ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਕੀ ਹੈ?

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਇੱਕ ਕੈਂਸਰ ਇਲਾਜ ਹੈ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਅਤੇ ਟਿਊਮਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁੰਗੜਨ ਲਈ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਉੱਚ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ DNA ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਵੰਡਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣ ਜਾਂ ਮਰ ਜਾਣ। ਦੋ ਮੁੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ: ਬਾਹਰੀ ਬੀਮ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ, ਜੋ ਇੱਕ ਮਸ਼ੀਨ ਤੋਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ, ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਪੰਨਾ ਹਰ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਇਲਾਜ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਇਸਦੀਆਂ ਮੁੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਕੀ ਉਮੀਦ ਰੱਖਣੀ ਹੈ।

ਸਾਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵਿਆਖਿਆ

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਇੱਕ ਕੈਂਸਰ ਇਲਾਜ ਹੈ। ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਅਤੇ ਟਿਊਮਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁੰਗੜਨ ਲਈ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਉੱਚ ਖੁਰਾਕਾਂ ਵਰਤਦੀ ਹੈ। ਘੱਟ ਖੁਰਾਕਾਂ 'ਤੇ, ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਐਕਸ-ਰੇ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੇਖਣ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦਾਂ ਜਾਂ ਟੁੱਟੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸ-ਰੇ। ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਇਸ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਖੁਰਾਕਾਂ ਵਰਤਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ

ਉੱਚ ਖੁਰਾਕਾਂ 'ਤੇ, ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ DNA ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਾਧੇ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਦਾ DNA ਮੁਰੰਮਤ ਤੋਂ ਪਰੇ ਨੁਕਸਾਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਵੰਡਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਨੁਕਸਾਨੇ ਗਏ ਸੈੱਲ ਮਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜ ਕੇ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਨਹੀਂ ਮਾਰਦੀ। DNA ਨੂੰ ਇੰਨਾ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਮਰ ਜਾਣ, ਦਿਨਾਂ ਜਾਂ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ, ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਜਾਂ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਮਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ DNA ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਵੰਡਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣ ਜਾਂ ਮਰ ਜਾਣ — ਪਰ ਤੁਰੰਤ ਨਹੀਂ।

ਦੋ ਮੁੱਖ ਕਿਸਮਾਂ

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਦੀਆਂ ਦੋ ਮੁੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ: ਬਾਹਰੀ ਬੀਮ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ।

ਬਾਹਰੀ ਬੀਮ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਇੱਕ ਮਸ਼ੀਨ ਤੋਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਵੱਲ ਸੇਧਦੀ ਹੈ। ਮਸ਼ੀਨ ਵੱਡੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਰੌਲਾ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੂੰਹਦੀ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਈ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਵੱਲ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਭੇਜਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਸਥਾਨਕ ਇਲਾਜ ਹੈ, ਭਾਵ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਇੱਕ ਖ਼ਾਸ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਸਿਰਫ਼ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ।

ਅੰਦਰੂਨੀ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਵਿੱਚ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਦਾ ਇੱਕ ਸਰੋਤ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਰੋਤ ਠੋਸ ਜਾਂ ਤਰਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- **ਠੋਸ ਸਰੋਤ** ਨਾਲ, ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਬ੍ਰੈਕੀਥੈਰੇਪੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਸਰੋਤ ਵਾਲੇ ਬੀਜ, ਰਿਬਨ, ਜਾਂ ਕੈਪਸੂਲ ਟਿਊਮਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਉਸਦੇ ਨੇੜੇ ਰੱਖੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬਾਹਰੀ ਬੀਮ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਵਾਂਗ, ਇਹ ਇੱਕ ਸਥਾਨਕ ਇਲਾਜ ਹੈ।

- **ਤਰਲ ਸਰੋਤ** ਨਾਲ, ਇਲਾਜ ਸਿਸਟਮਿਕ ਥੈਰੇਪੀ ਦਾ ਇੱਕ ਰੂਪ ਹੈ। ਸਿਸਟਮਿਕ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਲਾਜ ਖ਼ੂਨ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਤੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉੱਥੇ ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭ ਕੇ ਮਾਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਨਿਗਲ ਕੇ ਜਾਂ IV ਲਾਈਨ ਰਾਹੀਂ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਸਿਸਟਮਿਕ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਨਾਲ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਰਲ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਿਸ਼ਾਬ, ਪਸੀਨਾ, ਅਤੇ ਲਾਰ, ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਛੱਡਣਗੇ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਕਿਸਮ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਕਈ ਗੱਲਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਕਿਸਮ, ਟਿਊਮਰ ਦਾ ਆਕਾਰ ਅਤੇ ਥਾਂ, ਅਤੇ ਇਹ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਦੇ ਕਿੰਨਾ ਨੇੜੇ ਹੈ, ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਹੋਣਗੇ।

ਇਹ ਕਿਉਂ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹੜੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੀ ਹੈ

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਸਨੂੰ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਇਸਦੇ ਵਾਧੇ ਨੂੰ ਰੋਕ ਜਾਂ ਹੌਲੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਪੈਲੀਏਟਿਵ ਇਲਾਜ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਇਹ ਦਰਦ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ, ਜਾਂ ਅੰਤੜੀ ਅਤੇ ਬਲੈਡਰ ਉੱਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਖੁੱਸ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਲਈ ਟਿਊਮਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁੰਗੜ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬਾਹਰੀ ਬੀਮ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬ੍ਰੈਕੀਥੈਰੇਪੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਿਰ ਅਤੇ ਗਰਦਨ, ਛਾਤੀ, ਸਰਵਿਕਸ, ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ, ਅਤੇ ਅੱਖ ਦੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਰੇਡੀਓਐਕਟਿਵ ਆਇਓਡੀਨ (I-131), ਜੋ ਇੱਕ ਸਿਸਟਮਿਕ ਇਲਾਜ ਹੈ, ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੁਝ ਖ਼ਾਸ ਥਾਇਰਾਇਡ ਕੈਂਸਰਾਂ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਹੋਰ ਇਲਾਜਾਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਸਿਰਫ਼ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਹੀ ਲੋੜੀਂਦਾ ਇਲਾਜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ, ਇਹ ਸਰਜਰੀ, ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ, ਅਤੇ ਇਮਿਊਨੋਥੈਰੇਪੀ ਵਰਗੇ ਹੋਰ ਇਲਾਜਾਂ ਨਾਲ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧਾਉਣ ਲਈ, ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਹੋਰ ਇਲਾਜਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਦੌਰਾਨ, ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਰਜਰੀ ਨਾਲ ਜੋੜਨ 'ਤੇ, ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਤਿੰਨ ਮੌਕਿਆਂ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਸੁੰਗੜਨ ਲਈ।
- ਸਰਜਰੀ ਦੌਰਾਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਸਿੱਧੀ ਕੈਂਸਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚੇ।
- ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਬਾਕੀ ਬਚੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ।

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਅਕਸਰ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਇਲਾਜ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੀਵਨ ਭਰ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਸੀਮਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਕੋਈ ਹਿੱਸਾ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਭਰ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੀ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸਦੀ ਇੱਕ ਸੀਮਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕਿੰਨੀ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਮਿਲ ਚੁੱਕੀ ਹੈ, ਇਸ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਿਆਂ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਹਿੱਸੇ ਲਈ ਦੂਜੀ ਵਾਰ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਨਾ ਲੈ ਸਕੋ। ਪਰ ਜੇ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਜੀਵਨ ਭਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖੁਰਾਕ ਮਿਲ ਚੁੱਕੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਦੋਹਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਦੂਰੀ ਕਾਫ਼ੀ ਹੋਵੇ।

ਯੋਜਨਾ ਸੈਸ਼ਨ

ਇਲਾਜ ਪਹਿਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ 'ਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਸੈਸ਼ਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਅਕਸਰ ਸਿਮੂਲੇਸ਼ਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਉਸੇ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਲੇਟਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਕੈਨ ਸਹੀ ਖੇਤਰ ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਛੋਟੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਥਿਰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਮੋਲਡ ਜਾਂ ਨਾਪ ਦਾ ਮਾਸਕ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦਿਨ ਕੋਈ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਵੇਖੋ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਸਿਮੂਲੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ

ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਅਜਿਹੇ ਬੁਰੇ ਅਸਰ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਖਾਣਾ ਔਖਾ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਤਲੀ (ਜੀ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ), ਮੂੰਹ ਦੇ ਛਾਲੇ, ਅਤੇ ਗਲੇ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ। ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਠੀਕ ਹੋਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਬਹੁਤ ਊਰਜਾ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣਾ ਭਾਰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਕੈਲੋਰੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਖਾਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਡਾਈਟੀਸ਼ੀਅਨ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਕੁਝ ਲੋਕ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਦੌਰਾਨ ਪੂਰਾ ਸਮਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਲੋਕ ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਸਮਾਂ ਬੀਤਦਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਥੱਕੇ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਲਾਜ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤੇ ਜਾਂ ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜਲਦੀ ਮਦਦ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ

- **911 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾਓ ਜੇ** ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਹ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਆ ਰਿਹਾ (ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਲੈ ਪਾ ਰਹੇ), ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਲਾਰ ਨਹੀਂ ਨਿਗਲ ਸਕਦੇ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੌਰਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਅਚਾਨਕ ਉਲਝਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਖ਼ੁਦ ਗੱਡੀ ਚਲਾ ਕੇ ਨਾ ਜਾਓ।
- **911 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾਓ ਜੇ** ਤੁਸੀਂ ਅਚਾਨਕ ਉਲਝਣ ਵਿੱਚ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਗਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਔਖਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ੂਨ ਵਗਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਉਲਟੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਅਜਿਹੀ ਉਲਟੀ ਜੋ ਪੀਸੀ ਹੋਈ ਕੌਫ਼ੀ ਵਰਗੀ ਦਿਸਦੀ ਹੈ। ਖ਼ੁਦ ਗੱਡੀ ਚਲਾ ਕੇ ਨਾ ਜਾਓ।
- **ਜੇ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲ ਘੱਟ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ, ਦਿਨ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਰਾਤ, ਜੇ** ਤੁਹਾਡਾ ਤਾਪਮਾਨ 100.4°F (38°C) ਜਾਂ ਵੱਧ ਹੈ। CDC ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਬੁਖ਼ਾਰ ਲਾਗ ਦਾ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਲੱਛਣ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੌਰਾਨ ਲਾਗ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਾਂਬੇ ਵਾਲੀ ਠੰਢ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼, ਮੂੰਹ ਦੇ ਛਾਲੇ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਜਲਣ, ਕੈਥੀਟਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਲਾਲੀ, ਜਾਂ ਲਾਗ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲੱਛਣ ਲਈ ਵੀ ਤੁਰੰਤ ਕਾਲ ਕਰੋ, ਭਾਵੇਂ ਬੁਖ਼ਾਰ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਤਾਪਮਾਨ ਆਮ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਡੀਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਕੋਈ ਜਲਦੀ ਫ਼ੋਨ ਨਹੀਂ ਚੁੱਕਦਾ, ਤਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾਓ ਅਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ।
- **ਉਸੇ ਦਿਨ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜੇ** ਇਲਾਜ ਵਾਲੀ ਚਮੜੀ ਛਿੱਲੀ ਜਾ ਕੇ ਕੱਚੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਣੀ ਰਿਸਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਉਹ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਜ਼ਖ਼ਮ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। NCI ਇਸਨੂੰ ਗਿੱਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ (moist reaction) ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਲਾਗ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਹੇ, ਤਾਂ 100.4°F (38°C) ਜਾਂ ਵੱਧ ਤਾਪਮਾਨ ਲਈ ਵੀ ਉਸੇ ਦਿਨ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- **ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜੇ** ਇਲਾਜ ਵਾਲੀ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਖਾਰਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਚਮੜੀ ਲੱਥਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਧੁੱਪ ਨਾਲ ਸੜੀ ਹੋਈ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਰੀਮਾਂ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੀਆਂ। ਜੇ ਮਤਲੀ, ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਗਲੇ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਵਾਂਗ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਲਈ ਅਗਲੀ ਤੈਅ ਸਮੀਖਿਆ ਦੀ ਉਡੀਕ ਨਾ ਕਰੋ।

ਸਰੋਤ: NCI — Skin and Nail Changes During Cancer Treatment (cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/skin-nail-changes) ਅਤੇ CDC — Fever during cancer treatment (cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html)

ਇੱਕ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਸਰੋਤ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ

ਇਹ National Cancer Institute 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਵਿਦਿਅਕ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਸਰਲ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਹੈ। ਪੂਰੀ ਅਤੇ ਨਵੀਨਤਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮੂਲ ਸਰੋਤ ਪੜ੍ਹੋ। ਸਿਰਫ਼ ਵਿਦਿਅਕ ਜਾਣਕਾਰੀ — ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੀ ਕੇਅਰ ਟੀਮ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

National Cancer Institute: cancer.gov/about-cancer/treatment/types/radiation-therapy

ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ: 2026-09-29

ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਲੈਣ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਜਿਹੜੇ ਹਸਪਤਾਲ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕ ਫੈਡਰਲ ਫੰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਖ਼ਰਚੇ ਦੇ ਯੋਗ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਦੇਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨ 'ਤੇ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਔਨਲਾਈਨ: cancerexplained.org/languages/pa/radiation-therapy

cancerexplained.org 'ਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਲੇਖ ਤੋਂ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸਰੋਤ ਨਾਲ ਜਾਂਚਿਆ ਗਿਆ ਸੰਸਕਰਣ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਾਲਾ ਹੈ।

Educational information only, not medical advice. An AI-assisted editorial system helped prepare this page. No named medical reviewer has reviewed it unless one is listed.

ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਬਦਲਾਅ ਕੀਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਛਾਪੋ, ਕਾਪੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ। ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਨਾ ਕਰੋ। ਹਵਾਲਾ: cancerexplained.org। ਵਿਦਿਅਕ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ।