ਮਰੀਜ਼ ਲਈ: HNLAPRT
For the Patient: HNLAPRT
ਹੋਰ ਨਾਂ: ਸਿਸਪਲੈਟਿਨ ਨੂੰ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਨਾਲ ਸੰਯੁਕਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਰਤਦੇ ਹੋਏ ਲੋਕਲੀ ਐਡਵਾਂਸਡ ਸਕੂਐਮਸ ਸੈੱਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਦਾ ਸਾਰ
Other Names: Summary for Treatment of Locally Advanced Squamous Cell Cancer with Concurrent Cisplatin and Radiation
HN = Head and **N**eck (Tumour Group) (ਸਿਰ ਅਤੇ ਗਰਦਨ) (ਟਿਊਮਰ ਗਰੁੱਪ)
LA = Locally **A**dvanced (ਲੋਕਲੀ ਐਡਵਾਂਸਡ)
P = Platinum (Cis**P**latin) (ਪਲੈਟੀਨਮ) (ਸਿਸਪਲੈਟਿਨ)
RT = Radiation **T**herapy(ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ)

BC Cancer Agency
CARE + RESEARCH
An agency of the Provincial Health Services Authority

ਇਸ ਦਵਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ
ABOUT THIS MEDICATION

ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?
What are these drugs used for?

- Cisplatin (ਸਿਸਪਲੈਟਿਨ) ਅੰਤਰ-ਨਸੀ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ (ਇੰਟ੍ਰਾਵੀਨਸ) ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਅਨੇਕਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਸਟੈਂਡਰਡ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਹੈ ਅਤੇ cisplatin ਦੀ ਵਰਤੋਂ ""ਰੇਡਿਓ-ਸੈਂਸੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਏਜੰਟ" (ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਉੱਪਰ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਸਰਦਾਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਤੱਤ) ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੱਤ, ਦੋਵਾਂ ਵਜੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
  Cisplatin is an intravenous chemotherapy medication used for many types of cancer. In this protocol, radiation is the standard treatment and cisplatin is used both as a radio-sensitizing agent, which means it works along with radiation, and as a cancer-killing agent.

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸਿਸਪਲੈਟਿਨ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ?
How do radiation and cisplatin work?

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ। Cisplatin ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਅਨੁਵੰਸ਼ਕ ਤੱਤਾਂ ਵਿੱਚ ਦਖ਼ਲ ਦੇ ਕੇ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੋਣ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਦੀ ਹੈ।
The radiation kills cancer cells and stops them from growing. Cisplatin works by interfering with the genetic material of cancer cells and prevents their growth.

ਕਿਹੜੇ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
INTENDED BENEFITS

- ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਇਹ ਥੈਰੇਪੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।
  This therapy is being given to destroy and/or prevent the growth of cancer cells in your body.
- ਇਹ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੁਹਾਡੇ ਮੌਜੂਦਾ ਲੱਛਣ ਸੁਧਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਟਾਲ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
  This treatment may improve your current symptoms, and delay or prevent the onset of new symptoms.
- ਇਹ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜਿਊਂਦੇ ਬਚ ਸਕਣ ਵਿੱਚ ਸਮੁੱਚੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਧਾਰ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।
  This treatment is meant to control the disease and improve your overall survival.

.

HNLAPRT ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਦਾ ਸਾਰ
HNLAPRT TREATMENT SUMMARY

ਇਹ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ?
How are these treatments given?

- Cisplatin ਇੰਟ੍ਰਾਵੀਨਸ ਢੰਗ ਨਾਲ (ਨਾੜ ਰਾਹੀਂ) ਤਿੰਨ "ਸਾਇਕਲਾਂ" ਤਕ ਹਰ ਤਿੰਨ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
  Cisplatin is given intravenously (via the vein) every three weeks for up to three cycles.
- ਤੁਹਾਡੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਦੀ ਮਿਆਦ ਦੌਰਾਨ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵੀਕਐਂਡ ਅਤੇ ਛੁੱਟੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨਾਂ 'ਤੇ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ।
  Radiation is given daily Monday to Friday, with weekends and holidays off, for the duration of the treatment
- Cisplatin ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਇੰਟ੍ਰਾਵੀਨਸ ਰਾਹੀਂ ਵਾਧੂ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੰਟ੍ਰਾਵੀਨਸ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਾਧੂ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਦੇਣ ਦਾ ਕਾਰਜ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਜਾਰੀ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
  Extra intravenous fluid will be given before and after the cisplatin. The intravenous fluid given after your radiation treatment may be continued in the hospital.

ਜਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਮਿਲ ਜਾਣਗੀਆਂ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?
What will happen when I get my drugs?

- ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਬਲੱਡ ਟੈਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
  A blood test is done within one month prior to starting treatment.
- Cisplatin ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਲੱਡ ਟੈਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੈਸਟਾਂ ਲਈ ਲੈਬ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।
  A blood test is done prior to each treatment of cisplatin. You will be given a lab requisition for these tests.
- Cisplatin ਇਨਫ਼ਿਊਯਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਟ੍ਰਾਵੀਨਸ ਰਾਹੀਂ ਵਾਧੂ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਓ, ਉਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਚੋਖੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ।
  You will be given extra fluid intravenously before and after your cisplatin infusion. It is important that you try to drink plenty of fluids when you return home.
- ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਿਖ ਕੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ (ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ)। ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਲਈ ਹਰ ਵਾਰੀ ਆਉਣ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਤੁਸੀਂ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ। ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਨਾਲੋਂ ਇਸ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨੀ ਆਸਾਨ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।
  You will have been given a prescription for anti-nausea medication (filled at your regular pharmacy) that you bring in each time for your treatment. Your nurse will tell you when to take the anti-nausea medication. It is easier to prevent nausea than to treat it once it has occurred, so follow directions closely.
- ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸੰਤੁਲਨ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਥੋੜ੍ਹਾ-ਥੋੜ੍ਹਾ ਭੋਜਨ ਖਾਓ। FoodChoicestoHelpControlNausea (ਫ਼ੂਡ ਚੁਆਇਸਿਜ਼ ਟੂ ਹੈਲਪ ਕੰਟ੍ਰੋਲ ਨੌਜ਼ੀਆ) ਵਾਲਾ ਪਰਚਾ ਦੇਖੋ।
  To prevent nausea, be well-hydrated and eat small meals frequently. Refer to the pamphlet on FoodChoicestoHelpControlNausea.

ਇਲਾਜ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ
TREATMENT PROTOCOL

ਤਾਰੀਖ਼ (ਦਿਨ/ਮਹੀਨਾ/ਸਾਲ) **DATE** (dd/mm/yr)	ਸਾਇਕਲ **CYCLE**		ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ **TREATMENT**
	1	**ਡੀ 1** **D 1**	**Cisplatin ਇਨਫ਼ਿਊਜਨ + ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ** **Cisplatin infusion + Radiation therapy**
		ਡੀ 1-5 **D 1-5**	**ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ** **Radiation therapy**
	2	**ਡੀ 22** **D 22**	**Cisplatin ਇਨਫ਼ਿਊਜਨ + ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ** **Cisplatin infusion + Radiation therapy**
		ਡੀ 22-26 **D 22-26**	**ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ** **Radiation therapy**
	3	**ਡੀ 43** **D43**	**Cisplatin ਇਨਫ਼ਿਊਜਨ + ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ** **Cisplatin infusion + Radiation therapy**
		ਡੀ 43-47 **D 43-47**	**ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ** **Radiation therapy**

ਕਿਹੜੀਆਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਸਿਸਪਲੈਟਿਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ?
What other drugs can interact with CISPLATIN?

- ਉਹ ਦਵਾਈਆਂ ਜੋ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅਸਰ ਗੁਰਦਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ Gentamicin – ਜੈਂਟਾਮਾਇਸਿਨ, tobramycin – ਟੋਬਰਾਮਾਇਸਿਨ, vancomycin – ਵੈਨਕੋਮਾਇਸਿਨ, amphotericin B - ਐਂਫ਼ੋਟੇਰਿਸਿਨ ਬੀ, furosemide (LASIX®) – ਫ਼ਿਊਰੋਸੇਮਾਈਡ (ਲੇਸਿਕਸ))
  Drugs that can cause a decrease in kidney function or are eliminated by the kidneys (eg. Gentamicin, tobramycin, vancomycin, amphotericin B, furosemide (LASIX®),
- Phenytoin (DILANTIN®) (ਫ਼ੈਨੀਟੋਇਨ – ਡਿਲੈਨਟਿਨ); cisplatin ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਫ਼ੈਨੀਟੋਇਨ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।
  Phenytoin (DILANTIN®); cisplatin can cause a decrease in phenytoin blood levels
- Pyridoxine (vitamin B6) (ਪਿਰਾਡੌਕਸਿਨ – ਵਿਟਾਮਿਨ ਬੀ6) cisplatin ਦੀ ਅਸਰਦਾਇਕਤਾ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ
  Pyridoxine (vitamin B6) may cause a decrease in cisplatin's effectiveness

<u>ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ</u>
<u>CHEMOTHERAPY SIDE EFFECTS AND MANAGEMENT</u>

ਕੀ ਇਸ ਦੇ ਕੋਈ ਖ਼ਤਰੇ ਹਨ?
Are there any risks?

- ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਵਾਈ ਰਾਹੀਂ ਇਲਾਜ ਦੇ ਅਕਲਪਿਤ ਅਤੇ ਅਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਣਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।
  Unexpected and unlikely side effects can occur with any drug treatment. The ones listed in the following tables are particularly important for you to be aware of.

ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ **SERIOUS SIDE EFFECTS**	ਪ੍ਰਬੰਧਨ **MANAGEMENT**
ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਣ, ਉਦੋਂ **ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਹੋਣ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਤਰਾ** ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ (ਰੋਗਾਣੂਆਂ) ਨਾਲ ਲੜ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। When your white blood cells are low, you are at greater **risk of having an infection**. White blood cells protect your body by fighting bacteria (germs) that cause 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 ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ Avoid crowds and people who are sick • ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਖ਼ਾਰ (ਮੂੰਹ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨਾਲ 100°F ਜਾਂ 38°C ਤੋਂ ਵੱਧ), ਠੰਢ ਲੱਗਣ, ਖੰਘ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਜਲਨ ਹੋਣ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ **ਤੁਰੰਤ** ਕਾਲ ਕਰੋ। Call your doctor **immediately** at the first sign of infection such as fever (over 38°C or 100°F by an oral thermometer), chills, cough or burning when you pass urine.
ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੱਟ ਲੱਗਣ 'ਤੇ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚੀਰਾ ਲੱਗਣਾ) ਆਮ ਪਲੇਟਲੈਟ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਗਤਲਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। **ਜਦੋਂ ਪਲੇਟਲੈਟਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਗੜਾਂ ਲੱਗਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਖ਼ੂਨ ਵਗਣ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਸਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।** 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 ਸਾੜ 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। 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 ਕਿ ASA (ਮਿਸਾਲ ਲਈ ASPIRIN®) ਜਾਂ ibuprofen (ਇਬੂਪ੍ਰੋਫ਼ੇਨ) (ਮਿਸਾਲ ਲਈ, ADVIL®) 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। Do not stop taking any medication prescribed by your doctor. • ਮਾਮੂਲੀ ਦਰਦ ਲਈ, ਪਹਿਲਾਂ ਐਸੀਟਾਮਿਨਾਫ਼ਿਨ (ਮਿਸਾਲ ਲਈ TYLENOL®) ਲੈ ਕੇ ਦੇਖੋ, ਪਰ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ibuprofen (ਇਬੂਪ੍ਰੋਫ਼ੇਨ) ਵੀ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। For minor pain, try acetaminophen (Tylenol®) first, but occasional use of ibuprofen is acceptable.
ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ **Changes in hearing** may occur	ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਬਾਰੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। Contact your doctor if you have any concerns in your hearing.

ਹੋਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ **OTHER SIDE EFFECTS**	ਪ੍ਰਬੰਧਨ **MANAGEMENT**
ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡਾ **ਜੀਅ ਕੱਚਾ** ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ **ਅਤੇ ਉਲਟੀ** ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜਿਹਾ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 24 ਘੰਟੇ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਜੀਅ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਤਕ ਕੱਚਾ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਭਾਵ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਉਲਟੀ ਆਉਣੀ) **Nausea and vomiting** may occur after your treatment and may last for up to 24 hours. Nausea may last longer for some patients (ie. Delayed nausea and vomiting)	ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। **ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇਸ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨੀ ਸੌਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ,** ਇਸ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕਰੋ। You will 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. • ਚੋਖੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਓ Drink plenty of fluids • ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਖਾਂਦੇ-ਪੀਂਦੇ ਰਹੋ। Eat and drink often in small amounts • Food Choices to Help Control Nausea (ਫ਼ੂਡ ਚੁਆਇਸਿਜ਼ ਟੂ ਹੈਲਪ ਕੰਟ੍ਰੋਲ ਨੌਜ਼ੀਆ) ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਸੁਝਾਅ ਆਜ਼ਮਾਓ Try the ideas in Food Choices to Help Control Nausea ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ ਅਤੇ ਉਲਟੀ ਆਉਣ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਵੱਖਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ। Your doctor may manage delayed nausea and vomiting differently. Be sure to let your doctor know if you experience this.
ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ **ਦਸਤ** ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦਸਤ ਕਾਰਣ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। **Diarrhea** may occur after your treatment. Diarrhea can lead to dehydration.	ਦਸਤ ਲੱਗਣ 'ਤੇ ਮਦਦ ਲਈ: To help manage diarrhea: • ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਚੋਖੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਪੀਓ Drink plenty of fluids • ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਖਾਂਦੇ-ਪੀਂਦੇ ਰਹੋ Eat and drink often in small amounts • Food Ideas to Help with Diarrhea (ਫ਼ੂਡ ਆਇਡੀਆਜ਼ ਟੂ ਹੈਲਪ ਵਿੱਚ ਡਾਇਰੀਆ) ਵਿੱਚ ਦੱਸੇ ਮੁਤਾਬਕ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫ਼ਾਈਬਰ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ Avoid high fibre foods as outlined in Food Ideas to Help with Diarrhea

ਹੋਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ **OTHER SIDE EFFECTS**	ਪ੍ਰਬੰਧਨ **MANAGEMENT**
ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਕੁਝ ਦਿਨ ਬਾਅਦ **ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਛਾਲੇ** ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮੂੰਹ ਵਿਚਲੇ ਛਾਲੇ ਜੀਭ 'ਤੇ, ਮੂੰਹ ਦੇ ਪਾਸਿਆਂ 'ਤੇ ਜਾਂ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮੂੰਹ ਦੇ ਛਾਲਿਆਂ ਜਾਂ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਖ਼ੂਨ ਵਗਣ ਕਾਰਣ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। **Sore mouth** may occur a few days after 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 ਸੌਣ 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 ½ ਛੋਟਾ ਚਮਚਾ ਬੇਕਿੰਗ ਸੋਡਾ ਜਾਂ ਨਮਕ ਮਿਲਾ ਕੇ ਮਾਊਥਵਾਸ਼ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਾਰੀ ਗਰਾਰੇ ਕਰੋ। Make a mouthwash with ½ teaspoonful baking soda or salt in 1 cup warm water and rinse several times a day. • ਨਰਮ, ਮਸਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਬਗ਼ੈਰ ਭੋਜਨ ਖਾਓ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਲਵਾ, ਮਿਲਕਸ਼ੇਕ ਅਤੇ ਕ੍ਰੀਮ ਸੂਪ। Try soft bland foods like puddings, milkshakes and cream soups. • 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. Food Ideas to Help with Sore Mouth (ਫ਼ੂਡ ਆਇਡੀਆਜ਼ ਟੂ ਹੈਲਪ ਵਿੱਦ ਸੋਰ ਮਾਊਥ) ਵਿੱਚ ਦੱਸੇ ਸੁਝਾਅ ਆਜ਼ਮਾਓ Try the ideas in Food Ideas to Help with Sore Mouth
Cisplatin ਕਾਰਣ **ਵਾਲ਼** ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਹੀ **ਝੜਦੇ** ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਲ਼ ਝੜਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ cisplatin ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਲ਼ ਦੁਬਾਰਾ ਉੱਗ ਜਾਣਗੇ। ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੇ ਰੰਗ ਅਤੇ ਬਣਤਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। **Hair loss** is rare with cisplatin. If you lose hair, it will grow back once you stop treatment with cisplatin. Colour and texture may change.	ਜੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੇ ਝੜਨ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ Hair Loss due to Chemotherapy (ਹੇਅਰ ਲੌਸ ਡਿਊ ਟੂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ) ਦੇਖੋ। If hair loss is a problem, refer to Hair Loss due to Chemotherapy.
ਕਦੇ-ਕਦੇ **ਉਂਗਲਾਂ ਜਾਂ ਪੰਜੇ ਸੁੰਨ੍ਹ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ** ਜਾਂ **ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਝੁਣਝੁਣੀ** ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। **Numbness** or **tingling of the fingers or toes** may sometimes occur. This will slowly return to normal once your treatments are over. This may take several months.	• ਤਿੱਖੀਆਂ, ਗਰਮ ਜਾਂ ਠੰਢੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਸਮੇਂ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੋ। Be careful when handling items that are sharp, hot or cold. ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਟਣ ਬੰਦ ਕਰਨ ਜਾਂ ਖੋਲ੍ਹਣ, ਲਿਖਣ ਜਾਂ ਛੋਟੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਚੁੱਕਣ ਵਿੱਚ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਿੱਕਤ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਫ਼ੇਰੀ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। Tell your doctor at your next visit, especially if you have trouble with buttons, writing or picking up small objects.

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ:
RADIATION SIDE EFFECTS AND MANAGEMENT:

ਕੀ ਇਸ ਦੇ ਕੋਈ ਖ਼ਤਰੇ ਹਨ?
Are there any risks?

- ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਕਾਰਣ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਿਰਫ਼ ਉਸ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ।
  Radiation can only cause side effects in the part of the body where it is delivered.
- ਸਿਗਰਟ ਪੀਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਕਾਰਣ ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਬਦਤਰ ਹੋਣ ਦੇ ਆਸਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
  Smoking is not advisable because it tends to aggravate some side effects.
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਦੇ ਅਕਲਪਿਤ ਅਤੇ ਅਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਣਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।
  Unexpected and unlikely side effects can occur with any radiation treatment. The ones listed in the following table are particularly important for you to be aware of.
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਆਨਕਾਲੋਜਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
  Your oncologist may discuss other serious side effects with you if they occur in your situation.

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ **RADIATION SIDE EFFECTS**	ਪ੍ਰਬੰਧਨ **MANAGEMENT**
ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਲਗਭਗ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ **ਚਮੜੀ ਉੱਪਰ ਬੇਅਰਾਮੀ**, ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਚਮੜੀ ਉੱਪਰ ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਖਾਜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੰਨ ਬਰਨ (ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਕਿਰਣਾਂ ਕਾਰਣ ਸਾੜ ਪੈਣੇ) ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਦਾ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖ਼ਿਆਲ ਰੱਖਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। **Skin irritation** After about two weeks of treatment, the skin in the treated area may become red and itchy, much like a sunburn. It is very important to take good care of your skin.	• ਨਹਾਉਣ ਲਈ ਕੋਸੇ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਕੋਮਲ, ਗੰਧ-ਰਹਿਤ ਸਾਬਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਨਰਮ ਤੌਲੀਏ ਨਾਲ ਥਪਥਪਾ ਕੇ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਸੁਕਾਓ। Bathe using lukewarm water and mild, unscented soap. Pat skin dry with a soft towel. • ਢਿੱਲੇ, ਆਰਾਮਦੇਹ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨੋ। Wear loose, comfortable clothing. • ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਸਿੱਧੀ ਧੁੱਪ ਅਤੇ ਹਵਾ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਓ। Protect skin from direct sunlight and wind. • ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪਿਸਟਾਂ ਵੱਲੋਂ ਚਮੜੀ ਉੱਪਰ ਲਗਾਏ ਨਿਸ਼ਾਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਨਾ ਹਟਾਓ। Be careful not to remove the skin markings placed by the Radiation Therapists. • ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਦੌਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਉੱਪਰ ਕ੍ਰੀਮਾਂ, ਲੋਸ਼ਨ, ਪਰਫ਼ਿਊਮ ਜਾਂ ਡਿਓਡੋਰੈਂਟ ਨਾ ਲਗਾਓ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਉੱਪਰ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। Do not apply any creams, lotions, perfumes or deodorants to the treated areas during your treatment. • ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਮੜੀ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਗੇ। The radiation therapists will give you information about skin care. • ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਛਿੱਲੀ ਜਾਣ ਲੱਗੇ ਜਾਂ ਉਸ ਉੱਪਰ ਛਾਲੇ ਹੋਣ ਲੱਗਣ ਤਾਂ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਨਰਸਿੰਗ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। If your skin begins to peel or blister, call the nursing line to learn how to take care of this problem.
ਖ਼ੁਸ਼ਕ ਮੂੰਹ (ਜ਼ੀਰੋਸਟੋਮਿਆ) ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਥੁੱਕ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਮੂੰਹ ਖ਼ੁਸ਼ਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਖ਼ੁਸ਼ਕੀ ਸਥਾਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਖ਼ੁਸ਼ਕ ਮੂੰਹ ਕਾਰਣ ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਕਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਆਪਣੀ ਡੈਂਟਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ। **Dry Mouth (xerostomia)** If your salivary glands were in the treated area, you may develop a dry mouth. This dryness may be permanent. A dry mouth can lead to oral problems, so consult your dental team to help you manage these problems.	• ਤੁਹਾਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੇ-ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਸਿੱਲ੍ਹਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਾਣ ਅਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਮੇਂ। You may need to moisten your mouth often, especially when eating and talking. • ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਕੈਫ਼ੀਨ-ਯੁਕਤ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਣ ਖ਼ੁਸ਼ਕੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਖੰਡ-ਯੁਕਤ ਕਾਰਬੋਨੇਟਿਡ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ। ਫ਼ੌਸਫ਼ੋਰਿਕ ਅਤੇ ਸਿਟਰਿਕ ਐਸਿਡ ਯੁਕਤ "ਡਾਇਟ ਡ੍ਰਿੰਕਸ" ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ। Avoid alcohol and caffeinated beverages which may cause dryness. Avoid carbonated beverages with sugar. Avoid diet drinks with phosphoric and citric acids.

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ **RADIATION SIDE EFFECTS**	ਪ੍ਰਬੰਧਨ **MANAGEMENT**
ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਛਾਲੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਾਸੂਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਦਰਦਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਲੋੜੀਂਦਾ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। **Mouth Sores** Commonly known as canker sores, these can become painful and may make it difficult to eat enough food.	• ਮੂੰਹ ਦੀਆਂ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਮੁੱਢਲੇ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਦੇ ਛਾਲਿਆਂ ਦੀ ਤੀਬਰਤਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਣ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਪੀੜ ਘਟ ਜਾਵੇਗੀ। ਬਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਮਾਊਥਵਾਸ਼ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ "ਐਲਕੋਹੋਲ" ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਮੂੰਹ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਨੂੰ ਬੇਅਰਾਮੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। Early detection and treatment of oral infections will diminish the severity of mouth sores and pain associated with it. Avoid commercial mouthwashes because they have a high alcohol content and can dry and irritate the oral tissues. • ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਆਨਕਾਲੋਜਿਸਟ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। If you develop mouth or throat pain, please tell your oncologist. Coping with Dry Mouth (ਕੋਪਿੰਗ ਵਿੱਦ ਡਰਾਈ ਮਾਊਥ) ਦੇਖੋ। Refer to Coping with Dry Mouth.
ਸਵਾਦ ਦੀ ਸੋਝੀ ਨਾ ਰਹਿਣੀ **Loss of Taste**	• 5ਵੇਂ, 7ਵੇਂ , 9ਵੇਂ ਅਤੇ 10ਵੇਂ cranial (ਕਪਾਲੀ) ਨਸਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਟਿਊਮਰ, ਸਿਰ ਜਾਂ ਗਰਦਨ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਅਤੇ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ, ਇਹ ਸਭ ਸਵਾਦ ਦੀ ਸੋਝੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। Food Ideas to Cope with Taste and Smell Changes (ਫ਼ੂਡ ਆਈਡੀਆਜ਼ ਟੂ ਕੋਪ ਵਿੱਦ ਟੇਸਟ ਐਂਡ ਸਮੈੱਲ ਚੇਂਜਿਜ਼) ਦੇਖੋ। Tumours involving the 5th, 7th, 9th and 10th cranial nerves, radiation to the head and neck areas, and chemotherapy can all contribute to loss of taste sensation. Refer to Food Ideas to Cope with Taste and Smell Changes.
ਨਿਗਲਨ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ "ਸਕਾਰ ਟਿਸ਼ੂ" (ਟਿਸ਼ੂ ਦੀ ਗੰਢ) ਬਣ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਕਾਰਣ ਨਿਗਲਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। **Swallowing Problems** If you develop scar tissue in the throat, this may cause difficulty with swallowing.	• ਸਟ੍ਰੈਚਿੰਗ (ਖਿਚਾਅ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ) ਕਸਰਤਾਂ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। Stretching exercises may help with this problem. • ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲਈ ਸਪੀਚ ਪੈਥਾਲੋਜਿਸਟ (ਬੋਲਣ ਸੰਬੰਧੀ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਮਾਹਰ) ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ। Consult a speech pathologist for assessment and advice.

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ **RADIATION SIDE EFFECTS**	ਪ੍ਰਬੰਧਨ **MANAGEMENT**
ਥਕੇਵਾਂ ਇਹ ਅਨੇਕਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਆਮ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ। ਇਹ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਈ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤਕ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। **Fatigue** This is a common side effect for many people. This can begin within two weeks into treatment and last for several weeks afterwards.	• ਥਕੇਵੇਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੋਈ ਦਵਾਈ ਨਹੀਂ ਹੈ। There is no medication to treat the fatigue. • ਆਰਾਮ, ਚੰਗੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਅਤੇ ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਣ ਦਾ ਸੰਤੁਲਨ ਰੱਖਣਾ ਇਸ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਹਾਈ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। Balancing rest, good nutrition and fluid intake can help you manage this best.

ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ
THE FOLLOWING INFORMATION IS VERY IMPORTANT

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਹਨ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ ਜਾਂ ਐਮਰਜੰਸੀ ਮਦਦ ਲਓ:
SEE YOUR DOCTOR OR GET EMERGENCY HELP IMMEDIATELY IF YOU HAVE:

- **ਸਟ੍ਰੋਕ** ਦੇ ਸੰਕੇਤ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਚਾਨਕ ਹੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਿਰ ਦਰਦ ਹੋਣਾ, ਨਿਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹੋਣੀਆਂ, ਸਾਫ਼-ਸਾਫ਼ ਬੋਲ ਨਾ ਸਕਣਾ, ਤਾਲਮੇਲ ਦੀ ਘਾਟ, ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਲੱਤ ਕਮਜ਼ੋਰ ਜਾਂ ਸੁੰਨ੍ਹ ਹੋਣੀ।
  Signs of a **stroke** such as sudden onset of severe headache, eyesight changes, slurred speech, loss of coordination, weakness or numbness in arm or leg.
- **ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ** ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਖ਼ਾਰ (ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ 'ਤੇ 100°F ਜਾਂ 38°C), ਠੰਢ ਕਾਰਣ ਕਾਂਬਾ ਛਿੜਨਾ, ਗਲਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋਣਾ, ਖੰਘ ਨਾਲ ਬਲਗ਼ਮ ਆਉਣੀ (ਗਾੜ੍ਹੀ ਜਾਂ ਰਹੀ ਬਲਗ਼ਮ ਆਉਣੀ), ਗੰਧਲਾ ਕਾਂ ਬਦਬੂਦਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ, ਦਮੜੀ ਉੱਪਰ ਦਰਦਨਾਕ, ਰੱਥ ਲਗਾਉਣ 'ਤੇ ਬੇਅਰਾਮੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਸੁੱਜੇ ਹੋਏ ਜ਼ਖ਼ਮ ਜਾਂ ਛਾਲੇ।
  Signs of an **infection** such as fever (over 38°C or 100°F by oral thermometer), shaking chills, 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.
- **ਖ਼ੂਨ ਵਗਣ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਸੰਕੇਤ** ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਲੀ, ਗੂੜ੍ਹੇ ਰੰਗ ਦੀ ਟੱਟੀ; ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ, ਚਮੜੀ ਉੱਪਰ ਨਿੱਕੇ ਲਾਲ ਧੱਬੇ, ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰਗੜਾਂ ਲੱਗਣੀਆਂ।
  Signs of **bleeding problems** such as black, tarry stools, blood in urine, pinpoint red spots on skin, extensive bruising.
- **ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਗਤਲਾ** ਬਣਨ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਨਸ ਉੱਪਰ ਹੱਥ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਬੇਅਰਾਮੀ ਹੋਣੀ ਜਾਂ ਨਸ ਸਖ਼ਤ ਹੋਣੀ, ਪਿੰਨੀਆਂ ਉੱਪਰ ਸੋਜਸ਼ ਅਤੇ ਹੱਥ ਲਗਾਉਣ 'ਤੇ ਬੇਅਰਾਮੀ, ਅਚਾਨਕ ਖੰਘ ਆਉਣੀ, ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਪੀੜ ਹੋਣੀ ਜਾਂ ਸਾਹ ਉੱਖੜਨਾ।
  Signs of a **blood clot** such as tenderness or hardness over a vein, calf swelling and tenderness, sudden onset of cough, chest pain or shortness of breath.
- ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਹੀ **ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ** ਦੇ ਸੰਕੇਤ (ਅਜਿਹਾ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ) ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਰ ਚਕਰਾਉਣਾ, ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ, ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
  Signs of an **allergic reaction** (rare) soon after a treatment including dizziness, fast heartbeat, face swelling or breathing problems.
- **ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ** ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਜਾਂ ਬੇਨੇਮੀ।
  Signs of **heart problems** such as fast or uneven heartbeat.
- **ਮਿਰਗੀ ਦੇ ਦੌਰੇ ਪੈਣੇ** ਜਾਂ **ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋ ਜਾਣਾ।**
  Seizures or **loss of consciousness**

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ (ਦਫ਼ਤਰੀ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ) ਮਿਲੋ:
SEE YOUR DOCTOR AS SOON AS POSSIBLE (DURING OFFICE HOURS) IF YOU HAVE:

- ਬੇਕਾਬੂ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ, ਉਲਟੀਆਂ ਆਉਣੀਆਂ ਜਾਂ ਦਸਤ ਲੱਗਣੇ
  Uncontrolled nausea, vomiting or diarrhea
- **ਗੁਰਦਿਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ** ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਿੱਠ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਜਾਂ ਪਾਸਿਆਂ 'ਤੇ ਦਰਦ ਹੋਣਾ, ਪੈਰਾਂ ਜਾਂ ਲੱਤਾਂ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਉੱਪਰ ਸੋਜਸ਼, ਹੱਥ-ਪੈਰ ਸੁੰਨ੍ਹ ਹੋਣੇ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਝੁਣਝੁਣੀ ਹੋਣੀ।
  Signs of **kidney problems** such as lower back or side pain, swelling of feet or lower legs.
- ਪੈਰ ਜਾਂ ਹੱਥ **ਸੁੰਨ੍ਹ ਹੋਣੇ** ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ **ਝੁਣਝੁਣੀ ਹੋਣੀ**।
  Numbness or tingling in feet or hands.
- ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਘੰਟੀਆਂ ਵੱਜਣੀਆਂ ਜਾਂ **ਸੁਣਨ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ**।
  Ringing in your ears or **hearing problems.**
- **ਮਸਾਨੇ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਸੰਕੇਤ** ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਿਸ਼ਾਬ ਸੰਬੰਧੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਦਰਦਨਾਕ ਜਲਨ ਹੋਣੀ, ਖ਼ੂਨ ਆਉਣਾ ਜਾਂ ਢਿੱਡ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋਣਾ।
  Signs of **bladder problems** such as changes in urination, painful burning sensation, presence of blood or abdominal pain.
- **ਗਲ਼ਾ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੱਕ ਜਾਣਾ** ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਨਿਗਲਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਣੀ।
  Increased **sore throat or mouth** that makes it difficult to swallow comfortably.

ਜੇ ਹੇਠ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ 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:

- ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਰਗੜਾਂ ਲੱਗਣੀਆਂ ਜਾਂ ਖ਼ੂਨ ਨਿਕਲਣਾ
  Easy bruising or bleeding
- ਦਵਾਈ ਦੇਣ ਲਈ ਜਿੱਥੇ ਸੂਈ ਲਗਾਈ ਗਈ ਸੀ ਉਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਲਾਲੀ, ਸੋਜਸ਼, ਦਰਦ ਜਾਂ ਛਾਲੇ
  Redness, swelling, pain or sores where the needle was placed
- ਬੁਲ੍ਹਾਂ, ਜੀਭ, ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਲਾਲੀ, ਸੋਜਸ਼, ਦਰਦ ਜਾਂ ਛਾਲੇ
  Redness, swelling, pain or sores on your lips, tongue, mouth or throat
- ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਘੰਟੀਆਂ ਵੱਜਣੀਆਂ ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ
  Ringing in your ears or hearing problems
- ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਕਮੀ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਸਾਧਾਰਣ ਥਕਾਵਟ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ
  Signs of anemia such as unusual tiredness or weakness
- ਚਮੜੀ ਉੱਪਰ ਧੱਫੜ ਜਾਂ ਖਾਜ
  Skin rash or itching
- ਪੈਰਾਂ ਜਾਂ ਹੱਥਾਂ ਦਾ ਸੁੰਨ੍ਹ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਝੁਣਝੁਣੀ ਹੋਣੀ ਜਾਂ ਲੱਤਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦਨਾਕ ਕੜਵੱਲ ਪੈਣੇ
  Numbness or tingling in feet or hands or painful leg cramps

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਲੱਛਣ ਜਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੇਖੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਉੱਪਰ ਵਰਣਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਣ ਚਿੰਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇ ਉਹ ਲੱਛਣ ਗੰਭੀਰ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
________________________________ਨੂੰ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਹੈ___________________________।
If you experience symptoms or changes in your body that have not been described above but worry you, or if any symptoms are severe, contact:
________________________________at telephone number:________________________________.