

## ਮਰੀਜ਼ ਲਈ: ਈਟੋਪੋਸਾਇਡ ਦਾ ਟੀਕਾ

ਹੋਰ ਨਾਂ: ਵੈਪੇਸਿਡ, ਵੀ.ਪੀ.-16

For the Patient: Etoposide Injection

Other names: VEPESID®, VP-16



BC Cancer Agency

CARE + RESEARCH

An agency of the Provincial Health Services Authority

- Etoposide (ਈਟੋਪੋਸਾਇਡ) ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਅਨੇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਫ਼ ਤਰਲ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਟੀਕਾ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।  
Etoposide (ee-TOP-aw-side) is a drug that is used to treat many types of cancers. It is a clear liquid that is injected into a vein.
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ etoposide ਤੋਂ ਕਦੇ ਵੀ ਕੋਈ ਅਸਧਾਰਨ ਜਾਂ **ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ** ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ etoposide ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।  
Tell your doctor if you have ever had an unusual or **allergic reaction** to etoposide before taking etoposide.
- ਹਰੇਕ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ **ਖੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ** ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਹੋਰਨਾ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਬਦਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ 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.
- ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ atovaquone (MEPRON®) (ਐਟੋਵਾਕੁਓਨ - ਮੈਪਰੋਨ), warfarin (COUMADIN®) (ਵਾਰਫਾਰਿਨ - ਕਾਊਮੈਡਿਨ), glucosamine (ਗਲੂਕੋਸੈਮਾਇਨ) ਅਤੇ St John's Wort (ਸੇਂਟ ਜੌਨਜ਼ ਵੌਰਟ) etoposide ਨੂੰ **ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ** ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੂਨ ਦੇ ਵਾਧੂ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਨਵੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ।  
Other drugs such as atovaquone (MEPRON®), warfarin (COUMADIN®), glucosamine and St John's Wort may **interact** with etoposide. 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** (ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ) etoposide ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਉਪਯੋਗਤਾ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।  
The **drinking of alcohol** (in small amounts) does not appear to affect the safety or usefulness of etoposide.
- Etoposide ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ **ਨਪੁੰਸਕਤਾ** ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ **ਮੀਨੋਪੌਜ਼** (ਮਾਹਵਾਰੀ ਚੱਕਰਾਂ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ) ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ etoposide ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ।  
Etoposide may cause **sterility** in men and **menopause** in women. If you plan to have children, discuss this with your doctor before being treated with etoposide.
- Etoposide ਵੀਰਜ ਨੂੰ ਅਤੇ ਜੇ ਇਸ ਨੂੰ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। Etoposide ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਸਮੇਂ **ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ** ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਸਰਬੋਤਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਾਥਣ ਗਰਭ ਧਾਰਣ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਦੱਸੋ। ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਨਾ ਚੁੰਘਾਓ।  
Etoposide may damage sperm and may harm the baby if used during pregnancy. It is best to use **birth control** while being treated with etoposide. Tell your doctor right away if you or your partner becomes pregnant. Do not breast feed during treatment.

- ਡਾਕਟਰਾਂ ਜਾਂ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ etoposide ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।

**Tell** doctors or dentists that you are being treated with etoposide before you receive any treatment from them.

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਉਸੇ ਤਰਤੀਬ ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਸੁਝਾਅ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ।

Side effects are listed in the following table in the order in which they may occur. Tips to help manage the side effects are included.

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ SIDE EFFECTS	ਪ੍ਰਬੰਧਨ MANAGEMENT
<p>ਆਈ.ਵੀ. (ਨਸ ਵਿੱਚ ਸੂਈ ਲਗਾ ਕੇ) ਰਾਹੀਂ etoposide ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ <b>ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ</b> ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਵਾਪਰਦੇ ਹਨ। ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ: ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਬੇਅਰਾਮੀ, ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ, ਸਿਰ ਖਾਲੀ-ਖਾਲੀ ਲੱਗਣਾ ਅਤੇ ਤਰੇਲੀਆਂ ਆਉਣੀਆਂ।</p> <p><b>Allergic reactions</b> may rarely occur during or immediately following administration of IV etoposide. Signs of an allergic reaction may include: chest discomfort, shortness of breath, light headedness and flushing.</p>	<p>ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ etoposide ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੋਵੇ, ਜੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ <b>ਤੁਰੰਤ</b> ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।</p> <p>Tell your nurse or physician <b>immediately</b> if you experience these or any other side effects while receiving your etoposide.</p>
<p>ਜੇ etoposide ਚਮੜੀ ਦੇ ਹੇਠ ਲੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ <b>ਜਲਨ</b> ਹੋਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।</p> <p>Etoposide <b>burns</b> if it leaks under the skin.</p>	<p>ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੋਵੇ ਜੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਨ, ਡੰਗ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਰ ਤਬਦੀਲੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ ਤਾਂ <b>ਤੁਰੰਤ</b> ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸ ਦਿਓ।</p> <p>Tell your nurse or doctor <b>immediately</b> if you feel burning, stinging or any other change while the drug is being given.</p>
<p>ਆਈ.ਵੀ. (ਨਸ ਵਿੱਚ ਸੂਈ ਲਗਾ ਕੇ) ਰਾਹੀਂ etoposide ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਸਮੇਂ <b>ਚੱਕਰ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ</b> ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।</p> <p><b>Dizziness or feeling faint</b> may occur during administration of IV etoposide.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>ਤੁਰੰਤ</b> ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।</li> <li>Tell your nurse or doctor <b>immediately</b>.</li> <li>ਲੰਮੇ ਪੈ ਜਾਓ ਜਾਂ ਬੈਠਣ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ ਨੂੰ ਉਚਾਈ 'ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਬੈਠੋ।</li> <li>Lie down or sit with your feet elevated.</li> </ul>

<p style="text-align: center;"><b>ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ</b> <b>SIDE EFFECTS</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>ਪ੍ਰਬੰਧਨ</b> <b>MANAGEMENT</b></p>
<p>ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਲਟੀਆਂ ਲੱਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਜੀਅ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਕੱਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ।</p> <p><b>Nausea and vomiting</b> may occur after your treatment. Many people have little or no nausea.</p>	<p>ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈਆਂ ਲਿਖ ਕੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇਸ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨੀ ਸੌਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।</p> <p>You may be given a prescription for anti-nausea drug(s) to take before your chemotherapy treatment and/or at home. It is easier to prevent nausea than treat it once it has occurred, so follow directions closely.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ਕਾਫੀ ਸਾਰੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਓ। Drink plenty of liquids.</li> <li>• ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਖਾਂਦੇ-ਪੀਂਦੇ ਰਹੋ। Eat and drink often in small amounts.</li> <li>• <i>Food Choices to Help Control Nausea</i> (ਫੂਡ ਚੋਇਸਿਜ਼ ਟੂ ਕੰਟਰੋਲ ਨੌਜ਼ੀਆ) ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਸੁਝਾਅ ਅਜ਼ਮਾਓ।* Try the ideas in <i>Food Choices to Help Control Nausea</i>.*</li> </ul>
<p>ਤੁਹਾਡੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ 7-14 ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਦੇ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲ ਘੱਟ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਆਖਰੀ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ 3 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਆਪਣੇ ਸਾਧਾਰਨ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਖੂਨ ਦੇ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ (ਰੋਗਾਣੂਆਂ) ਨਾਲ ਲੜ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਸੈੱਲ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਣ, ਉਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋਣ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।</p> <p>Your <b>white blood cells</b> will decrease 7-14 days after your treatment. They usually return to normal 3 weeks after your last treatment. White blood cells protect your body by fighting bacteria (germs) that cause infection. When they are low, <b>you are at greater risk of having an infection</b>.</p>	<p>ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ:</p> <p>To help prevent infection:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਅਤੇ ਬਾਥਰੂਮ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਮੇਸ਼ਾ ਧੋਵੋ। Wash your hands often and always after using the bathroom.</li> <li>• ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਦਾ ਖ਼ਿਆਲ ਰੱਖੋ। Take care of your skin and mouth.</li> <li>• ਭੀੜ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ। Avoid crowds and people who are sick.</li> <li>• ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਖਾਰ (ਮੂੰਹ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨਾਲ 100°F ਜਾਂ 38°C ਤੋਂ ਵੱਧ), ਠੰਢ ਲੱਗਣ, ਖੰਘ, ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਜਲਨ ਹੋਣ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ <b>ਤੁਰੰਤ</b> ਕਾਲ ਕਰੋ। Call your doctor <b>immediately</b> 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.</li> </ul>

<p style="text-align: center;"><b>ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ</b> <b>SIDE EFFECTS</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>ਪ੍ਰਬੰਧਨ</b> <b>MANAGEMENT</b></p>
<p>ਤੁਹਾਡਾ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ 9-16 ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਪਲੇਟਲੈਟ (ਰੰਗਹੀਣ ਰਕਤਾਣੂ) ਘੱਟ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਆਖਰੀ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ 3 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਮੁੜ ਆਪਣੇ ਸਾਧਾਰਨ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੱਟ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਦੋਂ ਪਲੇਟਲੈਟ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਦਾ ਗਤਲਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। <b>ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਗੜਾਂ ਲੱਗਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਖੂਨ ਵਹਿਣ ਦੀ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।</b></p> <p>Your <b>platelets</b> may decrease 9-16 days after your treatment. They usually return to normal 3 weeks after your last treatment. Platelets help to make your blood clot when you hurt yourself. <b>You may bruise or bleed more easily than usual.</b></p>	<p>ਖੂਨ ਵਹਿਣ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ:</p> <p>To help prevent bleeding problems:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਰਗੜਾਂ ਜਾਂ ਕੱਟ ਨਾ ਲੱਗਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਨ ਦੇ ਜ਼ਖਮ ਨਾ ਹੋਣ। Try not to bruise, cut, or burn yourself.</li> <li>• ਅਰਾਮ ਨਾਲ ਸੁਣਕ ਕੇ ਨੱਕ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਉਂਗਲੀ ਨਾ ਪਾਓ। Clean your nose by blowing gently. Do not pick your nose.</li> <li>• ਕਬਜ਼ ਤੋਂ ਬਚੋ। Avoid constipation.</li> <li>• ਨਰਮ ਟੁੱਥ-ਬਰੁਸ਼ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ 'ਤੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਬਰੁਸ਼ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਖੂਨ ਵਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। 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.</li> </ul> <p>ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ASA (ਮਿਸਾਲ ਲਈ ASPIRIN® - ਐਸਪੀਰੀਨ) ਜਾਂ ibuprofen (ਇਬੂਪ੍ਰੋਫੇਨ) (ਮਿਸਾਲ ਲਈ, ADVIL® - ਐਡਵਿਲ) ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਹਿਣ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।</p> <p>Some medications such as ASA (e.g., ASPIRIN®) or ibuprofen (e.g., ADVIL®) may increase your risk of bleeding.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਵੱਲੋਂ ਦੱਸੀ ਹੋਈ ਕੋਈ ਵੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ (ਮਿਸਾਲ ਲਈ, <b>ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਲਈ ASA</b>)। Do not stop taking any medication that has been prescribed by your doctor (e.g., <b>ASA for your heart</b>).</li> <li>• ਮਾਮੂਲੀ ਦਰਦ ਲਈ, ਪਹਿਲਾਂ ਐਸੀਟਾਮੀਨਾਫੇਨ (ਮਿਸਾਲ ਲਈ TYLENOL® - ਟਾਈਲੇਨੋਲ) ਲੈ ਕੇ ਦੇਖੋ, ਪਰ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ibuprofen (ਇਬੂਪ੍ਰੋਫੇਨ) ਵੀ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। For minor pain, try acetaminophen (e.g., TYLENOL®) first, but occasional use of ibuprofen may be acceptable.</li> </ul>

<p style="text-align: center;"><b>ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ</b> <b>SIDE EFFECTS</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>ਪ੍ਰਬੰਧਨ</b> <b>MANAGEMENT</b></p>
<p>ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਝੜਨਾ ਆਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਕੁਝ ਦਿਨ ਜਾਂ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਅਜਿਹਾ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਲ ਹਲਕੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੰਜੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਖੋਪੜੀ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਚਿਹਰੇ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਵੀ ਵਾਲ ਝੜ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਕਈ ਵਾਰੀ ਇੱਕ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਵਿਚਲੇ ਵਕਤ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਉੱਗ ਜਾਣਗੇ। ਰੰਗ ਅਤੇ ਬਣਾਵਟ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ।</p> <p><b>Hair loss is common</b> and may begin within a few days or weeks of treatment. Your hair may thin or you may become totally bald. Your scalp may feel tender. You may lose hair on your face and body. Your hair will grow back once your treatments are over and sometimes between treatments. Colour and texture may change.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ਕੋਮਲ ਸ਼ੈਂਪੂ ਅਤੇ ਨਰਮ ਬੁਰਸ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। Use a gentle shampoo and soft brush.</li> <li>• ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਸਪ੍ਰੇ, ਬਲੀਚਿਜ਼, ਵਾਲ ਰੰਗਣ ਅਤੇ ਵਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁੰਡਲਾਂ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। Care should be taken with use of hair spray, bleaches, dyes and perms.</li> <li>• ਠੰਢੇ ਮੌਸਮ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੀ ਖੋਪੜੀ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਟੋਪੀ, ਸਕਾਫ਼ ਜਾਂ “ਵਿੰਗ” ਪਹਿਨੋ। ਕੁਝ “ਐਕਸਟੈਂਡਿਡ ਹੈਲਥ ਪਲੈਨ” “ਵਿੰਗ” ਦੇ ਅੰਸ਼ਕ ਖ਼ਰਚੇ ਦੀ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਨਗੇ। Protect your scalp with a hat, scarf or wig in cold weather. Some extended health plans will pay part of the cost of a wig.</li> <li>• ਜ਼ਿਆਦਾ ਧੁੱਪ ਵਾਲੇ ਦਿਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਿਰ ਢੱਕ ਕੇ ਰੱਖੋ ਜਾਂ “ਸੰਨ ਬਲਾਕ” ਲਗਾਓ। Cover your head or apply sunblock on sunny days.</li> <li>• ਖਾਜ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਖੋਪੜੀ ਉੱਪਰ “ਮਿਨਰਲ ਓਇਲ” ਲਗਾਓ। Apply mineral oil to your scalp to reduce itching.</li> <li>• ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪਲਕਾਂ ਅਤੇ ਭਰਵੱਟੇ ਵੀ ਝੜ ਜਾਣ ਤਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਮਿੱਟੀ ਜਾਂ ਧੂੜ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਵੱਡੀ ਝਾਲਰ ਵਾਲੀ ਟੋਪੀ ਪਹਿਨੋ ਜਾਂ ਐਨਕਾਂ ਲਗਾਓ। If you lose your eyelashes and eyebrows, protect your eyes from dust and grit with a broad-rimmed hat and glasses.</li> </ul>
<p>ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਭੁੱਖ ਘਟ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਰ ਘਟ ਜਾਵੇ।</p> <p><b>Loss of appetite and weight loss</b> may occur.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>High Energy High Protein Ideas</i> (ਹਾਈ ਐਨਰਜੀ ਹਾਈ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਆਈਡੀਆਜ਼)* ਅਤੇ <i>Healthy Eating Using High Energy, High Protein Foods</i> (ਹੈਲਥੀ ਈਟਿੰਗ ਯੂਜ਼ਿੰਗ ਹਾਈ ਐਨਰਜੀ, ਹਾਈ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਫੂਡਜ਼)* ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਸੁਝਾਅ ਅਜ਼ਮਾਓ। Try the ideas in <i>High Energy High Protein Ideas*</i> and in <i>Healthy Eating Using High Energy, High Protein Foods*</i>.</li> </ul>
<p>ਸਵਾਦ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।</p> <p><b>Taste</b> alteration may occur.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Food Ideas to Cope with Taste and Smell Changes</i> (ਫੂਡ ਆਈਡੀਆਜ਼ ਟੂ ਕੋਪ ਵਿੱਚ ਟੇਸਟ ਐਂਡ ਸਮੈਲ ਚੇਂਜਿਜ਼)* ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਸੁਝਾਅ ਅਜ਼ਮਾਓ। Try the ideas in <i>Food Ideas to Cope with Taste and Smell Changes*</i>.</li> </ul>

<p style="text-align: center;"><b>ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ</b> <b>SIDE EFFECTS</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>ਪ੍ਰਬੰਧਨ</b> <b>MANAGEMENT</b></p>
<p>ਦਸਤ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। <b>Diarrhea</b> may occur.</p>	<p>ਜੇ ਦਸਤ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਵੇ: If diarrhea is a problem:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਓ। Drink plenty of liquids.</li> <li>• ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਖਾਂਦੇ-ਪੀਂਦੇ ਰਹੋ। Eat and drink often in small amounts.</li> <li>• ਵੱਧ ਰੇਸ਼ੇ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ <i>Food Ideas to Help with Diarrhea During Chemotherapy</i> (ਫੂਡ ਆਇਡੀਆਜ਼ ਟੂ ਹੈਲਪ ਵਿਦ ਡਾਇਰੀਆ ਡਿਊਰਿੰਗ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ)* ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। Avoid high fibre foods as outlined in <i>Food Ideas to Help with Diarrhea During Chemotherapy</i>.*</li> </ul>
<p>ਕਬਜ਼ ਜੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। <b>Constipation</b> may occur.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ਜੇ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਕਸਰਤ ਕਰੋ। Exercise if you can.</li> <li>• ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਚੋਖੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਪੀਓ (ਦਿਨ ਵਿੱਚ 8 ਕੱਪ)। Drink plenty of fluids (8 cups a day).</li> <li>• <i>Suggestions for Dealing with Constipation</i> (ਸਜੈਸ਼ਨਜ਼ ਫੌਰ ਡੀਲਿੰਗ ਵਿੱਚ ਕੌਂਸਟੀਪੇਸ਼ਨ)* ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਸੁਝਾਅ ਅਜ਼ਮਾਓ। Try ideas in <i>Suggestions for Dealing with Constipation</i>.*</li> </ul>
<p>ਥਕੇਵਾਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। <b>Tiredness</b> and lack of energy may occur.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਾਰ ਨਾ ਚਲਾਓ ਜਾਂ ਮਸ਼ੀਨ 'ਤੇ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰੋ। Do not drive a car or operate machinery if you are feeling tired.</li> <li>• <i>Your Bank to Energy Savings: How People with Cancer Can Handle Fatigue</i> (ਯੂਅਰ ਬੈਂਕ ਟੂ ਐਨਰਜੀ ਸੇਵਿੰਗਜ਼: ਹਾਓ ਪੀਪਲ ਵਿਦ ਕੈਂਸਰ ਕੈਨ ਹੈਂਡਲ ਫਟੀਗ) ਵਿਚਲੇ ਸੁਝਾਅ ਅਜ਼ਮਾਓ।* Try the ideas in <i>Your Bank to Energy Savings: How People with Cancer Can Handle Fatigue</i>.*</li> </ul>
<p>ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਜਿੱਥੇ ਸੂਈ ਲਗਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਦਰਦ ਜਾਂ ਸਪਰਸ਼ ਕਾਰਣ ਬੇਅਰਾਮੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। <b>Pain or tenderness</b> may occur where the needle was placed.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਾਰੀ 15-20 ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਠੰਢੀ ਪੱਟੀ ਕਰੋ ਜਾਂ ਠੰਢੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਡੁਬਾਓ। Apply cool compresses or soak in cool water for 15-20 minutes several times a day.</li> </ul>

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ SIDE EFFECTS	ਪ੍ਰਬੰਧਨ MANAGEMENT
<p>ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਕੁਝ ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਛਾਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮੂੰਹ ਵਿਚਲੇ ਛਾਲੇ ਜੀਭ 'ਤੇ, ਮੂੰਹ ਦੇ ਪਾਸਿਆਂ 'ਤੇ ਜਾਂ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮੂੰਹ ਦੇ ਛਾਲੇ ਜਾਂ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ ਵਗਨ ਨਾਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।</p> <p><b>Sore mouth</b> may occur a few days after treatment. Mouth sores can occur on the tongue, the sides of the mouth or in the throat. <b>Mouth sores or bleeding gums can lead to an infection.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਸੌਣ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਨਰਮ ਬੁਰਸ਼ ਨਾਲ ਸਾਫ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ 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.</li> <li>• 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.</li> <li>• ਨਰਮ, ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਚਬਾਏ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਅਜ਼ਮਾਓ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਲਵਾ, ਮਿਲਕ ਸ਼ੇਕ ਜਾਂ ਕ੍ਰੀਮ ਵਾਲੇ ਸੂਪ। Try soft, bland foods like puddings, milkshakes and cream soups.</li> <li>• ਮਸਾਲੇਦਾਰ, ਖਸਤਾ ਜਾਂ ਖਟਾਈ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨਾਂ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਠੰਢੇ ਭੋਜਨਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ। Avoid spicy, crunchy or acidic food, and very hot or cold foods.</li> <li>• <i>Easy to Chew Recipes (ਈਜ਼ੀ ਟੂ ਚਿਊ ਰੈਸੀਪੀਜ਼)*</i> ਅਤੇ <i>Soft, Moist Food Ideas (ਸੌਫਟ, ਮੌਇਸਟ ਫੂਡ ਆਈਡੀਆਜ਼)*</i> ਨਾਂ ਦੇ ਦੋ ਪਰਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਭੋਜਨ ਸੰਬੰਧੀ ਸੁਝਾਅ ਅਜ਼ਮਾਓ। Try ideas in the two handouts; <i>Easy to Chew Recipes*</i> and <i>Soft, Moist Food Ideas*</i>.</li> </ul>

\* ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕਾਪੀ ਲਈ ਆਪਣੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ।

**\*Please ask your chemotherapy nurse or pharmacist for a copy.**

ਜੇ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ ਜਾਂ ਐਮਰਜੰਸੀ ਮਦਦ ਲਓ:  
**SEE YOUR DOCTOR OR GET EMERGENCY HELP IMMEDIATELY IF YOU HAVE:**

- ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਖਾਰ (ਮੂੰਹ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਰਾਹੀਂ 100°F ਜਾਂ 38°C ਤੋਂ ਵੱਧ), ਕਾਂਬੇ ਵਾਲੀ ਠੰਢ; ਖਾਂਸੀ, ਗਲਾ ਪੱਕਣਾ; ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਦਰਦ ਜਾਂ ਜਲਨ; ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਉੱਪਰ ਲਾਲੀ, ਦਰਦ ਜਾਂ ਸੋਜਸ਼; ਸਰੀਰ ਉੱਪਰ ਕਿਤੇ ਵੀ ਫੋੜ ਹੋਣੇ।  
Signs of an **infection** such as fever (over 100°F or 38°C by an oral thermometer ); chills; cough; sore throat; pain or burning when you pass urine; redness, pain or swelling of any area of your body; sores forming anywhere on your body.
- ਖੂਨ ਵਗਣ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਲੀਆਂ ਜਾਂ ਕੋਲਤਾਰ ਵਰਗੀਆਂ ਟੱਟੀਆਂ; ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਿੱਚ ਖੂਨ; ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਸੂਈ ਦੇ ਨੋਕ ਵਰਗੇ ਲਾਲ ਨਿਸ਼ਾਨ; ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰਗੜਾਂ।  
Signs of **bleeding problems** such as black, tarry stools; blood in urine; pinpoint red spots on skin, extensive bruising.



ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ (ਦਫ਼ਤਰੀ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ):  
**SEE YOUR DOCTOR AS SOON AS POSSIBLE (DURING OFFICE HOURS) IF YOU HAVE:**

- ਅਨੀਮੀਆ (ਖੂਨ ਦੀ ਕਮੀ) ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਸਧਾਰਣ ਥਕੇਵਾਂ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ।  
 Signs of **anemia** such as unusual tiredness or weakness.
- ਪੈਰ ਜਾਂ ਹੱਥ ਸੁੰਨੇ ਹੋਣੇ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਝੁਣਝੁਣੀ।  
**Numbness** or tingling in feet or hands.

ਜੇ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਓ:

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

- ਬੇਕਾਬੂ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ, ਉਲਟੀ ਆਉਣੀ ਜਾਂ ਦਸਤ ਲੱਗਣੇ।  
 Uncontrolled nausea, vomiting or diarrhea.
- ਜਿਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਸੂਈ ਲਗਾਈ ਗਈ ਸੀ ਉੱਥੇ ਲਾਲੀ, ਸੋਜਸ਼, ਦਰਦ ਜਾਂ ਛਾਲੇ।  
 Redness, swelling, pain or sores where the needle was placed.
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ, ਜੀਭ, ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਲਾਲੀ, ਸੋਜਸ਼, ਪੀੜ ਜਾਂ ਛਾਲੇ।  
 Redness, swelling, pain or sores on your lips, tongue, mouth or throat.
- ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਧੱਫੜ ਜਾਂ ਖਾਜ਼।  
 Skin rash or itching.

ਹੋਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ  
**REPORT ADDITIONAL PROBLEMS TO YOUR DOCTOR**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---