ਮਰੀਜ਼ ਲਈ: ਇੰਟਰਫ਼ੀਰੋਂਨ ਐਲਫ਼ਾ-2 ਬੀ ਦਾ ਟੀਕਾ
ਹੋਰ ਨਾਂ: ਇੰਟਰੋਂਨ-ਏ, ਇੰਟਰਫ਼ੀਰੋਂਨ ਅਲਫ਼ਾ, ਐਲਫ਼ਾ ਇੰਟਰਫ਼ੀਰੋਂਨ, ਇੰਟਰਫ਼ੀਰੋਂਨ, ਆਈ.ਐੱਫ਼.ਐੱਨ.

For the Patient: Interferon alfa-2b for injection
Other names: INTRON-A®, interferon alfa, alpha interferon, interferon, IFN

- Interferon (ਇੰਟਰਫ਼ੀਰੋਂਨ) ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਟਿਊਮਰਾਂ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਜਿਹੜਾ ਤੱਤ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਉਸੇ ਤੱਤ ਦਾ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵੱਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਰੂਪਾਂਤਰ ਹੈ। Interferon ਹਲਕੇ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦਾ ਸਾਫ਼, ਤਰਲ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਟੀਕਾ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ, ਪੱਠੇ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਹੇਠ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
  Interferon (in-ter-FEER-on) is a drug that is used to treat many types of cancers. It is a man-made version of a substance your body produces naturally to fight infections and tumours. Interferon is a clear to light yellow liquid that is injected into a vein, muscle, or under the skin.

- ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਨਰਸ ਵੱਲੋਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਪੱਠੇ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਹੇਠ ਟੀਕਾ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਖਾਵੇਗੀ ਕਿ ਇਹ ਟੀਕਾ ਕਿਵੇਂ ਲਗਾਉਣਾ ਹੈ।
  Injections into a vein will be given by a nurse. Injections into a muscle or under the skin may be done at home. A nurse will teach you how to give these injections.

- Interferon ਦੇ ਟੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਫ਼ਰਿੱਜ ਵਿੱਚ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ **ਰੱਖੋ**। Interferon ਨੂੰ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਨਾ ਹਿਲਾਓ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਫ਼ਰੀਜ਼ ਕਰਕੇ ਨਾ ਰੱਖੋ।
  Store interferon injections in the refrigerator, out of the reach of children. Do not shake interferon vigorously, as it may be damaged. Do not freeze.

- ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿ interferon ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਦੱਸੇ ਮੁਤਾਬਕ ***ਇਸਤੇਮਾਲ*** ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਹਮੇਸ਼ਾ interferon ਦਾ ਇੱਕੋ "ਬਰਾਂਡ" ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਵੋ।
  It is important to ***use*** interferon exactly as directed. Always use the same brand of interferon. Make sure you understand the directions.
  - ਹਰ ਵਾਰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਸਰੀਰ ਉੱਪਰ ਵਖਰੀ ਥਾਂ ਚੁਣੋ।
    Use a different site for each injection.
  - ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਸੌਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਟੀਕਾ ਲਗਾਓ।
    Inject at bedtime to lessen side effects.
  - Interferon ਨੂੰ ਫ਼ਰਿੱਜ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਲਓ ਅਤੇ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ 30 ਮਿੰਟ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਆਉਣ ਦਿਓ। ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਗਰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਹੀਟ (ਤਾਪ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।
    Take the interferon out of the refrigerator and allow it to warm to room temperature for 30 minutes before injection. Do not use heat to warm the injection.
  - ਟੀਕਾ ਲਗਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਬਚੀ ਹੋਈ interferon ਨੂੰ ਫ਼ਰਿੱਜ ਅੰਦਰ ਰੱਖ ਦਿਓ।
    Return remaining interferon to the refrigerator immediately after your injection.
  - ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਹਰ ਸੂਈ ਨੂੰ ਬਸ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਹੀ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ। ਵਰਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਸੂਈਆਂ ਨੂੰ ਢੱਕਣ ਵਾਲੇ ਸਖ਼ਤ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ। ਡੱਬੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਸੈਂਟਰ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਸੁੱਟੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
    Use each needle only once to avoid infection. Place used needles in a rigid plastic container with a lid. Discard container as instructed by your treatment centre. Keep out of reach of children.

- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ interferon ਤੋਂ ਕਦੇ ਵੀ ਕੋਈ ਅਸਾਧਾਰਨ ਜਾਂ ***ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ*** ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।
  Tell your doctor if you have ever had an unusual or ***allergic reaction*** to interferon.

- ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ***ਬਲੱਡ ਟੈਸਟ*** ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਹੋਰਨਾ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ interferon ਦੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਬਦਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
  A ***blood test*** may be taken periodically. The dose and timing of your interferon injections may be changed based on the test results and/or other side effects.

- ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ***ਪੀਣ*** ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 8-12 ਕੱਪ (2000-3000 ਮਿਲੀ ਲੀਟਰ ਜਾਂ 70-100 ਔਂਸ)। ਇਸ ਨਾਲ ਘੱਟ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਤੋਂ ਬਚਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
  Your doctor may tell you to ***drink*** plenty of liquids e.g., 8-12 cups (2000-3000 mL or 70-100 oz) a day. This helps prevent low blood pressure.

- ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ captopril (CAPOTEN®) (ਕੈਪਟੋਂਪਰਿਲ – ਕੈਪੋਟੀਨ), enalapril (VASOTEC®) (ਇਨੈਲੈਪਰਿਲ – ਵੈਸੋਟੈਕ), phenobarbital (ਫ਼ੈਨੋਬਾਰਬੀਟੈਲ), erythropoietin (EPREX®) (ਐਰਿੱਥਰੋਪੋਆਇਟਿਨ – ਐਪਰੈਕਸ), melphalan (ALKERAN®) (ਮੈਲਫ਼ਾਲੈਨ – ਐਲਕੇਰਾਨ), prednisone (DELTASONE®) (ਪ੍ਰੈਡਨੀਸੋਨ – ਡੈਲਟਾਸੋਨ), theophylline (UNIPHYL®) (ਥਿਉਫ਼ਿਲਾਈਨ – ਯੁਨੀਫ਼ਿਲ), warfarin (COUMADIN®) (ਵਾਰਫ਼ਰਿਨ – ਕਾਊਮਾਡਿਨ), zidovudine (RETROVIR®, AZT) (ਜ਼ਿਡੋਵਿਊਡਿਨ – ਰੈਟਰੋਵੀਰ, ਏ.ਜ਼ੈੱਡ.ਟੀ.) ਅਤੇ ਕੁਝ ਹੋਰ ਵੈਕਸੀਨਾਂ interferon ਨੂੰ ***ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ*** ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਵਾਧੂ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਨਵੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ।
  Other drugs such as captopril (CAPOTEN®), enalapril (VASOTEC®), phenobarbital, erythropoietin (EPREX®), melphalan (ALKERAN®), prednisone (DELTASONE®), theophylline (UNIPHYL®), warfarin (COUMADIN®), zidovudine (RETROVIR®, AZT), and some vaccines may ***interact*** with interferon. 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.

- ਹਰਬਲ ਦਵਾਈ Sho-saiko-to (ਸ਼ੋ-ਸ਼ਿਆਕੋ-ਟੋ) (ਚਾਈਨੀਜ਼ ਨਾਂ: Xiao Chai Hu Tang – ਜ਼ਿਓ ਸ਼ਾਈ ਹੂ ਟੈਂਗ) interferon ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ***ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ*** ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। Interferon ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਇਸ ਪ੍ਰੋਡਕਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।
  The herbal remedy Sho-saiko-to (Chinese name: Xiao Chai Hu Tang) ***interacts*** with interferon to cause serious side effects. Do not use this product at any time while using interferon.

- **ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਦਾ** (ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ) interferon 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 interferon.

- Interferon ਵੀਰਜ ਨੂੰ ਅਤੇ ਜੇ ਇਸ ਨੂੰ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। Interferon 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।
  Interferon may damage sperm and may harm the baby if used during pregnancy. It is best to use ***birth control*** while being treated with interferon. 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 interferon ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।
  Tell doctors or dentists that you are being treated with interferon before you receive any treatment from them.

ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਕਣਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ (ਬਲੱਡ ਕਾਊਂਟਸ) ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ
Changes in blood counts

ਇਹ ਦਵਾਈ ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਕਣਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ (ਬਲੱਡ ਕਾਊਂਟਸ) ਵਿੱਚ ਅਸਥਾਈ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟਾਂ ਰਾਹੀਂ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਪੈੜ ਰੱਖੇਗਾ। ਕੁਝ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।
This drug may cause temporary changes in your blood counts. Your doctor will be following these changes carefully by performing blood tests. Adjustment of your treatment may be needed in certain circumstances.

ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਕਣਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ **BLOOD COUNTS**	ਪ੍ਰਬੰਧਨ **MANAGEMENT**
ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਆਮ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ (ਰੋਗਾਣੂਆਂ) ਨਾਲ ਲੜ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। **ਜਦੋਂ ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸੈੱਲ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਹੋਣ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।** Normal 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 ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ: To help prevent infection: • ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਅਤੇ ਬਾਥਰੂਮ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 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 ਰਹਿਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। Avoid crowds and people who are sick. • ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਨਾ ਵੀ ਹੋਵੇ (ਸਫ਼ਾ 3 ਦੇਖੋ), Interferon ਕਾਰਣ ਬੁਖ਼ਾਰ (ਮੂੰਹ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨਾਲ 100°F ਜਾਂ 38°C ਤੋਂ ਵੱਧ) ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖ਼ਾਰ ***ਅਤੇ*** ਨਾਲ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸੰਕੇਤ ਹੋਣ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ***ਤੁਰੰਤ*** ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਸੰਕੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਠੰਢ ਲੱਗਣੀ, ਖੰਘ ਆਉਣੀ, ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਜਲਨ ਹੋਣੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। Interferon may cause fever (over 100°F or 38°C by an oral thermometer) even though you do not have an infection (see page 3). If you have fever ***plus*** another sign of infection, call your doctor ***immediately***. These other signs include chills, cough, or burning when you pass urine.

ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਕਣਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ **BLOOD COUNTS**	ਪ੍ਰਬੰਧਨ **MANAGEMENT**
ਆਮ ਪਲੇਟਲੈਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੱਟ ਲੱਗਣ (ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਕੱਟ ਲੱਗਣ) 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਗਤਲਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। **ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਲੇਟਲੈਟਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਗੜਾਂ ਲੱਗਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਖ਼ੂਨ ਵਹਿਣ ਦੀ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।** Normal platelets help your blood to clot normally after an injury (e.g., cut). **When the platelet count is low you may be more likely to bruise or bleed.**	ਖ਼ੂਨ ਵਹਿਣ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ: To help prevent bleeding problems: • ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਰਗੜਾਂ ਜਾਂ ਕੱਟ ਨਾ ਲੱਗਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਨ ਦੇ ਜ਼ਖ਼ਮ ਨਾ ਹੋਣ। Try not to bruise, cut, or burn yourself. • ਅਰਾਮ ਨਾਲ ਸੁਣਕ ਕੇ ਨੱਕ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਉਂਗਲੀ ਨਾ ਪਾਓ। Clean your nose by blowing gently. Do not pick your nose. • ਕਬਜ਼ ਤੋਂ ਬਚੋ। Avoid constipation. • ਨਰਮ ਟੁੱਥ-ਬਰੁਸ਼ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ 'ਤੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਬੁਰਸ਼ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਖ਼ੂਨ 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. ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ASA (ਮਿਸਾਲ ਲਈ ASPIRIN® (ਐਸਪਰੀਨ)) ਜਾਂ ibuprofen (ਇਬੂਪ੍ਰੋਫ਼ੇਨ) (ਮਿਸਾਲ ਲਈ, ADVIL® - ਐਡਵਿਲ) ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਵਹਿਣ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। Some medications such as ASA (e.g., ASPIRIN®) or ibuprofen (e.g., ADVIL®) may increase your risk of bleeding. • ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਵੱਲੋਂ ਦੱਸੀ ਹੋਈ ਕੋਈ ਵੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ (ਮਿਸਾਲ ਲਈ, **ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਲਈ ASA**)। Do not stop taking any medication that has been prescribed by your doctor (e.g., **ASA for your heart**). • ਮਾਮੂਲੀ ਦਰਦ ਲਈ, ਪਹਿਲਾਂ ਐਸੀਟਾਮੀਨਾਫ਼ੇਨ (ਮਿਸਾਲ ਲਈ TYLENOL® - ਟਾਈਲੇਨੋਲ) ਲੈ ਕੇ ਦੇਖੋ, ਪਰ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ibuprofen (ਇਬੂਪ੍ਰੋਫ਼ੇਨ) ਵੀ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। For minor pain, try acetaminophen (e.g., TYLENOL®) first, but occasional use of ibuprofen may be acceptable.

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗੇ 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**
ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਜਿੱਥੇ ਸੂਈ ਲਗਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਸ ਥਾਂ ’ਤੇ **ਦਰਦ ਜਾਂ ਸਪਰਸ਼ ਕਾਰਣ ਬੇਅਰਾਮੀ** ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। **Pain or tenderness** may occur where the needle was placed.	• 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.
ਤੁਹਾਡੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ **ਫ਼ਲੂ-ਵਰਗੀ ਬਿਮਾਰੀ** ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖ਼ਾਰ, ਕਾਂਬੇ ਵਾਲੀ ਠੰਢ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਪੱਠਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਫ਼ਲੂ-ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। A **flu-like illness** may occur shortly after your treatment. You may have fever, chills, headache, muscle aches and joint aches. Flu-like symptoms usually disappear on their own.	• ਹਰ 4-6 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ acetaminophen (e.g., TYLENOL®) (ਐਸੀਟਾਮਿਨਾਫ਼ੇਨ - ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟਾਈਲਾਨੌਲ) ਲਓ, ਪਰ ਇੱਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 4 ਗ੍ਰਾਮ (4000 ਐੱਮ.ਜੀ.) ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਹੀਂ। Take acetaminophen (eg, TYLENOL®) every 4-6 hours if needed, to a maximum of 4 g (4000 mg) per day. • ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖ਼ਾਰ ***ਅਤੇ ਨਾਲ*** ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸੰਕੇਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ***ਤੁਰੰਤ*** ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਸੰਕੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਠੰਢ ਲੱਗਣੀ, ਖੰਘ ਆਉਣੀ, ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਜਲਨ ਹੋਣੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। More than 48 hours after treatment, if you have fever ***plus*** another sign of infection, call your doctor ***immediately***. These other signs include chills, cough, or burning when you pass urine.
ਤੁਹਾਡੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡਾ **ਜੀਅ ਕੱਚਾ** ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ **ਉਲਟੀਆਂ** ਲੱਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। **Nausea and vomiting** may occur during treatment.	ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ 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। You may be given a prescription for antinausea 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. • ਕਾਫ਼ੀ ਸਾਰੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਓ। Drink plenty of liquids. • ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਖਾਂਦੇ-ਪੀਂਦੇ ਰਹੋ। Eat and drink often in small amounts. • *Food Choices to Help Control Nausea (ਫ਼ੂਡ ਚੋਇਸਿਜ਼ ਟੂ ਕੰਟਰੋਲ ਨੌਜ਼ੀਆ)* ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਸੁਝਾਅ ਅਜ਼ਮਾਓ।* Try the ideas in *Food Choices to Help Control Nausea**.

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ **SIDE EFFECTS**	ਪ੍ਰਬੰਧਨ **MANAGEMENT**
ਕਦੇ-ਕਦੇ **ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਧਫੜ** ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। **Skin rashes may** occur.	ਖਾਜ ਹੋਣ 'ਤੇ ਮਦਦ ਲਈ: To help itching: • "ਕੈਲੇਮਾਈਨ ਲੋਸ਼ਨ" ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ You can use calamine lotion • ਜੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਫ਼ਤਰੀ ਸਮਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ If very irritating, call your doctor during office hours • ਜਾਂ ਫ਼ਿਰ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਸਮੇਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ Otherwise make sure to mention it at your next visit
ਦਸਤ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। **Diarrhea** may occur.	ਦਸਤ ਲੱਗਣ 'ਤੇ ਮਦਦ ਲਈ: To help diarrhea: • ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਓ। Drink plenty of liquids. • ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਖਾਂਦੇ-ਪੀਂਦੇ ਰਹੋ। Eat and drink often in small amounts. • ਵੱਧ ਰੇਸ਼ੇ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ *Food Ideas to Help with Diarrhea During Chemotherapy (ਫੂਡ ਆਇਡੀਆਜ਼ ਟੂ ਹੈਲਪ ਵਿਦ ਡਾਇਰੀਆ ਡਿਊਰਿੰਗ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ)** ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। Avoid high fibre foods as outlined in *Food Ideas to Help with Diarrhea During Chemotherapy**.
ਡਾਈਬੀਟੀਜ਼ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚ **ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਕਾਬੂ** ਉੱਪਰ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। **Sugar control** may be affected in diabetics.	• ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਡਾਈਬੀਟੀਜ਼ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦੀ ਬਾਕਾਇਦਾ ਜਾਂਚ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। Check your blood sugar regularly if you are diabetic.
ਤੁਹਾਨੂੰ **ਸੌਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ** ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। You may have **trouble sleeping**.	• ਜੇ ਸੌਣ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਡੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। Talk to your doctor if your trouble in sleeping continues to bother you. • ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ interferon ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਉਗੇ, ਉਦੋਂ ਇਹ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। This will return to normal when you stop taking interferon.

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ **SIDE EFFECTS**	ਪ੍ਰਬੰਧਨ **MANAGEMENT**
ਸਵਾਦ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। **Taste alteration** may occur.	ਸਵਾਦ ਵਿੱਚ ਆਈਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਾਰਣ ਚੰਗਾ ਪੋਸ਼ਣ ਲੈਣ ਦੀ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ 'ਤੇ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਭਾਰ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਕਮੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ: To help reduce the impact of taste changes on your ability to get good nutrition and avoid weight loss: • ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਦੀ ਕੁਰਲੀ ਕਰੋ। Rinse mouth with water before eating. • ਥੋੜ੍ਹੇ-ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਥੋੜ੍ਹਾ, ਸਿਹਤਮੰਦ ਹਲਕਾ ਭੋਜਨ ਖਾਓ। Eat small, frequent meals and healthy snacks. • ਮਿੱਥੇ ਹੋਏ ਸਮੇਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਭੋਜਨ ਸਿਰਫ਼ ਉਦੋਂ ਹੀ ਖਾਓ ਜਦੋਂ ਭੁੱਖ ਲੱਗੀ ਹੋਵੇ। Eat meals when hungry rather than at set mealtimes. • ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। Have others prepare the meal. • ਲਾਲ ਮੀਟ ਦੀ ਥਾਂ ਪੋਲਟਰੀ, ਮੱਛੀ, ਅੰਡੇ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ ਵਰਤੋ। Substitute poultry, fish, eggs and cheese for red meat. • ਮਸਾਲੇ ਲੱਗਿਆ ਜਾਂ ਚਟਣੀ ਨਾਲ ਮੀਟ ਖਾਓ; ਕੁਝ ਮਿੱਠਾ ਅਜ਼ਮਾਓ। Eat meat with a marinade or sauce; try something sweet. • ਜੇ ਖਾਣੇ ਵਿੱਚੋਂ ਧਾਤ ਵਰਗਾ ਸਵਾਦ ਆਵੇ ਤਾਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਭਾਂਡਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। Use plastic utensils if food tastes like metal. • ਕੌੜੇ ਜਾਂ ਧਾਤ ਵਰਗੇ ਸਵਾਦ ਨੂੰ ਦੱਬਣ ਲਈ ਪੁਦੀਨਾ, ਨਿੰਬੂ ਦਾ ਰਸ ਜਾਂ ਚਿਉਇੰਗ ਗਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। Use mints, lemon drops or chewing gum to mask the bitter or metallic taste. • ਠੰਢਾ ਜਾਂ ਫ਼ਰੀਜ਼ ਕੀਤਾ ਖਾਣਾ ਕੋਸੇ ਜਾਂ ਗਰਮ ਖਾਣੇ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਹਤਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। Chilled or frozen food may be more acceptable than warm or hot food. • ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਛਾਲੇ ਨਾ ਹੋਣ ਤਾਂ "ਟਾਰਟ ਫ਼ੂਡਜ਼" ਅਜ਼ਮਾਓ ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਸਿਟਰਸ" ਫਲ (ਨਿੰਬੂ-ਸੰਤਰਾ ਆਦਿ) ਜਾਂ ਲੈਮਨੇਡ। Try tart foods, such as citrus fruits or lemonade, unless you have mouth sores. • ਬਦਬੂਆਂ ਤੋਂ ਬਚੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਭੁੱਖ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। Avoid bad odours, as these may affect your appetite.

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ **SIDE EFFECTS**	ਪ੍ਰਬੰਧਨ **MANAGEMENT**
ਥਕੇਵਾਂ ਅਤੇ ਤਾਕਤ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। **Tiredness** and lack of energy may occur.	• 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. • *Your Bank to Energy Savings: How People with Cancer Can Handle Fatigue (ਯੁਅਰ ਬੈਂਕ ਟੂ ਐਨਰਜੀ ਸੇਵਿੰਗਜ਼: ਹਾਓ ਪੀਪਲ ਵਿਦ ਕੈਂਸਰ ਕੈਨ ਹੈਂਡਲ ਫਟੀਗ)* ਵਿਚਲੇ ਸੁਝਾਅ ਅਜ਼ਮਾਓ।* Try the ideas in *Your Bank to Energy Savings: How People with Cancer Can Handle Fatigue.**
Interferon ਨਾਲ **ਕਈ ਵਾਰੀ ਵਾਲ਼ ਝੜ ਸਕਦੇ ਹਨ।** ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ interferon ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ, ਉਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਲ਼ ਦੁਬਾਰਾ ਉੱਗ ਆਉਣਗੇ। ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੇ ਰੰਗ ਅਤੇ ਬਣਤਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। **Hair loss sometimes occurs** with interferon. Your hair will grow back once you stop treatment with interferon. Colour and texture may change.	• ਕੋਮਲ ਸ਼ੈਂਪੂ ਅਤੇ ਨਰਮ ਬੁਰਸ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। Use a gentle shampoo and soft brush. • ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੇ ਸਪ੍ਰੇ, ਬਲੀਚਿਜ਼, ਵਾਲ਼ ਰੰਗਣ ਅਤੇ ਵਾਲ਼ਾਂ 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.
ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣੀ ਅਤੇ **ਭਾਰ ਘਟਣਾ** ਆਮ ਹੈ ਅਤੇ interferon ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਕਾਫ਼ੀ ਸਮੇਂ ਤਕ ਚਲਦਾ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। **Loss of appetite** and **weight loss** are common and may persist long after discontinuation of interferon.	• *High Energy High Protein Ideas (ਹਾਈ ਐਨਰਜੀ ਹਾਈ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਆਈਡਿਆਜ਼)** ਅਤੇ *Healthy Eating Using High Energy, High Protein Foods (ਹੈਲਥੀ ਈਟਿੰਗ ਯੂਜ਼ਿੰਗ ਹਾਈ ਐਨਰਜੀ, ਹਾਈ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਫ਼ੂਡਜ਼)** ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਸੁਝਾਅ ਅਜ਼ਮਾਓ। Try ideas in *High Energy High Protein Ideas** and in *Healthy Eating Using High Energy, High Protein Foods*.*
ਤੁਹਾਡੇ **ਕਲੈਸਟਰੋਲ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਈਗਲਿਸਰਾਈਡਜ਼** ਵਿੱਚ **ਵਾਧਾ** ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। **Increase** in **cholesterol or triglycerides** may occur.	ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ: Discuss this with your doctor if you have: • ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ। A history of heart disease. • ਵੱਧ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ। High blood pressure. • ਟ੍ਰਾਈਗਲਿਸਰਾਈਡਜ਼ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ। Elevated triglycerides. Interferon ਲੈਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਲੈਸਟਰੋਲ ਪੱਧਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। You may need to have your cholesterol level checked a few months after starting interferon.
ਕਈ ਵਾਰੀ **ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ** (ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ) ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। **Emotional changes** (e.g., feelings of depression) may sometimes occur.	• ਜੇ ਅਜਿਹੇ ਲੱਛਣ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਣ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰੋ। Discuss these symptoms with your doctor if they occur.

ਜੇ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ INTERFERON ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ ਜਾਂ ਐਮਰਜੰਸੀ ਮਦਦ ਲਓ:
STOP USING INTERFERON AND SEE YOUR DOCTOR OR GET EMERGENCY HELP IMMEDIATELY IF YOU HAVE:

- **ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ** ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਖ਼ਾਰ (ਮੂੰਹ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਰਾਹੀਂ 100°F ਜਾਂ 38°C ਤੋਂ ਵੱਧ), ਕਾਂਬੇ ਵਾਲੀ ਠੰਢ; ਖੰਘ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਦਰਦ ਜਾਂ ਜਲਨ।
  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 ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ** ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਲੀਆਂ ਜਾਂ ਕੋਲਤਾਰ ਵਰਗੀਆਂ ਟੱਟੀਆਂ; ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ; 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.
- ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਕੁਝ ਦੇਰ ਬਾਅਦ **ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ** ਦੇ ਸੰਕੇਤ (ਕਦੇ ਹੀ) ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ, ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਤੇਜ਼ ਹੋਣੀ, ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਸੋਜਸ਼ ਹੋਣੀ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੋਣੀ।
  Signs of an **allergic reaction** (rare) soon after a treatment including dizziness, fast heart beat, face swelling or breathing problems.
- **ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ** ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਜਾਂ ਬੇਨੇਮੀ।
  Signs of **heart problems** such as fast or uneven heartbeat.

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 (ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਕਮੀ)** ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਸਧਾਰਣ ਥਕੇਵਾਂ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ।
  Signs of **anemia** such as unusual tiredness or weakness.
- **ਜਿਗਰ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ** ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅੱਖਾਂ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਦਾ ਪੀਲਾਪਣ, ਚਿੱਟੇ ਜਾਂ ਮਿੱਟੀ-ਰੰਗੀ ਟੱਟੀ।
  Signs of **liver problems** such as yellow eyes or skin, white or clay-coloured stools.
- ਪੈਰ ਜਾਂ ਹੱਥ ਸੁੰਨ੍ਹ ਹੋਣੇ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਝੁਣਝੁਣੀ।
  Numbness or tingling in feet or hands.
- **ਨਿਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ।**
  Changes in eyesight.
- ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਘੰਟੀਆਂ ਵੱਜਣੀਆਂ ਜਾਂ **ਸੁਣਨ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ।**
  Ringing in your ears or **hearing problems**.
- ਤੁਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ।
  Trouble in walking.
- **ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਧੱਫੜ ਜਾਂ ਖਾਜ।**
  Skin rash or **itching**.

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.
- ਡਾਈਬੀਟੀਜ਼ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ: ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦਾ ਬੇਕਾਬੂ ਪੱਧਰ।
  For diabetics: uncontrolled blood sugars.
- ਸਿਰ ਦਰਦ ਜੋ ਅਸੀਟਾਮਿਨਾਫ਼ੇਨ ਨਾਲ ਵੀ ਕਾਬੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
  Headache not controlled with acetaminophen.
- ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਰਗੜਾਂ ਲੱਗਣੀਆਂ ਜਾਂ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਮਾਮੂਲੀ ਵਹਾਅ।
  Easy bruising or minor bleeding.
- 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 ਖਾਜ।
  Skin rash or itching.

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