



Canadian
Cancer
Society

Société
canadienne
du cancer

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ

ਆਪਣੇ ਰੋਗ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

Esophageal Cancer

Understanding your diagnosis



ਆਉ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਚੀਜ਼ ਬਣਾਈਏ

1 888 939-3333 | www.cancer.ca

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ

ਆਪਣੇ ਰੋਗ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਇਹ ਸੁਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਅਤੇ ਡਰੇ ਹੋਏ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਕਰਕੇ ਵੀ ਬੋਝ ਹੇਠ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਵਿਚਲੀ ਮੁਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ (ਈਸੋਫੇਗਲ ਕੈਂਸਰ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਮੁਢਲਾ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਿਹਤਰ ਸਮਝ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਕੰਟਰੋਲ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਲਈ ਸੱਭ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਲਈ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਰਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੈ?

ਕੈਂਸਰ ਇਕ ਬੀਮਾਰੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਸਾਡੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਲੱਖਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਬਣੇ ਹੋਏ ਹਨ ਜੋ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਟਿਸੂ ਜਾਂ ਅੰਗ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੱਠੇ ਅਤੇ ਹੱਡੀਆਂ, ਫੇਫੜੇ ਜਾਂ ਜਿਗਰ। ਹਰ ਸੈੱਲ ਵਿਚਲੇ ਜੀਨਜ਼ ਇਸ ਨੂੰ ਵਧਣ, ਕੰਮ ਕਰਨ, ਹੋਰ ਸੈੱਲ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਮਰਨ ਦਾ ਹੁਕਮ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਡੇ ਸੈੱਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹੁਕਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਕਦੇ ਕਦੇ ਕੁਝ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਵਿਚ ਘਾਲਾ-ਮਾਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਅਨੇਮੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਰਤਾਉ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੈੱਲ ਬਿਨਾਂ ਕੰਟਰੋਲ ਦੇ ਵਧਦੇ ਅਤੇ ਵੰਡ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਅਨੇਮੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਗਰੁੱਪ, ਗਿਲਟੀਆਂ (ਲੰਪਸ) ਜਾਂ ਰਸੋਲੀਆਂ (ਟਿਊਮਰਜ਼) ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਰਸੋਲੀਆਂ ਮਾਮੂਲੀ (ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੀਆਂ ਨਹੀਂ) ਜਾਂ ਖਤਰਨਾਕ (ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੀਆਂ) ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਾਮੂਲੀ ਰਸੋਲੀਆਂ ਦੇ ਸੈੱਲ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਇਕ ਥਾਂ 'ਤੇ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੀਆਂ ਰਸੋਲੀਆਂ ਦੇ ਸੈੱਲ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਟਿਸੂਆਂ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਫੈਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਫੈਲਣ ਵਾਲੇ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਮੈਟਾਸਟੇਟਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਕਸਰ ਘਾਤਕ ਰਸੋਲੀ ਦੇ ਫੈਲਣ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਨੇੜੇ ਦੀਆਂ ਲਿੰਫ ਨੋਡਜ਼ (ਲਸੀਕਾ ਗਿਲਟੀਆਂ) ਵਿਚ ਸੋਜ ਪੈਣਾ ਹੈ ਪਰ ਕੈਂਸਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਕਰੀਬਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੀਆਂ ਰਸੋਲੀਆਂ ਦੀ ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕੈਂਸਰਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦੇ ਨਾਂਵਾਂ ਉਪਰ ਰੱਖੇ ਗਏ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਜਿਹੜੀ ਕੈਂਸਰ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਜਿਗਰ ਤੱਕ ਫੈਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਈਸੋਫੇਗਲ ਕੈਂਸਰ ਵਿਚ ਲਿਵਰ ਮੈਟਾਸਟੇਟਸ (ਜਿਗਰ ਤੱਕ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

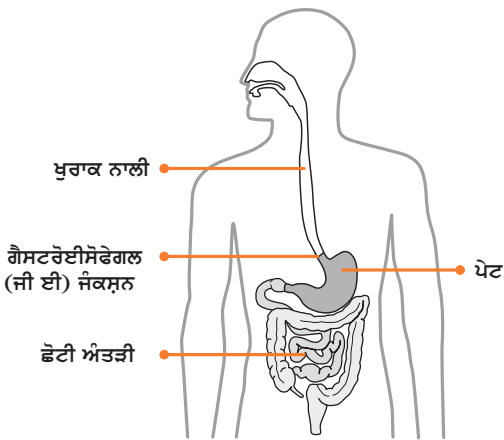
ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੈ?

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਈਸੋਫੇਗਸ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਈਸੋਫੇਗਸ ਇਕ ਖੋਖਲੀ, ਗਠੀਲੀ ਟਿਊਬ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਖਾਣ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਢਿੱਡ ਵਿਚ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਹ-ਨਾਲੀ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਅੱਗੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਖਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਈਸੋਫੇਗਸ ਦੇ ਪੱਠੇ, ਖਾਣਿਆਂ ਨੂੰ ਪੇਟ ਵਿਚ ਧੱਕਣ ਲਈ ਸੁੰਗੜਦੇ ਹਨ। ਜਿੱਥੇ ਈਸੋਫੇਗਸ ਪੇਟ ਨਾਲ ਜੁੜਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਗੈਸਟਰੋਈਸੋਫੇਗਲ (ਜੀ ਈ) ਜੰਕਸ਼ਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੰਕਸ਼ਨ 'ਤੇ ਪੱਠਾ ਖਾਣੇ ਨੂੰ ਪੇਟ ਵਿਚ ਜਾਣ ਦੇਣ ਲਈ ਖੁਲ੍ਹਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੱਠਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੇਟ ਵਿਚਲੇ ਤੇਜ਼ਾਬ ਨੂੰ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਵਿਚ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਅਤੇ ਜਲਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ।

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਈਸੋਫੇਗਸ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਵਿਚ ਕਿਧਰੇ ਵੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਦੋ ਮੁੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ। ਹਰ ਇਕ ਵੱਖਰੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਸੈੱਲ ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

- *ਸਕੁਆਮਸ ਸੈੱਲ ਕਾਰਸੀਨੋਮਾ* ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਵਿਚਲੇ ਸਕੁਆਮਸ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕੈਂਸਰਾਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੇ ਉਪਰਲੇ ਅਤੇ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- *ਐਡੀਨੋਕਾਰਸੀਨੋਮਾ* ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਗਲੈਂਡੂਲਰ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀਆਂ ਦੋਨਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਇਕੋ ਜਿਹਾ ਹੀ ਹੈ।



ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੇ ਸੈੱਲ ਬਦਲਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੇਨੇਮੇ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬੇਨੇਮੇ ਸੈੱਲ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨੂੰ ਬੈਰਟਸ ਈਸੋਫੇਗਸ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬੈਰਟਸ ਈਸੋਫੇਗਸ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਬੱਧੀ ਗੈਸਟਰਿਕ ਰਿਫਲੱਕਸ (ਗੈਸ ਦੇ ਉਪਰ ਨੂੰ ਜਾਣ) ਕਰਕੇ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਗੈਸਟਰਿਕ ਰਿਫਲੱਕਸ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਪੇਟ ਵਿਚਲਾ ਤੇਜ਼ਾਬ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਵਿਚ ਉਪਰ ਨੂੰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਲਣ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪੁਰਾਣੀ ਗੈਸਟਰਿਕ ਰਿਫਲੱਕਸ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬੈਰਟਸ ਈਸੋਫੇਗਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਪਰ ਬੈਰਟਸ ਈਸੋਫੇਗਸ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ, ਜੇ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 60 ਸਾਲ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕੋਈ ਇਕ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਪਰ ਕੁਝ ਕਾਰਨ ਇਸ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧਾਉਂਦੇ ਜਾਪਦੇ ਹਨ:

- ਬੈਰਟਸ ਈਸੋਫੇਗਸ
- ਸਿਗਰਟਾਂ ਪੀਣਾ ਜਾਂ ਤੰਬਾਕੂ ਚਿੱਥਣਾ
- ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਾਲ ਸਿਗਰਟਾਂ ਵੀ ਪੀਂਦੇ ਹੋ
- ਜਲਣ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਕੈਮੀਕਲਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਉਣਾ ਜਾਂ ਅਕਸਰ ਬਹੁਤ ਤੱਤੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪੀਣ ਨਾਲ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਣਾ
- ਸਿਰ, ਧੌਣ ਜਾਂ ਪਾਚਣ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਸਿਸਟਮ ਵਿਚ ਹੋਰ ਕੈਂਸਰਾਂ ਹੋਣਾ

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਦੇ ਮੌਜੂਦ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਅਕਸਰ ਅਗੇਤੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਜਾਂ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਦਿਖਾਈ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀਆਂ ਜਦ ਤੱਕ ਰਸੌਲੀ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਨੂੰ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰ ਦਿੰਦੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਨਿਗਲਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਵਧਣ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

- ਖਾਣ ਸਮੇਂ ਔਖਿਆਈ ਜਾਂ ਦਰਦ ਹੋਣਾ
- ਭਾਰ ਘਟਣਾ
- ਭੁੱਖ ਮਰਨਾ
- ਬਹੁਤ ਥੱਕੇ ਹੋਏ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ
- ਮਿਅਦੇ ਦੀ ਜਲਣ

- ਗਲੇ ਜਾਂ ਗਲੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ, ਪਸਲੀ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਜਾਂ ਮੌਰਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦਰਦ ਹੋਣਾ
- ਆਵਾਜ਼ ਭਾਰੀ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਖੰਘ ਆਉਣਾ

ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀਆਂ ਵੀ ਕੁਝ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਚੈੱਕਅੱਪ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸ਼ੱਕ ਪਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਖਾਸ ਟੈਸਟਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੇਗਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੈਂਸਰ ਦੀ “ਸਟੇਜ” ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਅੱਗੇ ਲਿਖੇ ਇਕ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਟੈਸਟ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਮੇਜਿੰਗ ਸਟੱਡੀਜ਼: ਤੁਹਾਡੀ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਅਤੇ ਪੇਟ ਦੇ ਕਈ ਐਕਸਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਪਰ ਗੈਸਟਰੋਇਨਟੈਸਟੀਨਲ (ਜੀ ਆਈ) ਸੀਰੀਜ਼ ਜਾਂ ਬੇਰੀਅਮ ਸਵੈਲੋ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੇਰੀਅਮ ਨਾਂ ਦਾ ਇਕ ਗਾੜ੍ਹਾ, ਚਾਕ ਵਰਗਾ ਤਰਲ ਪੀਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਬੇਰੀਅਮ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਪਾਸੇ, ਪੇਟ ਅਤੇ ਛੋਟੀ ਅੰਤੜੀ ਨੂੰ ਲੇਪ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਡਾਕਟਰ ਐਕਸਰੇ ਉੱਪਰ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੇ ਅਕਾਰ ਵਿਚ ਆਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਬਦੀਲੀ ਲਈ ਦੇਖਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਵੀ ਦੇਖੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਪੇਟ ਤੱਕ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਫੈਲ ਗਈ।

ਈਸੋਫੇਗਲ ਇੰਡੋਸਕੋਪੀ: ਈਸੋਫੇਗਲ ਇੰਡੋਸਕੋਪੀ ਵਿਚ ਇਕ ਪਤਲੀ, ਲਚਕਦਾਰ ਟਿਊਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਸਿਰੇ 'ਤੇ ਇਕ ਲਾਈਟ ਲੱਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਇੰਡੋਸਕੋਪ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)। ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਟਿਊਬ ਤੁਹਾਡੇ ਸੰਘ ਵਿਚ ਥੱਲੇ ਨੂੰ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇੰਡੋਸਕੋਪੀ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਸੰਘ ਨੂੰ ਸੁਲਾਉਣ ਲਈ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਵਿਚ ਹਲਕੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਪਰੇਅ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਆਰਾਮਦੇਹ

ਹੋਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਲਕੀ ਜਿਹੀ ਨੀਂਦ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡਾ ਗਲਾ ਦੁਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਹੋਣ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਦੋ ਕੁ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਹਟ ਜਾਵੇਗਾ।

ਬਾਇਓਪਸੀ: ਜੇ ਇੰਡੋਸਕੋਪੀ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਅਸਾਧਾਰਣ ਥਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰ ਮਾਈਕਰੋਸਕੋਪ ਥੱਲੇ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਇੰਡੋਸਕੋਪ ਰਾਹੀਂ ਟਿਸੂ ਦੇ ਕਈ ਨਮੂਨੇ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਾਈਕਰੋਸਕੋਪ ਥੱਲੇ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚੋਂ ਸੈੱਲ ਲੈਣ ਨੂੰ **ਬਾਇਓਪਸੀ** ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਬਾਇਓਪਸੀ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਸੈੱਲ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਟੈੱਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧ ਰਹੇ ਹਨ।

ਖੂਨ ਦੇ ਟੈੱਸਟ: ਖੂਨ ਲੈ ਕੇ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਟੈੱਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੇ ਖੂਨ-ਸੈੱਲ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਦਿੱਖ ਵਿਚ ਆਮ ਵਰਗੇ ਹਨ। ਇਹ ਨਤੀਜੇ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਗ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਹੋਰ ਟੈੱਸਟ: ਜੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਟੈੱਸਟ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਹੋਰ ਇਮੇਜਿੰਗ ਸਟੱਡੀਜ਼ ਦਾ ਆਰਡਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਕਿਤੇ ਕੈਂਸਰ ਫੈਲ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਗਈ। ਇਮੇਜਿੰਗ ਸਟੱਡੀਜ਼ ਟਿਸੂਆਂ, ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਹੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿਚ ਦੇਖਣ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਐਕਸਰਿਆਂ, ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡਾਂ, ਸੀ ਟੀ ਸਕੈਨਾਂ, ਐੱਮ ਆਰ ਆਈਜ਼ ਜਾਂ ਹੱਡੀ ਦੇ ਸਕੈਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਰਸੌਲੀ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਦੇਖ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਫੈਲੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਸਟੇਜਿੰਗ

ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪੱਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਇਕ ਸਟੇਜ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਟੇਜ ਰਸੋਲੀ ਦੇ ਆਕਾਰ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਕੈਂਸਰ ਉਸ ਥਾਂ ਤੋਂ ਅਗਾਂਹ ਫੈਲੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਵਧਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਸੀ।

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਪੰਜ ਸਟੇਜਾਂ ਹਨ।

ਸਟੇਜ	ਵਰਣਨ
0	ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਸੈੱਲ ਸਿਰਫ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਪੁਰ ਅੰਦਰਲੀ ਤਹਿ ਵਿਚ ਲੱਭੇ ਹਨ। ਸਟੇਜ 0 ਨੂੰ ਕਾਰਸੀਨੋਮਾ <i>ਇਨ ਸੀਟੂ</i> ਵੀ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
1	ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਪੁਰ ਅੰਦਰਲੀ ਤਹਿ ਤੋਂ, ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦੀ ਅਗਲੀ ਤਹਿ ਤੱਕ ਫੈਲ ਗਈ ਹੈ।
2	ਕੈਂਸਰ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀਆਂ ਡੂੰਘੀਆਂ ਤਹਿਆਂ ਤੱਕ ਜਾਂ ਨੇੜੇ ਦੀਆਂ ਲਸੀਕਾ ਗਿਲਟੀਆਂ (ਲਿੰਫ ਨੋਡਜ਼) ਤੱਕ ਫੈਲ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਫੈਲੀ।
3	ਕੈਂਸਰ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋਰ ਡੂੰਘੀ ਫੈਲ ਗਈ ਹੈ ਜਾਂ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਜਾਂ ਲਸੀਕਾ ਗਿਲਟੀਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਰ ਦੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਫੈਲੀ।
4	ਕੈਂਸਰ ਲਸੀਕਾ ਗਿਲਟੀਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਫੈਲ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਿਗਰ, ਫੇਫੜੇ, ਦਿਮਾਗ ਜਾਂ ਹੱਡੀਆਂ।

ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਟੇਜ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਇਲਾਜ ਬਿਹਤਰ ਹੋਣਗੇ, ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਕਿਸਮ ਅਤੇ ਸਟੇਜ ਉੱਪਰ ਵਿਚਾਰ ਕਰੇਗੀ। ਇਲਾਜ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਰਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰੋਗੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਜਾਂ ਫਿਕਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਇਲਾਜ ਹਰ ਇਕ 'ਤੇ ਵੱਖਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਭਵਿੱਖਬਾਣੀ ਕਰਨੀ ਔਖੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਕਿਹੜੇ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਹੋਣਗੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਹਰ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੌਰਨ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹੜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ 'ਤੇ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਅਜਿਹੇ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਜਾਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਸੀ ਰੱਖੀ ਤਾਂ ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਮਰੀਜ਼ ਅਕਸਰ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਾਂ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ, ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਅਕਸਰ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਰੱਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਰੋਕੇ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਖੁਲ੍ਹ ਕੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫਿਕਰ ਦੱਸੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ। ਉਹ ਅਜਿਹੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਚੈੱਕਅੱਪ ਕਰਵਾਉ

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕੁਝ ਇਲਾਜ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣਾ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਲੋੜੀਂਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਇਲਾਜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇਲਾਜ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਰਜਰੀ: ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਇਕ ਆਮ ਇਲਾਜ ਹੈ। ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਇਸ ਚੀਜ਼ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰਸੋਲੀ ਕਿੱਡੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿੱਥੇ ਹੈ। ਸਰਜਰੀ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਕੇ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਇਕ ਹਫਤਾ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਰਹੋਗੇ।

ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਵੱਖਰੀਆਂ ਵੱਖਰੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ। ਸਾਰੀ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਜਾਂ ਇਸ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਨੂੰ *ਈਸੋਫੇਗੈਕਟੋਮੀ* ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿੰਨੀ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਕੱਢਣੀ ਹੈ, ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਟੇਜ, ਰਸੋਲੀ ਦੇ ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਇਸ ਚੀਜ਼ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਕੈਂਸਰ ਫੈਲੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਸਰਜਨ, ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਵਿਚਲੀ ਰਸੋਲੀ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਉਪਰਲੇ ਅਤੇ ਹੇਠਲੇ ਕੁਝ ਤੰਦਰੁਸਤ ਟਿਸੂ ਕੱਢ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਵੇਲੇ ਨੇੜੇ ਦੀਆਂ ਲਸੀਕਾ ਗਿਲਟੀਆਂ (ਲਿੰਫ ਨੋਡਜ਼) ਵੀ ਕੱਢੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਸਾਰਾ ਮਿਅਦਾ ਜਾਂ ਉਸ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਮਿਅਦੇ ਦਾ ਸਿਰਫ ਉਪਰਲਾ ਹਿੱਸਾ ਕੱਢਿਆ ਜਾਣਾ ਹੈ ਸਰਜਨ ਪੇਟ ਨੂੰ ਉਪਰ ਨੂੰ ਖਿੱਚ ਕੇ ਬਚਦੇ ਮਿਅਦੇ ਨੂੰ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹਿੱਸੇ ਨਾਲ ਜੋੜ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਮਿਅਦੇ ਨੂੰ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੇ ਬਚਦੇ ਹਿੱਸੇ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਸੰਭਵ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਕ ਨਵੀਂ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਇਕ ਹਿੱਸਾ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਜੇ ਰਸੋਲੀ ਕੱਢੀ ਨਾ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਇਹ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਰਹੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਕ ਖੋਖਲੀ ਟਿਊਬ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਟੈਂਟ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਨੂੰ ਖੁਲ੍ਹੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਸ ਵਿਚ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਨਿਗਲਣਾ ਸੌਖਾ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਕੁਝ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਚਿੱਤ ਕੱਚਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਦਾ ਸੁਆਦ ਬੇਸੁਆਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਆਰਜ਼ੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਰਿਕਵਰੀ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- **ਸਾਹ ਲੈਣਾ** : ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ (ਸਾਹ ਦਵਾਉ ਯੰਤਰ) ਉੱਪਰ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਅਤੇ ਖੰਘਣ ਦੀਆਂ ਖਾਸ ਕਸਰਤਾਂ ਸਿਖਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- **ਨਿਕਾਸ** : ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੁਆਲੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰਲ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਟਿਊਬਾਂ ਪਾਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।
- **ਖਾਣਾ** : ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿਗਲਣ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਟੈਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿੱਥੇ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਮਿਅਦੇ ਨਾਲ ਜੋੜੀ ਗਈ ਸੀ, ਉਹ ਥਾਂ ਠੀਕ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਖਾਣ ਅਤੇ ਪੀਣ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ, ਓਨਾ ਚਿਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਰਲ ਅਤੇ ਖੁਰਾਕੀ ਤੱਤ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਖੂਨ ਦੀ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਇੰਟਰਵੀਨਸ (ਆਈ ਵੀ) ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨੱਕ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਢਿੱਡ ਵਿਚ ਖਾਣਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਟਿਊਬ ਲਗਾਈ ਜਾਵੇਗੀ। ਪੀਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਨਰਮ ਖਾਣੇ ਖਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਨੂੰ ਕੁਝ ਦਿਨ ਲੱਗ ਜਾਣਗੇ।

ਕੀਮੋਥੇਰੇਪੀ: ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਥਾਂ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਅਤੇ ਕੀਮੋਥੇਰੇਪੀ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਐਕਸਟਰਨਲ ਬੀਮ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਵਿਚ, ਕਿਰਨਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਰਸੋਲੀ 'ਤੇ ਪਾਉਣ ਲਈ ਇਕ ਵੱਡੀ ਮਸ਼ੀਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਕਿਰਨਾਂ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀ ਹੈ - ਠੀਕ ਸੈੱਲਾਂ ਅਤੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ। ਕੀਮੋਥੇਰੇਪੀ ਗੋਲੀਆਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਜਾਂ ਟੀਕੇ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੀਮੋਥੇਰੇਪੀ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਵਧਣ ਅਤੇ ਫੈਲਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਿਚ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਤੰਦਰੁਸਤ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਉਦੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਕੀਮੋਥੇਰੇਪੀ ਅਤੇ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਨਾਲ ਇਕੋ ਸਮੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਸੰਘ ਵਿਚ ਜਲਣ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਸੁੱਕ ਅਤੇ ਦੁਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਨਿਗਲਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਨੌਰਮਲ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਟ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਨੌਰਮਲ ਸੈੱਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰ ਲੈਣਗੇ। ਕੀਮੋਥੇਰੇਪੀ ਨਾਲ ਚਿੱਤ ਕੱਚਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਲਟੀਆਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਭੁੱਖ ਮਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਥਕੇਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਟੱਟੀਆਂ ਲੱਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਲਿਨੀਕਲ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਟਰਾਇਲਜ਼: ਕਲਿਨੀਕਲ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਟਰਾਇਲਜ਼, ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਨਵੇਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਖੋਜ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਵੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ, ਇਲਾਜ ਦੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮੌਜੂਦ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਸੁਮੇਲ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਇਹ ਤਜਰਬੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ, ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਪੂਰੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਕਲਿਨੀਕਲ ਟਰਾਇਲ ਹੈ ਜਿਹੜਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਚੋਣ ਵਜੋਂ ਢੁਕਵਾਂ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਹੋਰ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਫਾਇਦਾ ਹੋਵੇ।

ਸਹਾਇਕ ਇਲਾਜ: ਸਮਾਧੀ ਜਾਂ ਸੂਖਮ ਛੂਹ ਵਰਗੇ ਸਹਾਇਕ ਇਲਾਜਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰਵਾਇਤੀ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਮਝਣ ਲਈ ਹੋਰ ਖੋਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਇਲਾਜ ਅਸਰਦਾਰ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਥਾਂ ਰਵਾਇਤੀ ਚੀਨੀ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਖਾਸ ਖੁਰਾਕਾਂ ਵਰਗੇ ਬਦਲਵੇਂ ਇਲਾਜਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬਦਲਵੇਂ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਾਂ ਅਸਰਦਾਰ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਟੈੱਸਟ ਨਹੀਂ ਹੋਏ। ਇਹ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਗੇ ਜਾਂ ਕੀ ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨਗੇ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਸਹਾਇਕ ਜਾਂ ਬਦਲਵੇਂ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਵੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇਲਾਜ ਟੈੱਸਟਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਜਾਂ ਬਾਕਾਇਦਾ ਇਲਾਜਾਂ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੈਰਵੀ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸੰਭਾਲ, ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਬਾਰੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਪੈਰਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਦੇ ਕਿਸੇ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਵਲੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਅਜਿਹਾ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪੈਰਵੀ ਲਈ ਆਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸਾਲ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਅਕਸਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਘੱਟ ਵਾਰੀ। ਇਲਾਜ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਨਵੇਂ

ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਨਾ ਹਟਣ ਵਾਲੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਬਣੀ ਹੋਈ ਅਗਲੀ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦਾ ਮੁੱਕਣਾ ਰਲਵੇਂ ਮਿਲਵੇਂ ਜਜ਼ਬਾਤ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਲਾਜ ਮੁੱਕ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਮ ਕੰਮਕਾਜ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਂਘ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਫਿਕਰਮੰਦ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਫਿਕਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਸ ਤਬਦੀਲੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ।

ਤੰਦਰੁਸਤ ਖੁਰਾਕ ਖਾਂਦੇ ਰਹਿਣਾ: ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਖਾਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਨ ਭਰ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਵੱਡੇ ਖਾਣੇ ਖਾਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਈ ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਖਾਣੇ ਅਤੇ ਸਨੈਕ ਖਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਚੰਗਾ ਖਾਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਟਦੇ ਭਾਰ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਤਾਕਤ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਕੈਲਰੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਮਿਲਦੇ ਰਹਿਣ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਾਣ ਵਿਚ ਔਖ ਆ ਰਹੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਡਾਇਟੀਸ਼ਨ ਜਾਂ ਖੁਰਾਕ-ਮਾਹਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖੁਰਾਕ ਕਿਵੇਂ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣੀ ਹੈ।

ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ

ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਮਦਦ ਦੇ ਕਈ ਵਸੀਲੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਮਲੀ ਮਦਦ ਜਾਂ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿਚਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਸੈਂਟਰ ਦੇ ਸਟਾਫ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮਾਹਰਾਂ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤ: ਤੁਹਾਡੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਲੋਕ ਬਹੁਤ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰੋ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਕਹੇ "ਮੈਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰਾਂ" ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਘਰ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਖਾਣਾ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫਤਰ ਤੱਕ ਜਾਣ ਲਈ ਰਾਇਡ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਮਦਦ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗਾ ਤਜਰਬਾ ਹੋਇਆ ਹੈ: ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਗਰੁੱਪ ਕੋਲ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਜਾਂ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਏ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸਿੱਧੀ, ਫੋਨ 'ਤੇ ਜਾਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਵਰਗਾ ਤਜਰਬੇ ਰੱਖਦੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਕੇ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਸਭ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ: ਆਸਵੰਦ ਰਹਿਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਆਸਵੰਦ ਰਹਿਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਚੰਗੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿਣਾ ਹੈ - ਅਤੇ ਹਰ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਆਪਣੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਖੁਸ਼ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸੰਨ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਔਖਿਆਈਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੋਚਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਅਜਿਹੀਆਂ ਆਰਾਮਦੇਹ, ਆਨੰਦਮਈ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਲੱਭ ਕੇ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਮਾਗੀ, ਰੂਹਾਨੀ ਅਤੇ ਜਿਸਮਾਨੀ ਤਾਜ਼ਗੀ ਦੇਣ।

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕੈਂਸਰ ਸੁਸਾਇਟੀ

ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ

ਹੁਣ ਜਦ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਮੁਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਵੋ। ਖੁਰਾਕ ਨਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕੈਂਸਰ ਸੁਸਾਇਟੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਸਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਹਨ।

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕੈਂਸਰ ਸੁਸਾਇਟੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ:

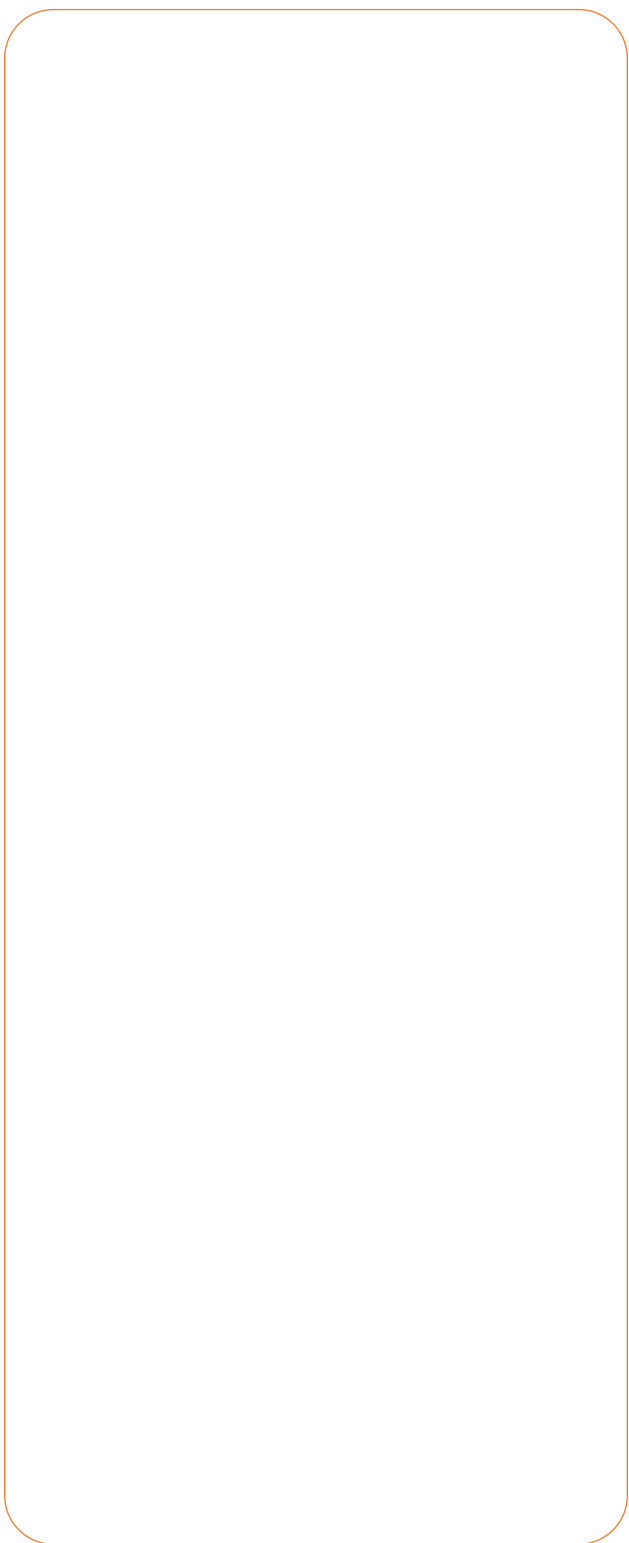
- ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਸਾਡੇ ਕਿਸੇ ਮਾਹਰ ਨੂੰ, ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਤੱਕ ਸਵੇਰ ਦੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸ਼ਾਮ ਦੇ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ

1 888 939-3333 'ਤੇ

ਮੁਫਤ ਫੋਨ ਕਰੋ।



- ਸਾਨੂੰ **info@cis.cancer.ca** 'ਤੇ ਈ-ਮੇਲ ਕਰੋ।
- **www.cancer.ca** 'ਤੇ ਸਾਡਾ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ।
- ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕੈਂਸਰ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੇ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਦਫਤਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।



ਅਸੀਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ

ਸਾਡੇ ਵਾਲੰਟੀਅਰਾਂ ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਕੰਮ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਦਾਨੀਆਂ ਦੀ ਖੁੱਲ੍ਹਦਿਲੀ ਦੀ ਮਿਹਰਬਾਨੀ ਨਾਲ, ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕੈਂਸਰ ਸੁਸਾਇਟੀ, ਕੈਂਸਰ ਖਿਲਾਫ ਲੜਾਈ ਵਿਚ ਅਗਵਾਈ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕੈਂਸਰ ਸੁਸਾਇਟੀ:

- ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ ਕੈਂਸਰ 'ਤੇ ਵਧੀਆ ਖੋਜ ਲਈ ਫੰਡ ਦਿੰਦੀ ਹੈ
- ਸਿਹਤਮੰਦ ਜਨਤਕ ਨੀਤੀ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰਦੀ ਹੈ
- ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖਤਰਾ ਘਟਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿੰਦੀ ਹੈ
- ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ
- ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ

ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਸਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤਾਜ਼ੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਜਾਂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।



Canadian Cancer Society
Société canadienne du cancer

ਆਉ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਚੀਜ਼ ਬਣਾਈਏ
1 888 939-3333 | www.cancer.ca

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕੈਂਸਰ ਸੁਸਾਇਟੀ ਵਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਇਹ ਕੇਵਲ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮੰਤਵ ਕਿਸੇ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੀ ਥਾਂ ਲੈਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਇਸ ਲਿਖਤ ਵਿਚਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਬਿਨਾਂ ਆਗਿਆ ਤੋਂ ਕਾਪੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਇਹ ਮੁੜ ਕੇ ਛਾਪੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ; ਪਰ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤਾ ਹਵਾਲਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ: *Understanding your diagnosis*. Canadian Cancer Society 2008