



Provincial Health Services Authority

ਮਰੀਜ਼ ਲਈ:

ਹੋਰ ਨਾਂ:

For the Patient:

Other names:

ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ

ਨੋਲਵਾਡੇਕਸ-ਡੀ, ਟੈਮੋਫੇਨ

Tamoxifen

NOLVADEX-D®, TAMOFEN®

- **Tamoxifen** (ਟਾਮੋਕਸ-ਆਈ-ਫੇਨ) ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਅਨੇਕਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਕੈਂਸਰ ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੋਰੋਨ ਮਿਲਣ 'ਤੇ ਕੈਂਸਰ ਵਧਦਾ ਹੈ) ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਹਾਰਮੋਨ ਦਾ ਪੱਧਰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦੇ ਵਿਸਥਾਰ ਉੱਪਰ ਅਸਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਦੀ ਮਿਕਦਾਰ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਟਿਊਮਰਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦਾ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਹਾਰਮੋਨ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸੰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੈਂਸਰਾਂ ਵਿਰੋਧੀ ਹੋਰ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਇੱਕ ਗੋਲੀ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਤੋਂ ਅਸਾਧਾਰਣ ਜਾਂ **ਐਲਰਜੀ ਵਾਲਾ ਰੀਐਕਸ਼ਨ** ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।
- ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦੱਸੇ ਮੁਤਾਬਕ **ਲੈਣਾ** ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਜਾਂ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਜੂਸ ਦੇ ਇੱਕ ਗਿਲਾਸ ਨਾਲ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
 - ਜੇ ਤੁਸੀਂ **ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰੀ** ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਲੈਂਦੇ ਹੋ: ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈ ਦੀ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ **ਕਿਸੇ ਵੀ** ਸਮੇਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਪਰ ਦਵਾਈ ਹੋਰ ਰੋਜ਼ ਲਗਭਗ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਲਈ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
 - ਜੇ ਤੁਸੀਂ **ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰੀ** ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਲੈਂਦੇ ਹੋ: ਦਵਾਈ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਬਰਾਬਰ ਦੀ ਵਿੱਥ 'ਤੇ ਲਓ (ਲਗਭਗ 12 ਘੰਟੇ ਦੀ ਵਿੱਥ 'ਤੇ)।
 - ਜੇ ਤੁਸੀਂ **ਇੱਕ ਦਿਨ ਛੱਡ ਕੇ** ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਲੈਂਦੇ ਹੋ: ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਦਿਨ ਦੇ **ਕਿਸੇ ਵੀ** ਸਮੇਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਪਰ ਫੀਟਮੈਟ ਵਾਲੇ ਹਰ ਦਿਨ 'ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਲਗਭਗ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਦੀ **ਕੋਈ ਖੁਰਾਕ ਖੁੰਝਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋ**:
 - ਜੇ ਤੁਸੀਂ **ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰੀ** ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਲੈਂਦੇ ਹੋ: ਜੇ ਖੁਰਾਕ ਖੁੰਝੀ ਨੂੰ 12 ਘੰਟੇ ਨਹੀਂ ਹੋਏ ਹਨ ਤਾਂ ਖੁੰਝੀ ਹੋਈ ਖੁਰਾਕ ਤੁਰੰਤ ਲੈ ਲਓ। ਜੇ ਖੁੰਝੀ ਹੋਈ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ 12 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਰਹਿਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਮੁੜ ਆਪਣੇ ਬਾਕਾਇਦਾ ਸਮੇਂ ਮੁਤਾਬਕ ਦਵਾਈ ਦੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੈਣੀਆਂ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ।
 - ਜੇ ਤੁਸੀਂ **ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰੀ** ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਲੈਂਦੇ ਹੋ: ਜਿੰਨੀ ਛੋਟੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਲਓ। ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਖੁਰਾਕ ਆਪਣੇ ਆਮ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਲਓ। ਖੁੰਝੀ ਹੋਈ ਖੁਰਾਕ ਬਾਰੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਾਦ ਹੀ ਅਗਲੀ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਆਵੇ ਤਾਂ ਦੋਵੇਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਲੈ ਲਓ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਦੀਆਂ ਅਗਲੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਮੁੜ ਆਪਣੇ ਬਾਕਾਇਦਾ ਸਮੇਂ ਮੁਤਾਬਕ ਲੈਣੀਆਂ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ।
 - ਜੇ ਤੁਸੀਂ **ਇੱਕ ਦਿਨ ਛੱਡ ਕੇ** ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਲੈਂਦੇ ਹੋ: ਜੇ ਖੁਰਾਕ ਖੁੰਝਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 24 ਘੰਟੇ ਨਹੀਂ ਬੀਤੇ ਹਨ ਤਾਂ ਖੁੰਝੀ ਹੋਈ ਖੁਰਾਕ ਤੁਰੰਤ ਲੈ ਲਓ। ਜੇ ਖੁੰਝੀ ਹੋਈ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ 24 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਰਹਿਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਮੁੜ ਆਪਣੇ ਬਾਕਾਇਦਾ ਸਮੇਂ ਮੁਤਾਬਕ ਦਵਾਈ ਦੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੈਣੀਆਂ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ।
- ਦੂਜੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ warfarin (COUMADIN®) (ਵਾਰਫਰਿਨ - ਕੂਮਾਡਿਨ®) ਅਤੇ rifampin (RIFADIN®, ROFACT®) (ਰਾਇਫੈਮਪਿਨ - ਰਿਫਾਡਿਨ®, ਰੇਫੈਕਟ®), ਅਤੇ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ

ਕਿ paroxetine (PAXIL®) (ਪੈਰੋਕਸੀਟਾਈਨ - ਪੈਕਸਿਲ®) ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਧੂ ਬਲੱਡ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਨਵੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

- ਕਿਉਂਕਿ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਦੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਰੋਕ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਵਾਲੀ ਥੈਰੇਪੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਂਜੁਗੇਟਿਡ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ (PREMARIN® - ਪ੍ਰੀਮਾਰਿਨ, C.E.S.® - ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ., ESTRACE® - ਐਸਟਰੇਸ, ESTRACOMB® - ਐਸਟ੍ਰਾਕੰਬ, ESTRADERM® - ਐਸਟ੍ਰਾਡਰਮ ਜਾਂ, ESTRING® - ਐਸਟਰਿੰਗ) ਜਾਂ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਗੋਲੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਪਰ, ਯੋਨੀ ਦੀ ਖੁਸ਼ਕੀ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਹਿਦਾਇਤ ਅਨੁਸਾਰ ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ESTRING® (ਐਸਟਰਿੰਗ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- **ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਦਾ** (ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿੱਚ) ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਉਯੋਗਤਾ ਉੱਪਰ ਕੋਈ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪ੍ਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
- ਗਰਭਕਾਲ ਦੌਰਾਨ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਾਰਣ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਦੀਆਂ ਉੱਚ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਤਾਂ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਰਾਹੀਂ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਨ ਦਾ ਕੋਈ ਤਰੀਕਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਗੋਲੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਨਾ ਚੁੰਘਾਓ।
- ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਆਉਣੀ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬੰਦ ਹੋਣ (ਮੈਨੋਪੌਜ਼) ਵਾਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਨੇੜੇ-ਤੇੜੇ ਹੋ ਫਿਰ ਅਜਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਵਾਈ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਵਿੱਚ ਬੇਨੇਮੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਡੈਨਟਿਸਟ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਚਲ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਵੱਡੀ ਸਰਜਰੀ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੇੜਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਸਰਜਰੀ) ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ 2-3 ਹਫ਼ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਨੂੰ ਮੁੜ ਉਦੋਂ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਆਮ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੁਬਾਰਾ ਕਰਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਿ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 3 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖੂਨ ਦਾ ਗਤਲਾ ਬਣਨ ਦਾ ਖਤਰਾ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ, ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ, ਗਰਮੀ, ਰੋਸ਼ਨੀ ਅਤੇ ਨਮੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
- ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਟਾਵੇਂ-ਟਾਵੇਂ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਾਪਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦੇ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਲਈ ਸਲਾਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ SIDE EFFECTS	ਪ੍ਰਬੰਧਨ MANAGEMENT
ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ-ਪਹਿਲਾਂ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਲੈਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਅ ਕੱਚਾ (ਪੇਟ ਖਰਾਬ) ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਮੁਤਾਬਕ ਢਾਲਦਾ ਹੈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਿਉਂ-ਤਿਉਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਜੀਅ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਕੱਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।	ਜੇ ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਵੇ: - ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲਓ। - ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਵਿਹਾਰਕ ਨੁਕਤੇ* ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਸੁਝਾਅ ਅਜਮਾਓ। ਜੇ ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।
ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ-ਪਹਿਲਾਂ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਲੈਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਉਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੱਟ ਫਲੈਸ਼ਾਂ ਆਉਣੀਆਂ (ਅਚਾਨਕ ਪਸੀਨਾ ਆਉਣਾ ਅਤੇ ਗਰਮੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣੀ) ਆਮ ਹਨ। ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਲੈਟ੍ਰੋਜੋਲ ਮੁਤਾਬਕ ਢਾਲਦਾ ਹੈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਿਉਂ-ਤਿਉਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।	ਜੇ ਹੱਟ ਫਲੈਸ਼ਾਂ ਕਾਰਣ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੋਵੇ: - ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਨੂੰ ਸੌਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲਓ। - ਜੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਤਰੇਲੀਆਂ ਆਉਣ ਕਾਰਣ ਨੀਂਦ ਟੁੱਟਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਨੂੰ ਸਵੇਰੇ ਲੈ ਕੇ ਦੇਖੋ। - ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ, ਮਸਾਲੇਦਾਰ ਭੋਜਨ, ਕੈਫੀਨ ਦੀ ਖਪਤ (ਕੋਫੀ, ਚਾਹ, ਕੋਲਾ, ਚਾਕਲੇਟ) ਘਟਾਉਣੀ ਸਹਾਇਕ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ। - ਬਾਕਾਇਦਾ ਕਸਰਤ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। - ਠੰਡੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। - ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੀ ਪਰਤਾਂ ਪਹਿਨੇ ਤਾਂ ਕਿ ਤਰੇਲੀਆਂ ਆਉਣ 'ਤੇ ਉੱਪਰਲੀਆਂ ਪਰਤਾਂ ਉਤਾਰੀਆਂ ਜਾ ਸਕਣ। ਜੇ ਤਰੇਲੀਆਂ ਆਉਣ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਡੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹੋਰ ਸਲਾਹ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤਰੇਲੀਆਂ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ।
ਬਹੁਤ ਥੋੜ੍ਹੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਰਿਸਾਵ ਜਾਂ ਖੁਸ਼ਕੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।	ਜੇ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਰਿਸਾਵ ਕਾਰਣ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੋਵੇ: - ਪਾਣੀ ਦੇ ਆਧਾਰ ਵਾਲਾ ਲੂਬਰੀਕੈਂਟ (ਚਿਕਨਾਈ ਵਾਲਾ ਪਦਾਰਥ) ਅਜਮਾਓ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ REPLENS® (ਰੈਪਲੈਂਸ)। - ਯੋਨੀ ਦੀ ਖੁਸ਼ਕੀ ਕਾਰਣ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੋਣੀ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੋਂ ਹੋਰ ਸਲਾਹ ਲਓ। ਜੇ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਰਿਸਾਵ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਫੇਰੀ ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ।
ਕਦੇ-ਕਦੇ ਸਿਰਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।	ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ 4-6 ਘੰਟੇ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ 4 ਗ੍ਰਾਮ (4000 ਐੱਮ.ਜੀ.) ਅਸੀਟਾਮਿਨੋਫੇਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ TYLENOL® - ਟਾਇਲੋਨੋਲ) ਲਓ।
ਕਦੇ-ਕਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪੱਠਿਆਂ ਜਾਂ ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।	ਦਰਮਿਆਨੇ ਤੋਂ ਮਾਮੂਲੀ ਦਰਦ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਅਸੀਟਾਮਿਨੋਫੇਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ TYLENOL® - ਟਾਇਲੋਨੋਲ) ਜਾਂ ਆਈਬੂਪ੍ਰੋਫੇਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ADVIL® - ਐਡਵਿਲ) ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਦਰਦ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਅੜਿੱਕਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ SIDE EFFECTS	ਪ੍ਰਬੰਧਨ MANAGEMENT
ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਚਮੜੀ ਉੱਪਰ ਧੱਫੜ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।	ਜੇ ਧੱਫੜ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਕੰਮ-ਕਾਜ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਫੇਰੀ ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜ਼ਰੂਰ ਗੱਲ ਕਰੋ।
ਕਦੇ-ਕਦੇ ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਊਰਜਾ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।	ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਮਾਮੂਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਜਾਰੀ ਰਹੇ ਤਾਂ ਥਕਾਵਟ/ਥਕੇਵਾਂ – ਮਰੀਜ਼ ਲਈ ਵਰਕੋ' ਤੇ ਦੱਸੇ ਸੁਝਾਅ ਅਜ਼ਮਾਓ।*
ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਤਰਲ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਹੱਥਾਂ, ਪੈਰਾਂ ਜਾਂ ਲੱਤਾਂ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸਿਆਂ 'ਤੇ ਸੋਜਿਸ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।	ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਮਾਮੂਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਸੋਜਿਸ਼ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ: • ਬੈਠਣ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਕਰਕੇ ਰੱਖੋ। • ਤੰਗ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰੋ।
ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਖੂਨ ਦੇ ਗਤਲੇ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੱਤਾਂ ਵਿੱਚ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਕਦੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਦੇ ਗਤਲੇ ਬਣੇ ਸਨ ਤਾਂ ਅਜਿਹਾ ਹੋਣ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਆਸਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਯੋਗ ਸੰਕੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨਸ ਉੱਪਰ ਹੱਥ ਲਗਾਉਣ 'ਤੇ ਬੇਅਰਾਮੀ, ਅਚਾਨਕ ਖੰਘ ਆਉਣੀ, ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।	ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਵੀ ਖੂਨ ਦੇ ਗਤਲੇ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਖੂਨ ਦੇ ਗਤਲਿਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ: • ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਰਹੋ। • ਚੋਖੀ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਓ। • ਤੰਗ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰੋ। • ਬਹੁਤੀ ਦੇਰ ਤਕ ਆਪਣੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਨੂੰ ਗੋਡਿਆਂ ਤੋਂ ਮੋੜ ਕੇ ਨਾ ਬੈਠੋ।
ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤਕ ਕੀਤੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਾਰਣ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਅਜਿਹਾ ਟਾਵਾਂ-ਟਾਵਾਂ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।	ਆਪਣੇ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੀ ਬਾਕਾਇਦਾ ਜਾਂਚ ਕਰੋ।
ਕਦੇ-ਕਦੇ ਭਾਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਭਾਰ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਵਾਧਾ ਜਾਂ ਕਮੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।	ਆਪਣਾ ਭਾਰ ਕਾਬੂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ: • ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਰਹੋ। • ਆਪਣੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਿੱਚ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰੋ।
ਵਾਲ਼ ਵਿਰਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਅਜਿਹਾ ਟਾਵਾਂ-ਟਾਵਾਂ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਦਾ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਉਗੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਲ਼ ਮੁੜ ਉੱਗ ਜਾਣਗੇ। ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੇ ਰੰਗ ਅਤੇ ਬਣਤਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ।	ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੇ ਵਿਰਲੇ ਹੋਣ ਨੂੰ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਰੱਖਣ ਲਈ: • ਹਲਕਾ ਸ਼ੈਂਪੂ ਅਤੇ ਨਰਮ ਬੁਰਸ਼ ਵਰਤੋ। • ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੇ ਸਪ੍ਰੇਅ, ਬਲੀਚ, ਵਾਲ਼ ਰੰਗਣ ਅਤੇ ਕੁੰਡਲਾਂ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਮੇਂ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਦਾ ਝੜਨਾ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੇ ਝੜਨ ਅਤੇ ਦਿੱਖ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਵਸੀਲੇ – ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਵਰਕਾ ਦੇਖੋ।
ਕਲੈਸਟ੍ਰੋਲ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਈਗਲਿਸਰਾਈਡਜ਼ (ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਫੈਟ ਦੀ ਇੱਕ ਕਿਸਮ) ਵਿੱਚ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਤਬਦੀਲੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ।	ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ: • ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਹੈ। • ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵਧਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। • ਕਲੈਸਟ੍ਰੋਲ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਈਗਲਿਸਰਾਈਡ ਦਾ ਉਚੇਰਾ ਪੱਧਰ ਹੈ। • ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਲੈਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਕੁਝ ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਲੈਸਟ੍ਰੋਲ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ SIDE EFFECTS	ਪ੍ਰਬੰਧਨ MANAGEMENT
ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਅਲ ਕੈਂਸਰ: ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤਕ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਾਰਣ ਬੱਚੇਦਾਨੀ (ਗਰਭ) ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।	ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੇ: • ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਅਚਾਨਕ ਖੂਨ ਵਗਦਾ ਹੈ। • ਤੁਹਾਡੇ ਢਿੱਡ ਵਿੱਚ ਨਿਰੰਤਰ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। • ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਡੂ ਵਿੱਚ ਦਬਾਅ ਜਾਂ ਬੇਅਰਾਮੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਹਿਸਟੈਕਟੋਮੀ (ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣਾ) ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਕੋਈ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
ਮੋਤੀਆਬੰਦ ਹੋਣ ਦੇ ਆਸਾਰ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।	ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿਗ੍ਹਾ ਧੁੰਦਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ।
ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਹੋਣ ਦੇ ਟਾਵੇਂ-ਟਾਵੇਂ ਆਸਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।	ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਸਾਧਾਰਣ ਢੰਗ ਨਾਲ ਉਦਾਸ, ਜਾਂ ਰੋਣਹਾਕੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਜ਼ਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

*ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੋਂ ਕਾਪੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ।

ਜੇ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਵੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਟਾਮੋਕਸਾਈਫੇਨ ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ ਤੁਰੰਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮਦਦ ਹਾਸਲ ਕਰੋ:

STOP TAKING TAMOXIFEN AND CHECK WITH YOUR HEALTHCARE TEAM OR GET EMERGENCY HELP IMMEDIATELY IF YOU HAVE:

- ਸਟ੍ਰੋਕ ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਚਾਨਕ ਤੀਬਰ ਸਿਰਦਰਦ ਹੋਣਾ, ਨਿਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ, ਜ਼ੁਬਾਨ ਅਸਪਸ਼ਟ ਹੋਣੀ, ਤਾਲਮੇਲ ਨਾ ਰਹਿਣਾ, ਬਾਹਾਂ ਜਾਂ ਲੱਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਜਾਂ ਸੁੰਨਤਾ।
- ਖੂਨ ਦੇ ਗਤਲੇ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਨਸ ਉੱਪਰ ਹੱਥ ਲਗਾਉਣ 'ਤੇ ਬੇਅਰਾਮੀ ਜਾਂ ਨਸ ਸਖ਼ਤ ਹੋਣੀ, ਅਚਾਨਕ ਖੰਘ ਆਉਣੀ, ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਜਾਂ ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ।
- ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ, ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਤੇਜ਼ ਹੋਣੀ, ਚਿਹਰਾ ਅਤੇ ਜੀਭ ਸੁੱਜਣੀ ਅਤੇ ਧੱਫੜ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਧੱਫੜ ਹੋਏ ਬਿਨਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਜੇ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਵੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ (ਦਫਤਰੀ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ) ਗੱਲ ਕਰੋ:

CHECK WITH YOUR HEALTHCARE TEAM AS SOON AS POSSIBLE (DURING OFFICE HOURS) IF YOU HAVE:

- ਖੂਨ ਦੀ ਕਮੀ (ਅਨੀਮੀਆ) ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਸਾਧਾਰਣ ਥਕਾਵਟ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ।
- ਜੇ ਕੈਂਸਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਤਕ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ (ਬੋਨ ਮੈਟਾਸਟੈਸਿਸ) ਤਾਂ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਦੇ ਪਹਿਲੇ 4 ਹਫ਼ਤੇ ਦੌਰਾਨ ਅਸਾਧਾਰਣ ਪਿਆਸ ਲੱਗਣ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ।
- ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਅਚਾਨਕ ਖੂਨ ਵਗਣਾ, ਨਿਰੰਤਰ ਢਿੱਡ ਪੀੜ ਹੋਣੀ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪੇਡੂ ਵਿੱਚ ਦਬਾਅ ਜਾਂ ਬੇਅਰਾਮੀ।
- ਜਿਗਰ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅੱਖਾਂ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਦਾ ਰੰਗ ਪੀਲਾ ਹੋਣਾ, ਸਫੈਦ ਜਾਂ ਮਿੱਟੀ-ਰੰਗੀ ਟੱਟੀ।
- ਨਿਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ।

