰਢ ਲੱਗਣ, ਖੰਘ ਆਉਣ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਜਲਣ ਹੋਣ ਜਿਹੇ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਮੁਢਲੇ ਸੰਕੇਤ ’ਤੇ ***ਤੁਰੰਤ*** ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। • Stop taking capecitabine and call your doctor ***immediately*** at the first sign of an infection such as fever (over 100°F or 38°C by an oral thermometer), chills, cough, or burning when you pass urine.

SIDE EFFECTS ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ	MANAGEMENT ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਣਾ ਹੈ
ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ **ਪਲੇਟਲੈਟਾਂ** ਵਿੱਚ ਕਮੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਆਖ਼ਰੀ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਮੁੜ ਆਪਣੇ ਸਾਧਾਰਣ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਆ ਜਾਣਗੇ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਫ਼ੱਟੜ ਹੋ ਜਾਓ ਤਾਂ ਪਲੇਟਲੈਟ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਗਤਲਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। **ਆਮ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਤੁਹਾਡਾ ਖ਼ੂਨ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਵਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਰਗੜਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।** Your **platelets** may decrease during or after your treatment. They will return to normal after your last treatment. Platelets help to make your blood clot when you hurt yourself. **You may bruise or bleed more easily than usual.**	ਖ਼ੂਨ ਵਗਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ: To help prevent bleeding problems: • ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਗੜਾਂ ਜਾਂ ਚੀਰੇ ਨਾ ਲੱਗਣ ਜਾਂ ਸਾੜ ਨਾ ਪੈਣ। • Try not to bruise, cut, or burn yourself. • ਆਪਣਾ ਨੱਕ ਹੌਲੇ ਜਿਹੇ ਸੁਣਕ ਕੇ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ। ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਉਂਗਲ ਨਾ ਪਾਓ। • Clean your nose by blowing gently. Do not pick your nose. • ਕਬਜ਼ ਤੋਂ ਬਚੋ। • Avoid constipation. • ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਬੁਰਸ਼ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਮਸੂੜਿਆਂ 'ਚੋਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਖ਼ੂਨ ਵਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਦੀ ਚੰਗੀ ਸਵੱਛਤਾ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖੋ। • Brush your teeth gently with a soft toothbrush as your gums may bleed more easily. Maintain good oral hygiene. ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ASA (ਏ.ਐੱਸ.ਏ. – ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ASPIRIN®) ਜਾਂ ibuprofen (ਆਇਬੂਪ੍ਰੋਫ਼ਿਨ – ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ADVIL®) ਖ਼ੂਨ ਵਗਣ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। Some medications such as ASA (e.g., ASPIRIN®) or ibuprofen (e.g., ADVIL®) may increase your risk of bleeding. • ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਵੱਲੋਂ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀ ਕੋਈ ਵੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ (ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, **ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਲਈ ਏ.ਐੱਸ.ਏ.**) • Do not stop taking any medication that has been prescribed by your doctor (e.g., **ASA for your heart**). • ਮਾਮੂਲੀ ਦਰਦਾਂ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੀਟਾਮਿਨੋਫ਼ਿਨ (ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ TYLENOL®) ਅਜ਼ਮਾਓ ਪਰ ibuprofen (ਆਇਬੂਪ੍ਰੋਫ਼ੇਨ) ਦਾ ਵਿਰਲਾ-ਵਿਰਲਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਵੀ ਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। • For minor pain, try acetaminophen (e.g., TYLENOL®) first, but occasional use of ibuprofen may be acceptable.
ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ **Tiredness** and lack of energy may occur.	• ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਥੱਕੇ ਹੋਏ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਗੱਡੀ ਨਾ ਚਲਾਓ ਜਾਂ ਮਸ਼ੀਨ 'ਤੇ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰੋ। • Do not drive a car or operate machinery if you are feeling tired. • *Your Bank to Energy Savings: How People with Cancer Can Handle Fatigue.* ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਮਸ਼ਵਰੇ ਅਜ਼ਮਾਓ। • Try the ideas in *Your Bank to Energy Savings: How People with Cancer Can Handle Fatigue.*

SIDE EFFECTS ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ	MANAGEMENT ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਣਾ ਹੈ
ਤੁਹਾਡੀ **ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸੰਨ ਬਰਨ** (ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਸੜਨਾ) ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ Your **skin may sunburn** easily.	ਸੰਨ ਬਰਨ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ: To help prevent sunburn: • ਸਿੱਧੀ ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ। • Avoid direct sunlight. • ਜਿਹੜੇ ਦਿਨਾਂ ਨੂੰ ਧੁੱਪ ਖਿੜੀ ਹੋਵੇ ਉਦੋਂ ਟੋਪੀ, ਲੰਮੀਆਂ ਬਾਹਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕਮੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਪੂਰੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਢਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪੈਂਟਾਂ ਪਹਿਨੋ। • Wear a hat, long sleeves and long pants or skirt outside on sunny days. • ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 SPF - sun protection factor (ਐੱਸ.ਪੀ.ਐੱਫ਼. – ਸੰਨ ਪ੍ਰੋਟੈਕਟਿੰਗ ਫ਼ੈਕਟਰ) ਵਾਲਾ ਸੰਨ ਬਲਾਕ ਲੋਸ਼ਨ ਲਗਾਓ। • Apply a sun block lotion with an SPF (sun protection factor) of at least 15.
ਅਜਿਹਾ **ਟਾਵਾਂ–ਟਾਵਾਂ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ** ਕਿ capecitabine ਕਾਰਣ **ਵਾਲ਼ ਝੜਨ ਲੱਗ ਜਾਣ**। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ capecitabine ਦਾ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਖ਼ਤਮ ਕਰ ਲਓਗੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਲ਼ ਮੁੜ ਉੱਗ ਜਾਣਗੇ। ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੇ ਰੰਗ ਅਤੇ ਬਣਤਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। **Hair loss is rare** with capecitabine. Your hair will grow back once you stop treatment with capecitabine. Colour and texture may change.	• ਕੋਮਲ ਸ਼ੈਂਪੂ ਅਤੇ ਨਰਮ ਬੁਰਸ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। • Use a gentle shampoo and soft brush. • ਹੇਅਰ ਸਪ੍ਰੇ ਅਤੇ ਬਲੀਚ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਵਾਲ਼ ਰੰਗਣ ਅਤੇ ਕੁੰਡਲਾਂ ਪਾਉਣ ਸਮੇਂ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। • Care should be taken with use of hair spray, bleaches, dyes and perms.

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਹਨ ਤਾਂ CAPECITABINE ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ ਜਾਂ ਐਮਰਜੰਸੀ ਮਦਦ ਲਓ:

STOP TAKING CAPECITABINE AND SEE YOUR DOCTOR OR GET EMERGENCY HELP IMMEDIATELY IF YOU HAVE:

- ਬੁਖ਼ਾਰ (ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ’ਤੇ 100°F ਜਾਂ 38°C, ਠੰਢ ਲੱਗਣ, ਖੰਘ ਆਉਣ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਜਲਣ ਹੋਣ ਜਿਹੇ **ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ** ਦੇ ਸੰਕੇਤ।
- Signs of an **infection** such as fever (over 100°F or 38°C by an oral thermometer); chills; cough; pain or burning when you pass urine.
- **ਖ਼ੂਨ ਵਗਣ ਜਿਹੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਸੰਕੇਤ** ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਲੀ, ਗੂੜ੍ਹੇ ਰੰਗ ਦੀ ਟੱਟੀ; ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ, ਚਮੜੀ ਉੱਪਰ ਨਿੱਕੇ ਲਾਲ ਧੱਬੇ।
- Signs of **bleeding problems** such as black, tarry stools; blood in urine; pinpoint red spots on skin.
- **ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ** ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਜਾਂ ਬੇਨੇਮੀ, ਸਾਹ ਟੁੱਟਣਾ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ।
- Signs of **heart problems** such as fast or uneven heartbeat, shortness of breath or difficulty breathing and chest pain.

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਹਨ ਤਾਂ CAPECITABINE ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ (ਦਫ਼ਤਰੀ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ) ਮਿਲੋ:

STOP TAKING CAPECITABINE AND SEE YOUR DOCTOR AS SOON AS POSSIBLE (DURING OFFICE HOURS) IF YOU HAVE:

- **ਹੱਥਾਂ-ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਦਰਦਨਾਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ** ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਰਦਨਾਕ ਲਾਲੀ, ਚਮੜੀ ਛਿੱਲੀ ਜਾਣੀ, ਝੁਣਝੁਣੀ ਲੱਗਣੀ, ਸੁੰਨਤਾ, ਹਥੇਲੀਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਛਾਲੇ।
- **Painful hand-foot skin reaction** such as painful redness, peeling, tingling, numbness, swelling or blistering of the palms of your hands and/or the bottoms of your feet.
- ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਚਾਰ ਵਾਰੀ ਵੱਧ ਟੱਟੀ ਆਉਣ ਵਾਲੇ **ਦਸਤ** ਜਾਂ ਰਾਤ ਸਮੇਂ ਦਸਤ।
- **Diarrhea** with four stools a day more than usual, or diarrhea during the night.
- **ਕਚਿਆਹਣ** ਜਿਸ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਖਾਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ 2 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰੀ **ਉਲਟੀਆਂ** ਕਰਨਾ।
- **Nausea** that causes you to eat a lot less than usual or **vomiting** more than 2 times in 24 hours.
- **ਬੁਲ੍ਹਾਂ, ਜੀਭ, ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦਨਾਕ ਲਾਲੀ, ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਛਾਲੇ।**
- **Painful redness, swelling or sores on your lips, tongue, mouth or throat.**
- **ਜਿਗਰ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ** ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੀਲ਼ੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਜਾਂ ਚਮੜੀ, ਚਿੱਟੀ ਜਾਂ ਮਿੱਟੀ ਰੰਗੀ ਟੱਟੀ।
- Signs of **liver problems** such as yellow eyes or skin, white or clay-colored stools.
- **ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਕਮੀ** ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਸਾਧਾਰਣ ਥਕਾਵਟ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ।
- Signs of **anemia** such as unusual tiredness or weakness.
- **ਢਿੱਡ ਜਾਂ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਚੰਡ ਕੜਵੱਲ ਪੈਣੇ ਜਾਂ ਪੀੜ ਹੋਣੀ।**
- **Severe abdominal or stomach cramping or pain**.
- **ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ** ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੈਰਾਂ ਅਤੇ ਲੱਤਾਂ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸਿਆਂ 'ਤੇ ਸੋਜਸ਼।
- Signs of **heart problems** such as swelling of feet or lower legs.

ਜੇ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੰਗ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ:

CHECK WITH YOUR DOCTOR IF ANY OF THE FOLLOWING CONTINUE OR BOTHER YOU:

- ਹੱਥਾਂ-ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਦਰਦ ਰਹਿਤ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲਾਲੀ, ਚਮੜੀ ਛਿੱਲੀ ਜਾਣੀ, ਝੁਣਝੁਣੀ ਲੱਗਣੀ, ਸੁੰਨਤਾ, ਹਥੇਲੀਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਛਾਲੇ।
- Painless hand-foot skin reaction such as redness, peeling, tingling, numbness, swelling or blistering of the palms of your hands and/or bottoms of your feet.
- ਬੁਲ੍ਹਾਂ, ਜੀਭ, ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਰਹਿਤ ਲਾਲੀ, ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਛਾਲੇ।
- Painless redness, swelling or sores on your lips, tongue, mouth or throat.
- ਬੇਕਾਬੂ ਕਚਿਆਹਣ, ਉਲਟੀਆਂ, ਭੁੱਖ ਦੀ ਘਾਟ, ਦਸਤ ਜਾਂ ਕਬਜ਼।
- Uncontrolled nausea, vomiting, loss of appetite, diarrhea or constipation.
- ਛਮੜੀ 'ਤੇ ਧਫ਼ੜ ਜਾਂ ਖਾਰਸ਼।
- Skin rash or itching.
- ਹੱਥਾਂ ਜਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਨਹੁੰਆਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ।
- Changes in fingernails or toenails.
- ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਸਾੜ ਪੈਣਾ; ਮਾਮੂਲੀ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨਾ ਢਿੱਡ ਜਾਂ ਪੇਟ ਦਰਦ।
- Heartburn; mild to moderate abdominal or stomach pain.
- ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਡੀ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ ਉਸ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਪ੍ਰਚੰਡ ਰੀਐਕਸ਼ਨ।
- Severe skin reaction where you have had radiation.
- ਸਿਲ੍ਹੀਆਂ, ਜਲ਼ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ।
- Watery, irritated eyes.

ਵਾਧੂ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਇਤਲਾਹ ਦਿਓ

REPORT ADDITIONAL PROBLEMS TO YOUR DOCTOR