

ਮਰੀਜ਼ ਲਈ: ਮੈਲਫਾਲੈਨ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ  
 ਹੋਰ ਨਾਂ: ਐਲਕੋਰੈਨ  
 For the Patient: Melphalan tablets  
 Other names: ALKERAN®



- Melphalan (ਮੈਲਫਾਲੈਨ) ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਅਨੇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਗੋਲੀ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ।  
 Melphalan (MEL-fa-lan) is a drug that is used to treat many types of cancer. It is a tablet that you take by mouth.
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ melphalan ਜਾਂ chlorambucil (ਕਲੋਰੈਮਬਿਓਸਿਲ) ਤੋਂ ਕਦੇ ਵੀ ਕੋਈ ਅਸਧਾਰਨ ਜਾਂ ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ melphalan ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।  
 Tell your doctor if you have ever had an unusual or **allergic reaction** to melphalan or chlorambucil before taking melphalan.
- 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.
- ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ melphalan ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਵੋ।  
 It is important to **take** melphalan exactly as directed by your doctor. Make sure you understand the directions.
- Melphalan ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਪੇਟ, ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 1 ਘੰਟਾ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ 2 ਘੰਟੇ ਬਾਅਦ ਲਓ। ਇਸ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੇ ਪੂਰੇ ਗਿਲਾਸ ਨਾਲ, ਰਹ ਰੋਜ਼ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਲਓ। ਜੇ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਪੇਟ ਖੁਰਾਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ melphalan ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਫੇਰੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।  
 Take melphalan on an **empty stomach**, at least 1 hour before or 2 hours after eating. Take it with a full glass of water, at the same time each day. If this upsets your stomach, you may take melphalan with food and tell your doctor at your next visit.
- Melphalan ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਨੂੰ ਚੱਬੋ ਜਾਂ ਫੇਰੋ ਨਾ। ਗੋਲੀ ਨੂੰ ਸਾਬਤ ਨਿਗਲੋ।  
 Do not chew or crush melphalan tablets. **Swallow whole.**
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ melphalan ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣੀ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜੇ ਭੁੱਲੀ ਹੋਈ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ 12 ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਖੁਰਾਕ ਲੈ ਲਵੋ। ਜੇ ਭੁੱਲੀ ਹੋਈ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ 12 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿਓ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਦੀਆਂ ਬਾਕੀ ਖੁਰਾਕਾਂ ਆਪਣੇ ਆਮ ਸਮੇਂ ਮੁਤਾਬਕ ਲੈਣੀਆਂ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ। ਖੁੰਝੀ ਹੋਈ ਦਵਾਈ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਫਤਰੀ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਫੋਨ ਕਰੋ।  
 If you **miss a dose** of melphalan, take it as soon as you can if it is within 12 hours of the missed dose. If it is over 12 hours since your missed dose, skip the missed dose and go back to your usual dosing times. Call your doctor during office hours to ask about making up the missed dose.

- ਜੇ melphalan ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਘੰਟੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੁਸੀਂ **ਉਲਟੀ** ਰਾਹੀਂ ਦਵਾਈ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਨਾ ਲਓ। ਸਲਾਹ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਫ਼ਤਰੀ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।  
If you **vomit** the dose of melphalan within 1 hour of taking it, do not take a second dose. Call your doctor during office hours for advice. You will be told whether you need to take another dose.
- ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ cimetidine (ਸਿਮੈਟਾਡੀਨ) ਅਤੇ digoxin (LANOXIN®) (ਡਾਈਜੋਕਸਿਨ - ਲੈਨੋਕਸਿਨ) melphalan 'ਤੇ **ਪ੍ਰਭਾਵ** ਪਾ 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 ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ।  
Other drugs such as cimetidine and digoxin (LANOXIN®) may **interact** with melphalan. 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.
- ਕੋਈ ਵੀ **ਇਮਿਓਨਾਇਜ਼ੇਸ਼ਨ** (ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਟੀਕਾ) ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰੋ।  
Talk to your doctor before receiving any **immunizations**.
- **ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਦਾ** (ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ) melphalan 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 melphalan.
- Melphalan 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 melphalan ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ।  
Melphalan may cause **sterility** in men and **menopause** in women. If you plan to have children, discuss this with your doctor before being treated with melphalan.
- Melphalan ਵੀਰਜ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਇਸ ਨੂੰ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। Melphalan 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।  
Melphalan may damage sperm and may harm the baby if used during pregnancy. It is best to use **birth control** while being treated with melphalan. Tell your doctor right away if you or your partner becomes pregnant. Do not breast feed during treatment.
- Melphalan ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਨੂੰ ਫ਼ਰਿੱਜ ਵਿੱਚ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ **ਰੱਖੋ**।  
**Store** melphalan tablets in the refrigerator, out of the reach of children.
- ਡਾਕਟਰਾਂ ਜਾਂ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ melphalan ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।  
**Tell** doctors or dentists that you are being treated with melphalan before you receive any treatment from them.

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

Melphalan ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਦੇ ਕਣਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ (ਬਲੱਡ ਕਾਊਂਟਸ) ਵਿੱਚ ਅਸਥਾਈ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟਾਂ ਰਾਹੀਂ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਪੈੜ ਰੱਖੇਗਾ। ਕੁਝ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

Melphalan 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.

ਖੂਨ ਦੇ ਕਣਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ BLOOD COUNTS	ਪ੍ਰਬੰਧਨ MANAGEMENT
<p>ਖੂਨ ਦੇ ਆਮ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ (ਰੋਗਾਣੂਆਂ) ਨਾਲ ਲੜ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸੈੱਲ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਣ, ਉਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋਣ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।</p> <p>Normal white blood cells protect your body by fighting bacteria (germs) that cause infection.</p> <p><b>When they are low, 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>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>ਖੂਨ ਦੇ ਕਣਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ</b> <b>BLOOD COUNTS</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>ਪ੍ਰਬੰਧਨ</b> <b>MANAGEMENT</b></p>
<p>ਆਮ ਪਲੇਟਲੈਟਸ (ਰੰਗਹੀਣ ਰਕਤਾਣੂ) ਕਿਸੇ ਜ਼ਖਮ (ਮਿਸਾਲ ਲਈ ਕੱਟ ਲੱਗਣਾ) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਧਾਰਣ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਦਾ ਗਤਲਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਪਲੇਟਲੈਟ ਘਟਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਗੜਾਂ ਲੱਗਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਖੂਨ ਵਹਿਣ ਦੀ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।</p> <p>Normal platelets help your blood to clot normally after an injury (e.g., cut). <b>When the platelet count is low, you may be more likely to bruise or bleed.</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 ਸਾੜ 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। Brush your teeth gently with a soft toothbrush as your gums may bleed more easily.</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 ਐਸੀਟੇਮਾਈਨੋਫੇਨ (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>

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>ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਲਟੀਆਂ ਲੱਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਤਕ ਜਾਰੀ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਜੀਅ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਕੱਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।</p> <p><b>Nausea and vomiting</b> may occur after your treatment and may last for 24 hours. Most 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 ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। <b>ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇਸ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨੀ ਸੌਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ</b>, ਇਸ ਲਈ ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ 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. <b>It is easier to prevent nausea than treat it once it has occurred</b>, so follow closely the directions for the anti-nausea prescription.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ਕਾਫ਼ੀ ਸਾਰੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਓ। Drink plenty of fluids.</li> <li>• ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਖਾਂਦੇ-ਪੀਂਦੇ ਰਹੋ। Eat and drink often in small amounts.</li> <li>• <i>Food Choices to Help Control Nausea (ਫੂਡ ਚੋਇਸਿਜ਼ ਟੂ ਹੈਲਪ ਕੰਟਰੋਲ ਨੌਜ਼ੀਆ)*</i> ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਸੁਝਾਅ ਅਜ਼ਮਾਓ। Try the ideas in <i>Food Choices to Help Control Nausea</i>.*</li> </ul>
<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 sometimes occur a few days after treatment. Mouth sores can occur on the tongue, the sides of the mouth, or in the throat.</p> <p><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 ਸਾਫ਼ 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>• <i>Food Ideas to Help with Sore Mouth during Chemotherapy (ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੌਰਾਨ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਛਾਲਿਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਮਦਦ ਲਈ ਮਸ਼ਵਰੇ)*</i> ਵਿੱਚ ਦੱਸੇ ਵਿਚਾਰ ਅਜ਼ਮਾਓ। Try the ideas in <i>Food Ideas for a Sore Mouth during Chemotherapy</i>.*</li> </ul>

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ SIDE EFFECTS	ਪ੍ਰਬੰਧਨ MANAGEMENT
<p>ਕਈ ਵਾਰੀ ਥਕੇਵਾਂ ਜਾਂ ਤਾਕਤ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। <b>Tiredness</b> and lack of energy may sometimes 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> (ਯੂਆਰ ਬੈਂਕ ਟੂ ਐਨਰਜੀ ਸੇਵਿੰਗ: ਹਾਓ ਪੀਪਲ ਵਿਦ ਕੈਂਸਰ ਕੈਨ ਹੈਂਡਲ ਫਟੀਗ)* ਵਿਚਲੇ ਸੁਝਾਅ ਅਜਮਾਓ। Try the ideas in <i>Your Bank to Energy Savings: How People with Cancer Can Handle Fatigue</i>.*</li> </ul>
<p>ਅਜਿਹਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ melphalan ਨਾਲ ਵਾਲ ਝੜਨ ਲੱਗ ਜਾਣ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ melphalan ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਬੰਦ ਕਰੋਗੇ, ਉਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਲ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਣਗੇ। ਰੰਗ ਜਾਂ ਬਣਾਵਟ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਦਵਾਈ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਾਕਤ ਵਾਲੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਕਾਰਣ ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਝੜਨਾ ਵਧੇਰੇ ਆਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। <b>Hair loss</b> is rare with melphalan. Your hair will grow back once you stop treatment with melphalan. Colour and texture may change. Hair loss is more common with higher doses.</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, ਬਲੀਚਿੰਗ, ਵਾਲ ਰੰਗਣ ਅਤੇ ਵਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁੰਡਲ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। Care should be taken with use of hair spray, bleaches, dyes, and perms.</li> </ul>

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

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

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ MELPHALAN ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ ਜਾਂ ਤੁਰੰਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮਦਦ ਲਵੋ:

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

- ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਖਾਰ (ਮੂੰਹ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਰਾਹੀਂ 100°F ਜਾਂ 38°C ਤੋਂ ਵੱਧ), ਕਾਂਬੇ ਵਾਲੀ ਠੰਢ; ਖੰਘ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਤੀਬਰ ਦਰਦ, ਬਲਗਮ ਵਾਲੀ ਖੰਘ (ਗਾੜ੍ਹੇ ਜਾਂ ਹਰੇ ਰੰਗ ਦੇ ਖੂਕ ਨਾਲ ਖਾਂਸੀ ਕਰਨਾ), ਗੰਧਲਾ ਜਾਂ ਬਦਬੂਦਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ, ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਤਕਲੀਫਦੇਹ, ਨਾਜ਼ੁਕ, ਜਾਂ ਸੁੱਜੇ ਹੋਏ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦੇ ਜ਼ਖਮ ਜਾਂ ਫੋੜੇ।  
Signs of an **infection** such as fever (over 100°F or 38°C by an oral thermometer), shaking chills; cough, severe sore throat, productive cough (coughing up thick or green sputum); cloudy or foul smelling urine; painful, tender, or swollen red skin wounds or sores.
- ਖੂਨ ਵਗਣ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ 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.
- ਐਲਰਜੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ (ਕਦੇ ਹੀ) ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਰ ਚਕਰਾਉਣਾ, ਦਿਲ ਦੀ ਤੇਜ਼ ਧੜਕਨ, ਮੂੰਹ ਦੀ ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।  
Signs of an **allergic reaction** (rare) soon after a treatment including dizziness, fast heart beat, face swelling, or breathing problems.
- ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਜਾਂ ਬੇਨੋਮੀ।  
Signs of **heart problems** such as fast or uneven heartbeat.

- ਦੌਰੇ ਪੈਣੇ ਜਾਂ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋ ਜਾਣਾ।  
**Seizures or loss of consciousness.**
- ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਘੱਟ ਹੋਣ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿਰ ਖਾਲੀ-ਖਾਲੀ ਲੱਗਣਾ, ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ ਜਾਂ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋਣਾ।  
Signs of **low blood pressure** such as light-headedness, dizziness, or fainting.
- ਫੇਫੜਿਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੰਘ, ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਤਬਦੀਲੀ।  
Signs of **lung problems** such as cough, shortness of breath, difficulty and/or change in breathing.

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.
- 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.
- ਗੁਰਦੇ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਿੱਠ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਜਾਂ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਦਾ ਦਰਦ, ਪੈਰਾਂ ਜਾਂ ਲੱਤਾਂ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦੀ ਸੋਜਸ਼।  
Signs of **kidney problems** such as lower back or side pain, swelling of feet or lower legs.
- ਗਠੀਏ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ।  
Signs of **gout** such as joint pain.
- ਮਸਾਨੇ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ, ਦਰਦਨਾਕ ਜਲਨ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਆਉਣਾ ਜਾਂ ਢਿੱਡ ਵਿੱਚ ਪੀੜ ਹੋਣੀ।  
Signs of **bladder problems** such as changes in urination, painful burning sensation, presence of blood, or abdominal pain.
- ਗਲਾ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਪੱਕਣਾ ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਨਿਗਲਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਣੀ।  
**Sore throat or mouth** that makes it difficult to swallow comfortably.
- ਹੱਥ ਅਤੇ ਪੈਰ ਸੁੰਨੇ ਹੋਣੇ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਝੁਣਝੁਣੀ ਹੋਣੀ।  
**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, ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣੀ ਜਾਂ ਦਸਤ ਲੱਗਣੇ।  
Uncontrolled nausea, vomiting, loss of appetite, or diarrhea.
- ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਰਗੜਾਂ ਲੱਗਣੀਆਂ ਜਾਂ ਖੂਨ ਦਾ ਮਾਮੂਲੀ ਵਹਾਅ।  
Easy bruising or minor bleeding.
- 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**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---