

કેન્સર વિભાગ

રેડિયોથેરાપી – માથાં અને ગળાની કેન્સર ટીમ

માથાં અને ગળાનાં કેન્સર માટે રેડિયોથેરાપી (Radiotherapy for Head and Neck Cancers)

પ્રસ્તાવના

તમારી સારવારનાં આયોજનનાં ભાગરૂપે રેડિયોથેરાપીની ભલામણ કરવામાં આવી હોવાથી તમને આ જાણકારી પત્ર આપવામાં આવે છે.

અમે જાણીએ છીએ કે, તમને આ સમયે પ્રશ્નો હોઈ શકે છે. આ જાણકારી પત્ર, આ સારવાર વિશે અમારા દર્દીઓ દ્વારા પૂછવામાં આવતાં કેટલાંક વધુ સામાન્ય પ્રશ્નોનાં જવાબ પૂરા પાડશે.

આ જાણકારી પત્ર તમારી વ્યક્તિગત સંભાળને લાગુ પડતી કેટલીક જાણકારી પૂરી પાડે છે, તેમ છતાં તે જાણવું જરૂરી છે કે પ્રત્યેક કિસ્સો અલગ છે. આથી આ જાણકારી તમારા તમામ પ્રશ્નોનાં જવાબ સમાવતી નથી અને તબીબી સલાહનો હિસ્સો નથી.

તમને જરૂરી હોય તેવી કોઈપણ સારવાર વિશે માથાં અને ગળાની ઓન્કોલોજી (Head and Neck Oncology) ટીમ તમારી સાથે ચર્ચા કરશે. જો તમને તમારી સારવાર વિશે કોઈ વધુ પ્રશ્નો હોય તો, 'માથાં અને ગળાને આધાર આપતી ટુકડી' ('Head and Neck Support Team') લીફ્લેટમાં આપેલ સંપર્ક નંબરો દ્વારા તમે ટીમનાં સભ્યનો સંપર્ક કરી શકો છો.

રેડિયોથેરાપી એડનબ્રુક્સ હોસ્પિટલ ખાતે ઓન્કોલોજી વિભાગમાં આપવામાં આવે છે. સારવાર સામાન્ય રીતે, સોમવારથી શુક્રવાર 4 થી 7 અઠવાડિયા વચ્ચે દૈનિક આઉટપેશન્ટ એપોઈન્ટમેન્ટ તરીકે આપવામાં આવે છે. તમારા માટે કેટલી સારવાર સૌથી યોગ્ય છે તે તમારી ઓન્કોલોજી ટીમ નક્કી કરશે. વ્યક્તિગત જરૂરિયાત અનુસાર સારવાર પદ્ધતિ બદલાય છે.

રેડિયોથેરાપી શું છે?

રેડિયોથેરાપી કેન્સર (મેલિગ્નન્ટ) અને કેટલીક બેનાઈન (કેન્સરજન્ય ન હોય તેવા) ગાંઠની સારવાર માટે ઉચ્ચ ઉર્જાયુક્ત એક્સ-રેનો ઉપયોગ છે. તે સારવારનાં વિસ્તારમાં કેન્સરના કોષોનો નાશ કરીને કામ કરે છે. રેડિયોથેરાપીથી સારવારનાં વિસ્તારને બને તેટલો ઓછો રાખવામાં આવે છે તેમજ ત્યાં કેટલાંક સામાન્ય કોષો સારવાર વિસ્તારમાં રહે છે અને રેડિયોથેરાપીની અસર પામે છે. આથી જ રેડિયોથેરાપીથી દર્દીઓને આડઅસર અનુભવાય છે.

મને શા માટે રેડિયોથેરાપી આપવામાં આવી રહી છે?

રેડિયોથેરાપી બે કારણોસર આપવામાં આવે છે. તેને કેન્સરનાં કોષો, નાબૂદ કરવા માટે (રેડિકલ રેડિયોથેરાપી સારવાર) અથવા લક્ષણોનાં પ્રબંધન દા.ત. દર્દ નિયંત્રણમાં મદદ કરવા માટેનાં ધ્યેય સાથે આપવામાં આવે છે. (પેલિયેટીવ સારવાર). તમે તમારી સારવાર શરૂ કરો તે પહેલાં તમારી હેડ અને નેક ઓક્રોલોજી ટીમ તમને રેડિયોથેરાપી આપવાનાં કારણો સમજાવશે. સહાય માટે તમને એક ચાવીરૂપ કાર્યકર ફાળવવામાં આવશે અને સમગ્ર રેડિયોથેરાપી સારવાર દરમ્યાન તમારો સંપર્ક કરશે. તમારો ચાવીરૂપ કાર્યકર કોણ છે તે વિશે તમને ખાતરી ન હોય તો, કૃપા કરીને સ્ટાફના સભ્યને પૂછો.

રેડિયોથેરાપી સારવાર કેવીરીતે આપવામાં આવે છે?

રેડિયોથેરાપી રૂમમાં સારવારનાં પલંગ પર તમને ચત્તાપાટ સૂવડાવી રેડિયોથેરાપી આપવામાં આવે છે. સારવારનું મશીન, જે **લીનીયર એક્સીલરેટર** (Linac) અથવા ટોમોથેરાપી યુનિટ તરીકે ઓળખાય છે તે સારવારનાં સંભાળપૂર્વક આયોજિત વિસ્તાર પર ઉચ્ચ ઉર્જા ધરાવતા રેડિયોથેરાપી કિરણો ફેંકે છે. સારવાર મશીન ઘોંઘાટીયું હોઈ શકે છે, તેમ છતાં, રેડિયોથેરાપી કિરણો અદ્રશ્ય હોય છે અને પ્રક્રિયા દર્દરહિત હોય છે.

રેડિયોથેરાપી આયોજન

રેડિયોથેરાપી પૂર્વ-સારવાર કાર્યવાહી પૂરી કરવા માટે તમારે ત્રણ મુલાકાતોમાં ભાગ લેવો પડશે. રેડિયોથેરાપી સારવાર માટે તમારે અમુક ચોક્કસ રીતે રેડિયોથેરાપી બીમમાં ગોઠવાવું પડશે. સારવાર દરમ્યાન તમારે એકદમ સ્થિર રહેવું જરૂરી છે. જ્યારે માથાં અને ગળાની સારવાર થઈ રહી હોય ત્યારે આ ક્ષેત્રમાં રહેલી તમામ મહત્વની રચનાની સ્થિતિને કારણે આ ખાસ મહત્વનું છે. રેડિયોથેરાપી માટે ચોક્કસ ક્ષેત્રની ક સારવાર થઈ રહી છે તે નિશ્ચિત કરવા દર વખતે તમારે એક જ સ્થિતિમાં રહેવું જરૂરી છે. માથું, ગળું અને ખભાને રેડિયોથેરાપી સારવાર માટે સ્થિર રાખવાં અત્યંત મુશ્કેલ છે. તમને શક્ય એટલાં સ્થિર રાખવા ઈમમોબલાઈઝેશન શેલ તરીકે ઓળખાતું સાધન તમારા માટે બનાવવામાં આવ્યું છે. તમારાં શેલ તમારી સારવારની જરૂરિયાત અનુસાર વિશિષ્ટ હશે અને તમારી સારવારનાં આયોજન પહેલાં તે બનાવવામાં આવશે.

શેલ શું છે?

શેલ પારદર્શક પ્લાસ્ટિકમાંથી બનાવાય છે અને તે સારવાર દરમ્યાન તમારા માથાં, ચહેરા અને ખભાને ઢાંકશે. શેલમાં તમારી આંખો, નાક અને મોં માટે છિદ્ર બનાવાય છે અને તમે સારવાર દરમ્યાન સામાન્યપણે જ જોઈ અને શ્વાસ લઈ શકશો. સારવાર મર્યાદા દરમ્યાન વધારાનાં છિદ્ર વારંવાર બનાવાય છે અને તે સામાન્ય છે. શેલથી ત્રણ હેતુ સિધ્ધ થાય છે:

1. તે સુનિશ્ચિત કરે છે કે દરેક વખતે સારવાર દરમ્યાન તમે સમાન સ્થિતિમાં રહો.
2. રેડિયોથેરાપી અપાઈ રહી હોય ત્યારે એ તમને સ્થિર રહેવામાં મદદ કરે છે.
3. સારવાર માટેની સ્થિતિ નક્કી કરવા કોઈ પણ નિશાની બનાવવી જરૂરી હોય તે શેલ ઉપર દોરાય છે અને તમારી ત્વચા પર નહીં.

તે કેવી રીતે બને છે?

શેલને "મોલ્ડ રૂમ"માં બનાવાય છે. મોલ્ડ રૂમ ઓક્રોલોજી વિભાગમાં લેવલ 2 પર છે.

શેલ બનાવવા માટે તમારે ચત્તાં સૂવું પડશે અને મહત્વનું છે કે તમે ખુલ્લા મનથી આરામદાયક રહો. ટેકનીશીયન્સ તમારે માટે આરામદાયક સ્થિતિ તૈયાર કરવા શક્ય તમામ પ્રયાસ કરશે. જો તમે ચત્તાં સૂવા અક્ષમ હોવ તો કૃપા કરીને મોલ્ડ રૂમનો સંપર્ક કરો (ટેલિ. 01223 216394, સોમવાર થી શુક્રવાર- 0900-1700)

પ્રથમ મુલાકાત

આ મુલાકાત દરમ્યાન તમારા માથાં, ગળા અને ખભાની છાપ લેવાશે. તમને તમારા માથાં, ગરદન અને શરીરને શક્ય એટલાં સીધાં રાખી ચત્તાં સૂવા જણાવશે. તમારે તમારાં ખભાને પણ આરામદાયક સ્થિતિમાં ઢળતાં રાખવા જરૂરી છે બનશે, તમે જ્યારે ગભરાયેલાં હોવ ત્યારે આ મુશ્કેલ બની શકે છે પરંતુ ટેકનીશીયન્સ તમને હિંમત અને સલાહ આપશે. અમે છાપ લેવા પ્લાસ્ટર ઓફ પેરિસનાં પટ્ટાનો ઉપયોગ કરીએ છીએ. અમે તમારા નાક અને મોંને ખુલ્લાં રાખીશું અને તમે સામાન્યપણે જ શ્વાસ લઈ શકશો.

છાપ માટેનાં પડ જેમ બંધાતા જશે તેમ પ્લાસ્ટર ઓફ પેરિસનું વજન લાગી શકે છે. પ્લાસ્ટર સૂકાશે તેમ ગરમ થશે, પણ આ સામાન્ય છે અને બહુ અસુવિધા નહીં જણાય. જેવું પ્લાસ્ટર સૂકાશે કે છાપ ઉઠાવી લેવાશે, આ થોડુંક ઘોંઘાટીયું લાગશે પણ નુકસાન નહીં કરે.

છાપ લેવા માટે આશરે 30 મિનિટ લાગશે પરંતુ, તમારી પ્રથમ મુલાકાત માટે તમારે 40-50 મિનિટ ફાળવવી જરૂરી છે. છાપ લેવાનું થોડુંક અવ્યવસ્થિત બની શકે છે અને તમને સૂચન કરીએ છીએ કે સરળતાથી કાઢી શકાય તેવાં વસ્ત્રો તમે પહેરો.

જો તમે મોંની સારવાર લઈ રહ્યાં હોવ, તો એ જરૂરી બની શકે છે કે તમે માઉથ બાઈટ પણ બનાવડાવો. આનાથી એ સુનિશ્ચિત રહેશે કે તમારી જીભ અને નીચલું જડબું દરેક સારવાર વખતે સમાન સ્થિતિમાં જ રહે. માઉથ બાઈટ ડેન્ટલ પુટ્ટીમાંથી બનાવાય છે અને તમારા દાંતની આસપાસ રચાય છે. તમે સામાન્યપણે જ શ્વાસ લઈ શકશો અને તે વાગશે નહીં.

એ મહત્વનું છે કે શેલ તમને બરાબર ફીટ થાય કે જેથી રેડિયોથેરાપી ચોક્કસ રહે. જો તમે દાઢી કે મૂછ રાખતાં હોવ તો મોલ્ડ રૂમની પ્રથમ મુલાકાત અગાઉ તે કઢાવી નાખવાની અમારી સલાહ છે, તે છાપ શક્ય એટલી ચોક્કસ રહે તે સુનિશ્ચિત કરે છે અને જો રેડિયોથેરાપીનાં પરિણામરૂપે તમારી દાઢી ખરી જશે તો પણ શેલ ઢીલો નહીં પડે.

એક વખત છાપ લેવાઈ જાય એટલે તમે ઘરે જઈ શકો છો. તમે જવ તે અગાઉ અમે તમને બાકીનાં આયોજન માટેની તમારી મુલાકાતની યાદી આપીશું.

દ્વિતીય મુલાકાત

આ મુલાકાતમાં અમે તમારે માટે પ્લાસ્ટિક સેલ તૈયાર રાખીશું. મુલાકાત દરમ્યાન મોલ્ડ રૂમ ટેકનીશીયન્સ શેલ ફીટ કરશે, તે આરામદાયક રહે છે, તે ચકાસી જોશે અને તમને શક્ય એટલાં સ્થિર રાખશે. જો શેલ તમને વાગતો હોય, તો ટેકનીશીયન્સને જણાવો અને તેઓ શેલમાં ફેરફાર કરી શકશે.

શેલ ફીટ થઈ જાય પછી, રેડિયોથેરાપી વિભાગમાં એક સીટી સ્કેન કરાશે. આ રેડિયોથેરાપીનાં આયોજન માટે છે અને તબીબોને રેડિયોથેરાપી ક્યાં આપવાની છે અને રેડિયોથેરાપી દરમ્યાન ક્યાં મહત્વનાં અંગો ટાળવાનાં છે તેની રૂપરેખા તૈયાર કરવામાં સહાય કરે છે.

ત્રીજી મુલાકાત

આ મુલાકાત તમારી સારવારના આરંભના એક સપ્તાહ અગાઉ રહેશે. આ મુલાકાતમાં તમારે અનેક પ્રેક્ટીશનર્સને મળવું પડશે માટે કૃપા કરીને આ મુલાકાત માટે ઘણો બધો સમય ફાળવશો. તેને નિમ્નલિખિતમાંથી ક્યા ક્રમને અનુસરશો તે મહત્વનું નથી; સ્ટાફ તમને માર્ગદર્શન આપશે.

- ચકાસણી: તમારી સારવારના આરંભ અગાઉ સારવાર યોગ્ય સ્થિતિમાં છે તે 'વેરીફાય' (ચકાસવા) કરવા લેવાનારા સીટી સ્કેનમાં સારવાર સ્થિતિમાં સૂવાનો આમાં સમાવેશ થાય છે. જો તમારી સારવાર ટોમોથેરાપી યુનિટ પર હોય તો આ ઘટકની જરૂરિયાત નથી; જો તમે અચોક્કસ હોવ તો કૃપા કરી પૂછી લો.
- વિશેષજ્ઞ રેડિયોગ્રાફર અને/અથવા તબીબમાંથી કોઈપણ દ્વારા સમીક્ષા. આ તક છે પ્રશ્નો પૂછવાની અને તમને કોઈ પણ સમસ્યા હોય તો તેમાંથી બહાર નીકળવાની. રેડિયોથેરાપી આપવાનું કારણ ફરી વાર જાણવશે અને સારવાર માટે હાજરીની કાર્યવાહી અંગે ચર્ચા થશે. સારવાર શરૂ કરતાં અગાઉ ત્વચા અને મોની સંભાળ અંગે સ્પષ્ટતા કરાશે. તમે સારવાર માટેનાં સંમતિપત્રમાં સહી ન કરી હોય તો, તમને આ મુલાકાત સમયે આ સારવાર માટે તમારી સંમતિ આપવા તમે તૈયાર હોવા અંગે અમે પૂછીશું.
- સારવારનાં આરંભ અગાઉ આહાર અંગે સલાહ અને માર્ગદર્શન માટે વિશેષજ્ઞ આહારશાસ્ત્રી દ્વારા સમીક્ષા, અને સારવાર અગાઉ તમારું વજન નોંધવા સારવાર પૂર્વેની સલાહ અને ગળવા.
- તમારા અવાજનાં ઉપયોગ, જડબાની કસરત અને, જો સંબંધિત હોય તો, પેટની સંભાળ અંગે વિશેષજ્ઞ સ્પીચ અને લેંગ્વેજ થેરાપીસ્ટ દ્વારા સમીક્ષા.
- જરૂર જણાય તો રક્ત પરીક્ષણ.
- કેમોથેરાપીનાં દર્દીઓ માટે, તમારી ઉંચાઈ અને વજન નોંધાશે અને રક્ત પરીક્ષણ પૂર્ણ કરાશે. કેમોથેરાપી માટેની હાજરી અંગે ચર્ચા અને સ્પષ્ટતા થશે અને કેમોથેરાપી ક્યાં આપવાની છે એ તમે જાણો તે અમે સુનિશ્ચિત કરીશું.

રેડિયોથેરાપી સારવાર લેવી

દરેક સારવાર માટે, રેડિયોગ્રાફર્સ તમને સારવારનાં પલંગ પર તમારી સ્થિતિ લેવડાવશે અને ચોક્કસાઈપૂર્વક તમારો શેલ ફીટ કરશે. તમારે સારવાર લો તે દરમ્યાન માત્ર ટૂંકા સમયગાળા માટે જ શેલ પહેરવાની જરૂર રહેશે. સારવાર સ્ટાફ દ્વારા રોજ શેલ ફીટ અને કાઢી નાખવામાં આવશે. શેલમાં અવાજ વધારે મોટો લાગી શકે છે અને સામાન્ય ઘોંઘાટ હંમેશા કરતાં મોટો અથવા વિકૃત સંભળાઈ શકે છે, ખાસ કરીને જ્યારે રેડિયોગ્રાફર્સ શેલ પર નિશાની કરી રહ્યાં હોય અને સારવાર માટે તમને ગોઠવી રહ્યાં હોય.

જ્યારે રેડિયોથેરાપી માટે રેડિયોથેરાપી મશીન ચાલુ કરતી વખતે, રેડિયોગ્રાફર્સ ડૂમ છોડી જશે પરંતુ ક્લોઝડ સર્કિટ ટેલિવિઝન મોનીટર દ્વારા તમને નજીકથી નીહાળતાં રહેશે. તમે સારવાર ડૂમમાં સામાન્ય રીતે 15 થી 25 મિનિટ રહો છો જેમાં સારવાર માટેની સ્થિતિ ગોઠવવી અને સારવાર અપાય છે. જો તમે ટોમોથેરાપી યુનિટ પર સારવાર લઈ રહ્યાં હોવ તો વધારાની માહિતી ઉપલબ્ધ છે; કૃપા કરીને કોઈપણ સ્ટાફ સભ્યને PIN1715 અંગે પૂછો.

રેડિયોથેરાપી વિભાગ નિયમિત ફાયર એલાર્મ પરીક્ષણ કરાવે છે. તમે જ્યારે શેલ પહેર્યો હોય ત્યારે એલાર્મ વાગે તો એ નિયમિત પરીક્ષણ એલાર્મ હોઈ શકે છે. વિસ્તાર ખાલી કરવો પડે તેવી અસંભવિત ઘટના સમયે સારવાર સ્ટાફ તમને તુરંત જ શેલમાંથી બહાર કાઢી લેશે.

તમારી સમગ્ર સારવાર દરમ્યાન તમારે સાપ્તાહિક પૂર્ણ બ્લડ કાઉન્ટ (રક્ત પરીક્ષણ) કરાવવો જરૂરી બની શકે છે. રેડિયોથેરાપીનાં સંપૂર્ણ લાભ માટે બ્લડ કાઉન્ટ નિર્દિષ્ટ માત્રામાં રહે તે જરૂરી છે. અમુક પરિસ્થિતિમાં બ્લડ ટ્રાંસફ્યુઝન જરૂરી બની શકે છે અને તમારી સારવારનાં તમામ તબક્કે તમને માહિતગાર કરવામાં આવશે.

દર સપ્તાહે, તમારી સારવાર દરમ્યાન, રેડિયોથેરાપી ઓન-ટ્રીટમેન્ટ ક્લિનિકમાં તમારી મુલાકાત રહેશે. આ મુલાકાતમાં તમે તબીબી અથવા વિશેષજ્ઞ રેડિયોગ્રાફર, સ્પીચ અને લેંગ્વેજ થેરાપીસ્ટ, વિશેષજ્ઞ હેડ અને નેક પરિચારિકા અને આહારશાસ્ત્રીમાંથી કોઈને પણ મળી ઉભી થતી સમસ્યાઓ કે પ્રશ્નો અંગે ચર્ચા કરી શકશો. કૃપા કરીને ક્લિનિક દિવસોમાં વિભાગમાં વધુ સમય ફાળવશો કારણકે તમારી રેડિયોથેરાપી સારવાર થશે અને ક્લિનિકમાં પણ જશો.

સારવારની આડ અસર, ખાસ કરીને થકાવટ, સારવારની પ્રગતિ સામાન્યતઃ પ્રસ્થાપિત થશે. તમારી સારવાર દરમ્યાન તમે જાતે ડ્રાઈવ કરીને તમારી રેડિયોથેરાપી મુલાકાત માટે આવી શકવા સક્ષમ હોવાનું અનુભવશો. સારવારનાં અંત ભાગમાં થકાવટ વધવાની સાથે તમે લીફ્ટની સુવિધા પસંદ કરશો.

સારવાર દરમ્યાન તમારે એવી દવાઓ લેવી જરૂરી બની શકે છે કે જેનાથી તમને જરાક સુસ્તી કે ઉંઘ જણાય. **આ દવાઓ લેતી વખતે તમે ડ્રાઈવ ન કરો કે મશીનરી ન ચલાવો તે મહત્વનું છે.** જો તમારે માટે આ દવાઓ જરૂરી હશે, તો તમને તમામ સલાહ અપાશે. તમે સારવાર શરૂ કરો, એ અગાઉ પ્રવાસ વ્યવસ્થા અંગે પણ ચર્ચા કરાશે.

એક વખત રેડિયોથેરાપી સમાપ્ત થઈ જાય પછી તમને સારવાર પતી ગયાના 2 સપ્તાહ પછીની મુલાકાત અપાશે. આ મુલાકાતમાં તમને વિશેષજ્ઞ રેડિયોગ્રાફર, સ્પીચ અને લેંગ્વેજ થેરાપીસ્ટ અને આહારશાસ્ત્રી દ્વારા તપાસવામાં આવશે. આ મુલાકાતનો હેતુ તમારી આડ અસરોની સમીક્ષા કરવાનો અને તેની યોગ્ય રીતે કાળજી લેવાય છે તે સુનિશ્ચિત કરવાનો છે. તમારાં વજન નોંધાશે અને યોગ્ય જણાશે તો રક્ત પરીક્ષણ પૂર્ણ કરાશે.

રેડિયોથેરાપી પૂર્ણ થયાનાં આશરે 4-6 સપ્તાહ પછી તમને હેડ એન્ડ નેક ક્લિનિક ખાતે તબીબોને મળવા ફરી વાર આવવાની મુલાકાત અપાશે. આ મુલાકાત સમયે તમે સ્પીચ એન્ડ લેંગ્વેજ થેરાપીસ્ટ અને આહારશાસ્ત્રીને પણ મળશો.

મુલાકાતોનો ઓવરલ્યુ

- ઈમમોબલાઈઝેશન શેલ બનાવવો
- શેલ ફીટીંગ અને રેડિયોથેરાપી આયોજન માટે સીટી સ્કેન
- સારવાર પૂર્વેની મુલાકાત અને જરૂર જણાય તો ચકાસણી
- રેડિયોથેરાપીનો આરંભ દૈનિક સારવાર સોમવાર થી શુક્રવાર. અમુક ખાન-પાનમાં બદલાવ આવી શકે. સાપ્તાહિક ક્લિનિક મુલાકાત
- સારવાર પૂર્ણ થયા પછીનાં 2 અઠવાડિયે આડ અસર મૂલવવા સારવાર પછી રેડિયોથેરાપી ક્લિનિક
- સારવાર પૂર્ણ થયા પછી 4-6 સપ્તાહે તબીબો સાથે ફોલોઅપ ક્લિનિક

રેડિયોથેરાપી સાથે કેમોથેરાપી

અમુક વખત રેડિયોથેરાપી સાથે કેમોથેરાપી અપાય છે. જો તમને તે યોગ્ય જણાય તો ઓંકોલોજી ટીમ તમારી સાથે આ અંગે ચર્ચા કરશે અને વિસ્તારથી જણાવશે કે કેમોથેરાપી શા માટે તમારે માટે લાભદાયક છે અને તમારા કિસ્સામાં કઈ કેમોથેરાપી દવા યોગ્ય છે.

સીસ્પ્લેટીન કેમોથેરાપી સામાન્યપણે સપ્તાહમાં એક વાર અથવા રેડિયોથેરાપી દરમ્યાન ૩ સપ્તાહે એક વાર અપાય છે. કેમોથેરાપી અને સીસ્પ્લેટીન અંગે વધુ માહિતી માટે કૃપા કરીને મેકમિલન વેબસાઈટ જુઓ અથવા અથવા ક્લિનિકમાં અપાયેલી નકલો અંગે પૂછો. કેમોથેરાપી દિવસોમાં તમે દિવસના દર્દી તરીકે આશરે 6-7 કલાક હોસ્પિટલમાં રહેશો. તમારે સવારે 9.00 વાગ્યાથી હોસ્પિટલમાં આવવું જરૂરી છે. રેડિયોથેરાપી કેમોથેરાપીના દિવસે જ અપાશે.

સેટુકસીમેબ રેડિયોથેરાપી સાથે સાપ્તાહિક અપાય છે. સેટુકસીમેબ આપવામાં ૩-4 કલાક લાગે છે. એજ દિવસે રેડિયોથેરાપી પણ અપાશે. સેટુકસીમેબનો આરંભિક ડોઝ રેડિયોથેરાપી આરંભના ચોક્કસ એક સપ્તાહ અગાઉ આપવો જરૂરી છે. આ મુલાકાતો તમને અપાશે, પણ જો તમને આ મુલાકાતો અંગે ચિંતા થાય તો કૃપા કરીને તમારા ચાવીરૂપ કાર્યકરને પૂછો. સેટુકસીમેબ અંગેની વધુ માહિતી મેકમિલન વેબસાઈટ પર ઉપલબ્ધ છે અથવા ક્લિનિકમાં નકલો અપાયેલી છે.

રેડિયોથેરાપીની આડઅસરો

માથાં મને ગળાના ભાગે રેડિયોથેરાપી સારવાર અપાય ત્યારે સંભવિત તમામ આડઅસરો આ જાણકારી યાદીમાં છે.

આડઅસરો વ્યક્તિ પ્રમાણે, સારવાર કરાઈ રહેલાં અંગે પ્રમાણે અને અપાઈ રહેલી રેડિયોથેરાપીની માત્રા અનુસાર અલગ-અલગ હોઈ શકે છે. આ આડઅસર માત્ર સારવારનાં ક્ષેત્રમાં જ થાય છે. તેથી, એ યાદ રાખવું મહત્વનું છે કે એમાંની તમામ તમારે માટે આયોજિત કરાયેલી સારવાર સાથે સુસંગત પણ હોય. તમારી સારવારનાં આરંભ અગાઉ સારવાર સાથે સુસંગત આડઅસરો અંગે ટીમ ચર્ચા કરો.

આડઅસરો શક્ય એટલી ન્યૂનતમ રહે તે માટે રેડિયોથેરાપી સ્ટાફ તમારી સાથે નીકટતાથી કાર્ય કરશે. પ્રસંગોપાત, આ યાદીમાં ન જણાવેલી અથવા આશા ન રખાયેલી આડઅસરો દર્દીમાં જોવા મળી શકે છે. જો તમને કોઈ શંકા હોય તો, કૃપા કરીને સ્ટાફના કોઈ સભ્યને પૂછો.

રેડિયોથેરાપી આડઅસરોને વહેલી અને મોડી ભાગમાં વહેંચી શકાય, જેમાં વહેલી આડઅસરો સારવારનાં બે થી ત્રણ સપ્તાહની અંદર સામાન્યતઃ દેખાય છે, અને અંતિમ સારવારને પગલે પછીનાં સપ્તાહોમાં ઓછી થતી જાય છે. મોડી અસરો એટલે સારવાર પછીનાં છ અથવા વધુ માસ બાદ ઉભી થતી આડઅસરો.

વહેલી આડ અસરો

વાળ ખરવાં

રેડિયોથેરાપી સારવારનાં ક્ષેત્રમાં વાળ ખરવા (માથાં અથવા ચહેરા પરના) નું કારણ બની શકે છે. માથાંના ભાગમાં મોટે ભાગે સારવાર અપાતી ન હોવાથી, મોટાં ભાગના દર્દીઓમાં માત્ર ચહેરાના વાળનો જ સમાવેશ થાય છે. રેડિયોથેરાપીસ્ટ સારવાર એવી રીતે ગોઠવવાનો પ્રયાસ કરશે કે જેથી સારવાર ક્ષેત્રમાં વાળ ફરીવાર ઉગે, પરંતુ માત્ર તમારા વાળને રાખવાના હેતુથી તમારી સારવાર સાથે કોઈ સામાધાન નહીં થાય. સારવાર શરૂ થવાના બે ત્રણ સપ્તાહ પછી સામાન્ય પણે વાળ ખરવાના શરૂઆત થતો હોય છે અને સારવાર પૂર્ણ થયા પછી ફરી ઉગવામાં લાંબો સમય લાગી શકે છે. અમુક વખત વાળ ફરી વાર ઉગતા જ નથી.

જો તમારી સારવારમાં માથાંના વાળના ક્ષેત્રનો સમાવેશ થતો હોય, તો તમે તમારાં વાળને સૌમ્ય બેબી શેમ્પુથી કોમળતાથી ધોઈ શકો છો. વાળને કોમળતાથી ટુવાલથી કોરાં કરો અને તમારી સારવાર ચાલુ હોય ત્યારે હેર ડ્રાયરનો ઉપયોગ કરવાનું ટાળો.

જો તમારી સારવાર માથાંના વાળ ખરવા માટે કારણ બને તો, રેડિયોથેરાપી સ્ટાફ તમને અમારી સાધન સેવાઓ અંગે વિગતો આપશે. આ સ્ટાફ તમને હેડ કવર્સિંગ, જેમ કે વીગ, હેટ અને માથાંના સ્કાર્ફનાં સમાવેશ સાથે સલાહ આપશે.

ત્વચામાં પરિવર્તન

રેડિયોથેરાપી દરમ્યાન સારવાર ક્ષેત્રની ત્વચા ધીમે ધીમે લાલ થઈ શકે છે. તે લુખ્ખી, ખંજવાળ વાળી અને આળી થઈ શકે છે. સારવારનાં અંત ભાગ દરમ્યાન આ ત્વચા અમુક વખત ભીનાશવાળી થઈ જાય છે.

સામાન્યપણે સારવાર સમાપ્ત થયા પછી ચાર થી છ સપ્તાહની અંદર ત્વચાને ટુઝ આવી જાય છે, જો કે તેનાં પછી અમુક મહિનાઓ માટે તે સહેજ રંગહિન રહી શકે છે.

સારવારનાં આરંભ સાથે જ ત્વચાની સંભાળ લેવાથી પાછળથી સમસ્યાઓ ઓછી કરવામાં સહાય મળે શકે છે. નિમ્નલિખિત સલાહથી તમને ત્વચાની સપાટી ઉપડતી અને આળી બનતી અટકાવવામાં સહાય મળશે.

સારવાર દરમ્યાન

ત્વચાને સુગંધવિહિન સાબુ (સાદો સાબુ) અને લૂંકાળા (ગરમ નહીં) પાણીથી કોમળતાથી ધુવો.

તમે નવશેકાં પાણીથી સામાન્યની જેમ જ નાહી અથવા શાવર લઈ શકો છો, પણ ત્વચા પર સુગંધિત શાવર જેલ અને બબલ બાથ લેવાનું ટાળો.

નોંધ: નીચે ભલામણ કરાયેલ E45 ક્રીમમાં લેનોલીન છે જેથી જો તમે લેનોલીન પ્રત્યે સંવેદનશીલ હોય તો તેનો E45 નો ઉપયોગ ન કરો, કૃપા કરીને સલાહ માટે સ્ટાફને પૂછો

- સારવાર વાળા ભાગને ભીનાશયુક્ત રાખવા, જરૂર જણાય ત્યારે એકવીયસ અથવા E45 ક્રીમ ત્યાં લગાવો. રોજ તમારી સારવારનાં ત્રણ થી ચાર કલાક અગાઉ ત્વચા પર કોઈ ક્રીમ ન લાગાવો. જોકે, બાકીના દિવસ માટે મોઈશ્ચરાઈઝર જરૂર જણાય તેટલી વખત લગાવી શકો છો.
- તમને જણાશે કે તમારા એકવીયસ અથવા E45 ક્રીમને ફીજમાં રાખવાથી તેની શીતળતા આપતા ગુણમાં વધારો થાય છે.
- ટીમની સાથે ચકાસણી કર્યા સિવાય ત્વચા પર કોઈ કોસ્મેટીક્સ અથવા વૈકલ્પિક ક્રીમ, જેવી અન્ય કોઈ બનાવટો ન વાપરો.
- સારવાર ક્ષેત્રમાં પરફ્યુમ અથવા આફ્ટર શેવ વાપરવાનું ટાળો.

- ત્વચાને ઘસો નહીં. મુલાયમ સ્વચ્છ ટુવાલથી ભાગને હળવે હાથે થપથપાવીને ત્વચા કોરી કરો અથવા ભાગને કુદરતી રીતે જ હવામાં ખુલ્લો રાખી સૂકાવા દો.
- સારવારવાળી ત્વચાને ઘસાય તેવાં ચુસ્ત વસ્ત્રો પહેરવાનું ટાળો.
- સારવારવાળા ભાગમાં ત્વચા પર ટેપ અથવા એડહેસીવ બેન્ડેજ ન લગાવો, સિવાય કે ટીમના સભ્ય દ્વારા અપાઈ હોય.
- એ ભાગમાં શેવિંગ ટાળો. સારવારના આરંભ અગાઉ તમે ઈલેક્ટ્રીક શેવર વાપરી શકો છો પરંતુ, કૃપા કરીને પહેલાં સ્ટાફનાં સભ્યને આ અંગે પૂછી લો.
- ત્વચા પર ગરમ પાણીની બોટલ્સ, સન લેમ્પ અથવા કોલ્ડ કોમ્પ્રેસીસ ન લગાવો. વધુમાં ત્વચાને સૂર્યપ્રકાશમાં અથવા જલદ પવનોમાં ખુલ્લો રાખવાનું ટાળો.
- જો તમારાં માથાંનાં ભાગની સાસ્વાર ચાલતી હોય, તો તમારા વાળમાં પર્મિંગ અથવા કલરીંગ ઉત્પાદનો વાપરવાનું ટાળો. તમે સૌમ્યતાથી તમારા વાળ ધોઈ શકો છો, પણ સુગંધિત શેમ્પુ અને કંડિશનરને બદલે બેબી શેમ્પુ વાપરો. આ ભાગમાં વાળ કોરાં કરવા હેર ડ્રાયરનો ઉપયોગ ન કરો.
- ક્લોરીનયુક્ત સ્વીમિંગપુલમાં સ્વીમિંગ કરવાનું ટાળો.

ત્વચા રિએક્શનનું સ્તર અને લેવાનારાં પગલાં

રેડિયોથેરાપી ત્વચા રિએક્શનનાં ત્રણ સ્તર છે:

એરીથેમા - સારવારવાળા ભાગમાં ત્વચા લાલ થવી.

એમાં સારવારવાળા ભાગમાં વાળ ખરવાનો પણ સમાવેશ થઈ શકે છે જો સારવારનાં કિરણો તમારા માથાં પરનાં વાળની અથવા ચહેરાનાં વાળની નજીક પડ્યાં હોય.

જો તમે એરીથેમા અનુભવી રહ્યાં હોવ તો કૃપા કરીને અગાઉનાં વિભાગની પાયાની સલાહને અનુસરો.

લુખ્ખું ખરજવું - સમયે સમયે ઉખડી જતાં લુખ્ખાં પોપડી બાહ્યતાં ભાગ સાથે ત્વચા લાલ થવી.

જો તમને ચામડી લુખ્ખી થઈ ઉખડવાની સમસ્યા હોય તો તમારે એક્વીયસ ક્રીમ અથવા E45 અલ્પમાત્રામાં લગાવવાની તીવ્રતામાં વધારો કરવો જોઈએ. તમને જાણશે કે તમારા E45 અથવા એક્વીયસ ક્રીમને ફીજમાં રાખવાથી તેની શીતળતા આપવાનાં ગુણમાં વધારો થશે. તે ભાગને ઘર્ષણ શક્ય એટલું ઓછું થાય તે જુઓ અને ત્વચાને હવા મળે તે જુઓ. બહાર જાઓ ત્યારે તે ભાગને સૂર્ય અને પવનથી રક્ષણ મળે તે માટે વિશેષ સાવચેત રહો. તે ભાગમાં ખંજવાળ આવતી હોય એવું લાગે તો બળતરાથી છૂટકારો મેળવવામાં સહાય કરી શકે તેવાં ક્રીમ માટે હેડ એન્ડ નેક ટીમ દ્વારા ત્વચાની તપાસ માટે સારવાર ટીમને પૂછો.

ભીનું ખરજવું - ત્વચામાંથી પારદર્શક અથવા પીળા પ્રવાહીનાં નીકળવા સાથે ત્વચામાં ચીરા પડવા.

અમુક દર્દીઓમાં રેડિયોથેરાપીનાં સામાન્ય રિએક્શન તરીકે આ જોવા મળે છે. રિએક્શનની રેડિયોથેરાપી ટીમનાં સભ્ય સાથે ચર્ચા કરવી જોઈએ અને જરૂર જણાય તો, તેની તપાસ કરવી જોઈએ. આ રિએક્શન સારવાર પૂર્ણ થયાનાં બે થી ત્રણ સપ્તાહ પછી સારું થઈ જવું હોય છે.

સારવાર પછીનાં પ્રથમ સપ્તાહ દરમિયાનને લગભગ સૌથી ખરાબ તબક્કામાં હોય છે. જો તમને ભીનું ખરજવું જણાતું હોય તો તે ભીનાશવાળા ભાગ ઉપર કોઈપણ ક્રીમ ન લગાવો સિવાય કે તે તમારી ચીરાયુક્ત ત્વચા માટે વિશેષરૂપે ભલામણ ન કરાયું હોય. જે ત્વચા ચીરાયુક્ત નથી તે ભાગ પર અન્ય ક્રીમ લગાવવાનું ચાલુ રાખો. ચીરાયુક્ત ત્વચાની તપાસ માટે સારવાર ટીમને પૂછો અને/અથવા સમીક્ષા અથવા સલાહ માટે હેડ એન્ડ નેક ટીમનાં સભ્યને ફોન કરો.

જો ત્વચા પર રૂઝ ન આવે તો કૃપા કરીને તુરત જ હેડ એન્ડ નેક ટીમનો સંપર્ક કરો.

સારવાર પછી

ઉપરોક્ત સલાહ તમારી સારવાર પૂર્ણ થયા પછીનાં ત્રણથી ચાર સપ્તાહ સુધી અથવા તમારું રિએક્શન ઓછું ન થાય ત્યાં સુધી અનુસરો. તે પછી તમારા સામાન્ય વોશીંગ રૂટીનને અનુસરો. જોકે જો ત્વચા હજુ પણ આખી જણાતી હોય તો, વધુ એક કે બે સપ્તાહ સુધી અથવા વળતરા દૂર ન થાય ત્યાં સુધી સલાહને અનુસરો.

સૂર્યનાં તાપમાં ત્વચાને વધુ પડતી ખુલ્લી રાખવાનું ટાળો એ ખૂબ મહત્વનું છે, ખાસ કરીને તમારી રેડિયોથેરાપી સારવાર પૂર્ણ થયાનાં પ્રથમ વર્ષમાં. તમારી ત્વચા સૂર્ય સામે સંવેદનશીલ બની જતી હોવાથી હાઈ ફેક્ટર ધરાવતું સન ક્રીમ વાપરો. તમારે રક્ષણ માટે હેટ પણ પહેરવી જોઈએ.

જો તમને સ્વીર્મીંગમાં મજા આવતી હોય, તો તમે તમારી ત્વચા ચીરા પડેલી અથવા પાણી ઝરતી ન હોય ત્યાં સુધી આ પ્રવૃત્તિ કરી શકો છો. જો પાણીથી બળતરા થાય તો, સ્વીર્મીંગ બંધ કરી દો અને બે સપ્તાહ પછી ફરીવાર પ્રયત્ન કરી જુઓ.

તમે નોંધ લેશો કે સારવાર વાળા ભાગની ત્વચા સારવાર પછીનાં અમુક મહિનાઓ માટે વધુ નાજુક હોય છે. જો તમારે આ ભાગમાં શેવ કરવાની જરૂરિયાત જણાય તો કૃપા કરીને સાવધ રહો.

તમે જોશો કે સારવારવાળા ભાગની ત્વચાનો રંગ સારવારને પગલે શ્યામ થઈ ગયો છે. આનું નિવારણ થતાં એકાદ વર્ષ લાગી શકે છે અને અમુક વાર સંપૂર્ણપણે નિવારણ નથી થતું.

સારવાર અગાઉ, દરમ્યાન અને પછી, જો તમને નિમ્નલિખિત ધ્યાનમાં આવે તો ટીમનાં સભ્યને જાણ કરવું અત્યંત મહત્વનું છે:

- સારવારવાળા ભાગમાંથી વધુ પડતું પ્રવાહી ઝરવું.
- પ્રવાહી રંગહિન અથવા દુર્ગંધ મારતું હોય.
- સારવારવાળા ભાગમાં રક્તી નીમવી અથવા ત્વચા વધુ પડતી ઉખડવી.

સારવાર પછી

સારવારને પગલે, એ મહત્વનું છે કે તમે બાહ્ય અને દાંતની સ્વચ્છતા જાળવવાનું ચાલુ રાખો કારણકે, જો તમે દાંતની સંભાળ નહીં લો તો રેડિયોથેરાપી સારવારને કારણે દાંતને સડો થવાનું જોખમ વધી જાય છે.

રેડિયોથેરાપી સારવારનાં ભાગમાં હાડકાં (દાંત સહિત) અને લોહીના પૂરવઠા બંનેને નબળાં કરે છે. વધુમાં, જ્યારે લાળ ગ્રંથીઓની સારવાર કરાય ત્યારે, મોંને સ્વચ્છ રાખવામાં સહાય કરતી લાળનું ઉત્પાદન પણ હંમેશા ઘટી જાય છે.

આ બંને પરિબળો મોંની અંદર ચેપ અને સડો થવાનું જોખમ વધારી શકે છે. ખાસ કરીને સારવાર કરાયેલ જડબાના હાડકાંને અસર થાય તો આ ગંભીર બની શકે છે. પ્રસંગોપાત, આ ઓસ્ટીઓ-નેક્રોસીસ (હાડકાંનો કાયમી નુકસાન) તરફ પણ લઈ જઈ શકે છે. દાંતની સારી સંભાળ ઉપરાંત, દાંતના તબીબ અને હાયજીનીસ્ટ પાસે નિયમિત 6 માસિક ચેકઅપ કરાવવું મહત્વનું છે. જો તમે ચોકકું પહેરતાં હો તો, કૃપા કરીને નિયમિત ચેક કરાવીને ખાતરી કરો કે તે બરાબર ફીટ થાય છે.

કૃપા કરીને નોંધ લો કે મેડીબલ (જડબાનું હડકું) ને રેડિયોથેરાપીને પગલે દાંત કઢવાની કોઈ પણ કાર્યવાહી હોસ્પિટલમાં મેક્સીલીઓફેસિયલ ટીમ હેઠળ કરવી જરૂરી બનશે. સારવાર દરમ્યાન તમારે દાંતને લગતું કોઈ કામ કે ચેકઅપ ની જરૂરિયાત જણાય તો, દાંતના તબીબની મુલાકાત લેતાં અગાઉ હેડ અને નેક ઓકોલોજી ટીમના સભ્ય સાથે તે અંગે કૃપા કરીને વાત કરી લો. સારવાર પછી, તમારા મોંમાં કોઈપણ રૂટીન કાર્ય હાથ ધરી શકે છે. જો કે, અગાઉ રેડિયોથેરાપીની સારવાર મેળવેલાં મોંના જે તે ભાગમાંથી દાંત કાઢવાનો હોય તો તમે હોસ્પિટલ ક્લિનિકમાં હાજરી આપો તે મહત્વનું છે.

સ્વાદ બદલાવો/પરખ ગુમાવવી

તમારી સૂંઘવાની શક્તિ અને મોંમા રહેલી સ્વાદ ગ્રંથી બંને તમારી સ્વાદ પરખવાની ક્ષમતાને અસર કરે છે. તમારી સ્વાદગ્રંથીઓ સ્વાદને સારી રીતે પરખવામાં મદદ માટે લાગનાં સારાં એવાં પ્રમાણ પર આધાર રાખે છે. જે સારવારમાં તમારું નાક, સ્વાદ ગ્રંથીઓ અને/અથવા લાળગ્રંથીઓ સામેલ હશે તે તમારી સ્વાદ પરખની શક્તિને અસર કરી શકે છે.

આનો અર્થ એ કે ચોક્કસ ખોરાકને સ્વાદ બદલાઈ જશે અથવા તે સંપૂર્ણ બે સ્વાદ બની જશે. સમય જતાં (મહિનાઓ) આમાં સુધારો થાય છે પરંતુ, સારવારની માત્રા અને સારવાર કરાયેલા ભાગ-બંનેને આધારે લાંબા ગાળાને સમસ્યા થઈ શકે છે.

અવાજ બદલાવો

જો તમારી સ્વરપેટી (વોઈસ બોક્સ) સારવારનાં ભાગમાં હોય તો, તમારો અવાજ સારવારનાં અંત ભાગમાં ખોખરો બની શકે છે. આ તબક્કે તમારે બોલવાના પ્રયાસ મર્યાદિત કરી દેવાં જોઈએ અને સંવાદ માટેની વૈકલ્પિક પદ્ધતિઓ, જેવી કે લખાણ વગેરેનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. આ આડ અસર કમચલાઉ છે અને સારવારનાં અંતને પગલે સખ્તાહોની અંદર સામાન્ય થઈ જાય છે. પ્રસંગોપાત દર્દીઓ તેમના અવાજના ટોન અથવા પીચમાં જરાક ફેરફાર અનુભવી શકે છે.

થાક

આ આડઅસર વ્યક્તિએ અલગ હોઈ શકે છે. સમગ્ર રેડિયોથેરાપી દરમ્યાન સામાન્યપણે થાક વધતો જાય છે અને સારવાર પતી ગયાં પછી અમુક મહિનાઓ સુધી રહે છે. તમારા શરીરનો અવાજ સાંભળો અને તેને અનુસાર મારું સમયપત્રક ગોઠવવું. દિવસ દરમ્યાન તમને વધુ વાર 'કેટ નેપ' (ઝોકા) લેવાની જરૂરિયાત અનુભવશે. સુસ્તી/થાકનો સામનો કરવાની લેખિત માહિતી તમે અહીં સંપર્ક કરી મેળવી શકો છો મેકમિલન. કેન્સર સપોર્ટ - ટેલિફોન: **0808 800 8000** અથવા તેમની વેબસાઈટ www.macmillan.org.uk

વિલંબિત આડ અસરો**દાંતમાં સડો (કેરીસ)**

રેડિયોથેરાપી (ઉપર જુઓ)ના પરિણામ સ્વરૂપ થતું લુખ્ખું મોં મોંની અંદર દાંતના સડાનું જોખમ વધારી શકે છે. કારણ એ છે કે, લહેલાં ખોરાક ઉપરાંત લાળ પણ મોં અને દાંત સ્વચ્છ કરે છે.

એક વખત સારવાર પૂર્ણ થઈ જાય, અને આડ અસરો ઓછી થવા લાગે, એ મહત્વનું છે કે તમે તમારા દાંત દિવસ દરમ્યાન, ખાસ કરીને ખોરાક અને પીણાં લીધા પછી, નિયમિત સાફ કરો. તમારે નિયમિત રીતે ફ્લોરાઈડ ટૂથપેસ્ટ (દિવસમાં ચાર વાર) અને દાંતની વચ્ચે ફ્લોસ (દૈનિક) નો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. દાંતના તબીબ પાસે નિયમિત ચેકઅપ (દર છ માસે) કરાવવું જરૂરી છે. તમારી દાંતની મુલાકાતો વચ્ચે ડેન્ટલ હાઈજીનિસ્ટ ને મલવું લાભદાયક બની શકે છે.

જડબાના સ્નાયુઓ ખેંચાવા (ટ્રીસ્મસ)

તમારા ચહેરાની બંને બાજુના હાડકાંના સાંધા ઉપલા અને નીચલા જડબાની હલચલને નિયંત્રિત કરે છે. આને ટેમ્પેરો મેન્ડીબુલર જોઈન્ટ્સ કહે છે. (આ સાંધા દરેક કાનની આગળ રહેલા છે અને મોંને ઉઘાડ-બંધ કરતી વખતે અનુભવી શકાય છે).

આ સાંધાની આસપાસનાં મોટાં સ્નાયુઓ પર જો કિરણો છોડાય તો તે અકડાઈ 'સ્ટીફ' (ફાઈબ્રોઝીસ) જઈ શકે છે. તેને ટ્રીસ્મસ કહે છે ટ્રીસ્મસ. તમે કેટલી સરળતાથી અને કેટલું પહોળું મોં ખોલી શકો છો તેને અસર કહે છે. આ આડઅસર તમને જણાઈ હોય તો, ટીમ તમને મદદ કરવા જડબાની કસરતો, સૂચવશે.

આ સમસ્યા મહિનાઓ સાથે વધતી જતી હોય છે. સારવારનાં આરંભ સાથે જ કસરતો શરૂ કરવી જોઈએ અને સારવારનાં અંત પછી અમુક સમય સુધી કરવી જરૂરી બને છે.

ઓસ્ટીઓ-રેડિયોનેક્રોસીસ

થોડાંક દર્દીઓને જડબાના ભાગમાં સારવાર પછી જડબાના હડકામાં લોહીનો પૂરવઠો ઓછો પહોંચતો હોવાનું જણાય છે. જો જડબાનું હાડકું રેડિયોથેરાપીના હાઈડોઝ વોલ્યુમની અંદર આવતું હોય તો જ આમ થઈ શકે છે. સામાન્ય પણે તેનાં લક્ષણો. જણાતા નથી પરંતુ જો ચેપ લાગે તો સમસ્યા થઈ શકે છે, જેને પગલે જડબાના હાડકાંને નુકસાન (ઓસ્ટીઓ-રેડિયોનેક્રોસીસ) થઈ શકે છે. જ્યારે નીચલા જડબામાંથી દાંત કાઢવામાં આવે (નિસ્કર્ષણ), ત્યારે પણ ઓસ્ટીઓ-રેડિયોનેક્રોસીસનું જોખમ ઉભું થઈ શકે છે.

લિમ્ફોએડેમા

આપણાં સમગ્ર શરીરમાં રક્તવાહિની અને ગ્રંથીઓનું એક નેટવર્ક છે, જે લિમ્ફેટિક સિસ્ટમ તરીકે ઓળખાય છે. ચેપ સામે લડવામાં, અને શરીરનાં કોષોની વચ્ચે રહેલાં પ્રવાહીના નિકાલ દ્વારા શરીરને મદદ કરે છે.

તમારી ગરદનમાં આ લિમ્ફ ગ્રંથીઓ (લિમ્ફ નોડ્સ તરીકે પણ ઓળખાય છે) મોટાં પ્રમાણમાં રહેલી છે. માથાં અને ગળાના કેન્સરની સારવારનાં ભાગરૂપે આ નોડ્સને કિરણો આપવા ઘણીવાર જરૂરી બની જાય છે. કેટલીક વાર સારવારનાં આયોજનનાં ભાગરૂપે, તેમને સર્જકલી દૂર કરી દેવાય છે.

આ ભાગમાં રેડિયોથેરાપીથી લિમ્ફેટિક સિસ્ટમની નિકાલ કમગીરી ઓછી થઈ જાય છે, જેને પરિણામે સોજો ખાસ કરીને હડપચી નીચે (ડ્યુલેપ ઓડેમા) આવે છે. રેડિયોથેરાપી સારવાર પછીનાં મહિનાઓમાં સોજાની સમસ્યામાં સામાન્યપણે સુધારો જોવાય છે. જો કે, સંપૂર્ણ સુધારો અસંભવ છે, ખાસ કરીને આ નોડ્સ દૂર કરવા તમે અગાઉ સર્જકલી કરાવી હોય.

પિર્યુટરી કામગીરી

થોડાંક દર્દીઓમાં પિર્યુટરી ગ્રંથીને રેડિયોથેરાપીનો ડોઝ આપવો જરૂરી બની જાય છે. ગ્રંથીને અને તેનાં હોર્મોન ઉત્પાદનને આની અસર થાય છે. સામાન્યપણે રેડિયોથેરાપીના એક વર્ષ અથવા વધુ સમય બાદ આ જોવા મળે છે, અને સરળતાથી નિયંત્રિત કરી શકાય છે.

થાઈરોઈડ કામગીરી

થોડાંક દર્દીઓમાં થાઈરોઈડ ગ્રંથીઓને રેડિયોથેરાપી ડોઝ આપવો જરૂરી બની જાય છે. ગ્રંથીને અને તેનાં હોર્મોન ઉત્પાદનને આને અસર થઈ શકે છે. રેડિયોથેરાપી આપ્યાનાં એક વર્ષ અથવા વધુ સમય સામાન્યપણે આ જોવા મળે છે અને સરળતાથી નિયંત્રિત કરી શકાય છે.

ટ્રશિમાં ફેરફાર

જો સારવાર હેઠળનો ભાગ સીધો આંખની નજીક હોય તો ટ્રશિમાં પરિવર્તન એક આડઅસર છે. આ અંગે સારવારનાં આરંભ અગાઉ તમારી સાથે વિસ્તારથી ચર્ચા.

હર્મોટ્રિસ સિંડ્રોમ

કેટલીક વાર સારવાર કરાઈ રહેલા કેન્સરના ભાગની નજીક હોય ત્યારે કરોડરજીબને રેડિયોથેરાપી ડોઝ આપવો જરૂરી બની જાય છે. આની કરોડ પર કામચલાઉ અસર થાય છે. કરોડને આવરી લેતી અંતઃત્વચા (મેમ્બ્રેન)માં કામચલાઉ દાહને કારને હર્મોટ્રિસ સિંડ્રોમ થાય છે. નીચેની સારવાર ઠરીકામ થતાં ચાર થી છ મહિના લઈ શકે છે. આ દાહ આ સમય દરમ્યાન તમે તમારા હાથ અને પગમાં 'ઝણઝણાટી' અથવા 'સોય ભોંકવા જેવું' અનુભવી શકો છો. બહુ ઓછા પ્રસંગે તે હાથ પગમાં વારંવારની ધુજારીનું કારણ બને છે.



અમે હાલમાં ધૂમ્રપાન મુક્ત સ્થળ માટે કાર્યરત છીએ. ધૂમ્રપાન અમુક નિશ્ચિત વિસ્તારમાં જ માન્ય છે.

ધૂમ્રપાન છોડવા માટે સલાહ અને સહાય માટે, તમારા જીપી અથવા નિ:શુલ્ક NHS સ્ટોપ સ્મોકીંગ હેલ્પલાઇન **0800 1690 169**

આ પત્રિકા માટે સહાય:



જો તમને આ માહિતી અન્ય ભાષામાં, **મોટા અક્ષરોમાં** અથવા શ્રાવ્ય પ્રકારમાં જોઈતી હોય તો કૃપા કરીને પેશન્ટ ઈન્ફર્મેશનને સંપર્ક કરો: 01223 216032 અથવા ઈ-મેલ કરો patient.information@addenbrookes.nhs.uk

Polish

Jezeli chcialbys uzyskac te informacje w innym j^zyku, w duzej czcionce lub w formacie audio, popros pracownika oddzialu o kontakt z biurem Informacji Pacjenta (Patient Information) pod numerem telefonu: 01223 216032 lub pod adresem patient.information@addenbrookes.nhs.uk

Portuguese

Se precisar desta informagao noutra lingua, em impressao de letras grandes ou formato audio, por favor pega ao departamento que contacte a secgao de Informagao aos Doentes (Patient Information) pelo telefone 01223 216032 ou atraves do e-mail patient.information@addenbrookes.nhs.uk

Arabic

إذا كنت تود الحصول على هذه المعلومات بلغة أخرى، بالأحرف الكبيرة أو بشكل شريط صوتي، يمكنك أن تطلب من القسم الإتصال بمعلومات المريض على الرقم: 01223216032 أو عبر البريد الإلكتروني: patient.information@addenbrookes.nhs.uk

Cantonese

如您需以另一語言版本、特大字體或錄音形式索取本資料，請要求部門聯絡病人諮詢服務：電話 01223 216032，電郵地址 patient.information@addenbrookes.nhs.uk

Turkish

Eğer bu bilgileri başka bir dilde veya büyük baskılı veya sesli olarak isterseniz, lütfen bulunduğunuz bölümdeki görevlilere söyleyin Hasta Bilgilendirme servisini arasinlar: 01223 216032 veya patient.information@addenbrookes.nhs.uk

Urdu

اگر آپ کو یہ معلومات کسی دیگر زبان میں، بڑے الفاظ میں یا آڈیو طریقہ سے درکار ہوں تو برائے مہربانی اس سچے سے پیشکش یا patient.information@addenbrookes.nhs.uk انفارمیشن سے ٹیل کے ذریعہ رابطہ کرنے کی درخواست کریں: 01223 216032

Bengali

আপনি যদি এই তথ্য অন্য কোন ভাষায়, বড় অক্ষরে বা অডিও রেকর্ডিং পেতে চান তাহলে 'প্যাশেন্ট ইনফরমেশান' এর সঙ্গে 01223 216032 নম্বরে ফোন করে বা patient.information@addenbrookes.nhs.uk ঠিকানায় ই-মেইল করে যোগাযোগ করার জন্য ডিপার্টমেন্টটিতে অনুরোধ জানান।

દસ્તાવેજનો ઈતિહાસ	
વેબકો	H&N Team (Lead)
વિભાગ	Oncology સેન્ટર, બોક્સ 193, Addenbrooke's Hospital, Cambridge University Hospitals NHS Foundation Trust, Hills Road, Cambridge, CB2 0QQ www.cuh.org.uk
સંપર્ક નંબર	01223 245151
જાહેર થયેલ	જુલાઈ 10 નિરીક્ષણની તારીખ વાર્ષિક
દ્વારેલનું નામ	PIN0810 v3 about H&N RT.doc
આવૃત્તિ નંબર	3 સંદર્ભ: PIN0810 મિડિયાઆઈડી =