

ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਇਲਾਜਾਂ ਬਾਰੇ ਹੈ।

ਕੋਈ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਸ਼ਬਦ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਲਕੀਰ ਪਈ ਹੋਈ ਹੈ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਅੰਤ ਤੇ ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਕਰ ਰਹੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੇਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ 8 ਵਜੇ ਤਕ **0808 808 00 00** ਤੇ ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸੁਪੋਰਟ (Macmillan Cancer Support) ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਦੁਬਾਸ਼ੀਏ ਹਨ, ਇਸਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਿਰਫ ਸਾਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕੈਂਸਰਾਂ, ਇਲਾਜਾਂ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨਾਲ ਜਿੰਦਗੀ ਜਿਉਣ ਬਾਰੇ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਓ macmillan.org.uk/translations ਜਾਂ ਇਸ ਨੰਬਰ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ **0808 808 00 00**.

ਇਸ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ:

- ਅੰਤੜੀ
- ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ
- ਇਲਾਜ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ
- ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਸਵਾਲ
- ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਇਲਾਜ
- ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ
- ਫੋਲੋ-ਅਪ (ਅੱਗੇ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ)
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ
- ਮੈਕਮਿਲਨ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ
- ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

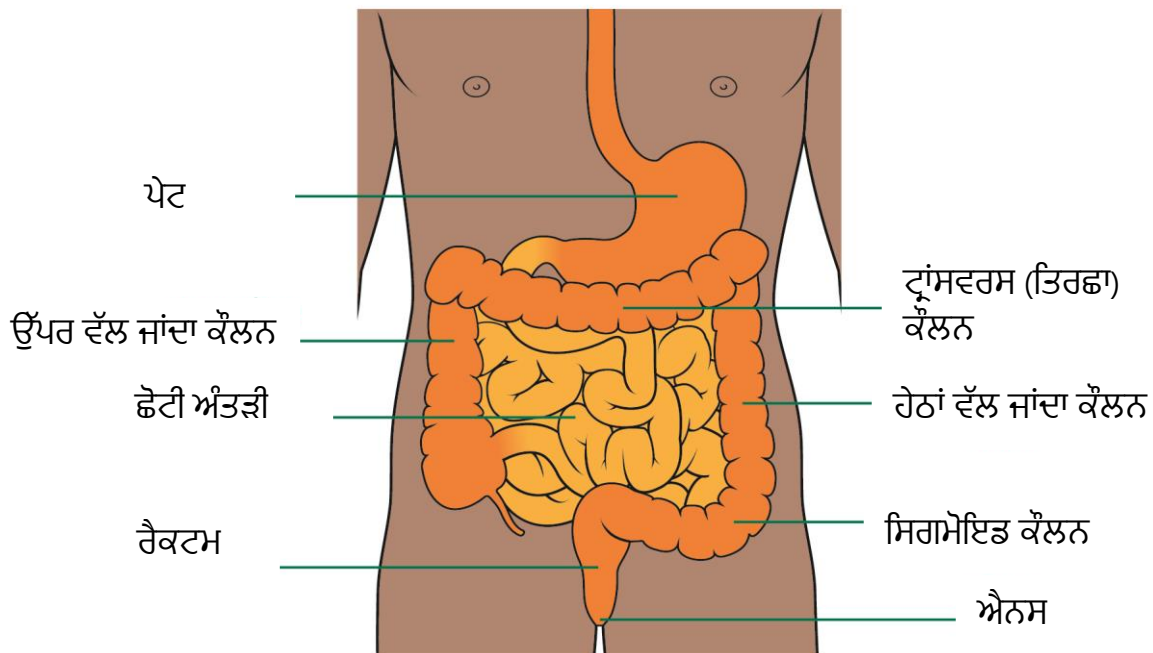
ਅੰਤੜੀ

ਅੰਤੜੀ ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ, ਜੋ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਵਿਭਾਜਿਤ ਕਰਦੀ ਅਤੇ ਸੋਖ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਸਰੀਰ ਇਸਨੂੰ ਵਰਤ ਸਕੇ। ਇਸਦੇ ਦੋ ਭਾਗ ਹਨ, ਛੋਟੀ ਅੰਤੜੀ ਅਤੇ ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ।

ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸੇ ਹਨ। ਇਹ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ:

- ਕੋਲਨ (ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਹੇਠਲਾ ਹਿੱਸਾ)
- ਰੈਕਟਮ (ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਸਿਰਾ ਜੋ ਗੁਦਾ ਵਿੱਚ ਖੁਲ੍ਹਦਾ ਹੈ)
- ਐਨਸ (ਮਲ ਦੁਆਰ)।

ਅੰਤੜੀ



ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ

ਕੈਂਸਰ, ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਦੋ ਮੁੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ:

- ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ
- ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ।

ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਛੋਟੀ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਐਨਸ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੈਂਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਹਿੱਸੇ ਛੋਟੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅੰਤੜੀ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਬੇਕਾਬੂ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਕੇ ਟਿਊਮਰ ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਗੰਢ ਦਾ ਰੂਪ ਲੈ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੈਂਸਰ, ਅੰਤੜੀ ਦੀ ਸਤ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕਈ ਵਾਰ, ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਖੂਨ ਅਤੇ ਲਿੰਫੈਟਿਕ ਸਿਸਟਮ ਰਾਹੀਂ ਲੰਘ ਕੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸਨੂੰ ਸੈਕੰਡਰੀ (ਗੌਣ) ਕੈਂਸਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਸੰਕ੍ਰਾਮਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਤਕ ਨਹੀਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ।

ਪੰਨਾ 2 ਕੁੱਲ 13 ਮੈਕਮਿਲਨ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ 2017: ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ

ਅੰਤੜੀ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਅ ਅਤੇ ਗ੍ਰੇਡ

- ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਅ ਤੋਂ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿੰਨਾ ਵੱਡਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।
- ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਗ੍ਰੇਡ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਕਿੰਨੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਇਲਾਜ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰੇਗੀ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਣਗੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਕੁਝ ਕਾਰਕਾਂ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਅ ਅਤੇ ਗ੍ਰੇਡ
- ਤੁਹਾਡੀ ਸਧਾਰਨ ਸਿਹਤ
- ਇਲਾਜ ਦੇ ਲਾਭ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ
- ਤੁਸੀਂ ਉਪਲਬਧ ਇਲਾਜਾਂ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ

ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝ ਸਕੋ ਕਿ ਇਸਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਫਾਰਮ ਦੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋਏ ਹੋ। ਇਸਨੂੰ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਦੇਣਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤਕ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ ਜਦੋਂ ਤਕ ਤੁਸੀਂ ਇਸਲਈ ਸਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਲੈ ਜਾਣਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ ਜੋ ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ। ਜਾਂ ਫਿਰ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਸਵਾਲ

- ਮੇਰੀ ਰੋਗ-ਪਛਾਣ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?
- ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਅ ਅਤੇ ਗ੍ਰੇਡ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?
- ਕਿਹੜੇ ਇਲਾਜ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?
- ਹਰੇਕ ਇਲਾਜ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ, ਜੋਖਮ ਅਤੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਨ?
- ਇਲਾਜ ਦਾ ਮੇਰੇ ਦੈਨਿਕ ਜੀਵਨ ਉੱਤੇ ਕੀ ਅਸਰ ਪਏਗਾ?
- ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਕਿਸਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨਾਲ ਰੋਗ-ਪਛਾਣ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਇਲਾਜ

ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਇਲਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਆਪਰੇਸ਼ਨ (ਸਰਜਰੀ)
- ਦਵਾਈਆਂ (ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਜਾਂ ਨਿਯਤ ਥੈਰੇਪੀ)
- ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ

ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵਧ ਕਿਸਮ ਦੇ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਜਾਂ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ। ਕੋਲਨ ਜਾਂ ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੇ ਇਲਾਜ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਪਰੇਸ਼ਨ

ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਆਪਰੇਸ਼ਨ (ਸਰਜਰੀ), ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਇਲਾਜ ਹੈ।

ਕਈ ਵਾਰ, ਵਧੇਰੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ-ਪੜਾਅ ਦੇ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਨੂੰ, ਲੋਕਲ ਰਿਸੈਕਸ਼ਨ ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਨਾਲ ਕੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਡਾਕਟਰ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਲਈ, ਐਨਸ (ਮਲ-ਦੁਆਰ) ਤੋਂ ਲੰਘਾ ਕੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਰਜਿਕਲ ਉਪਕਰਨਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ।

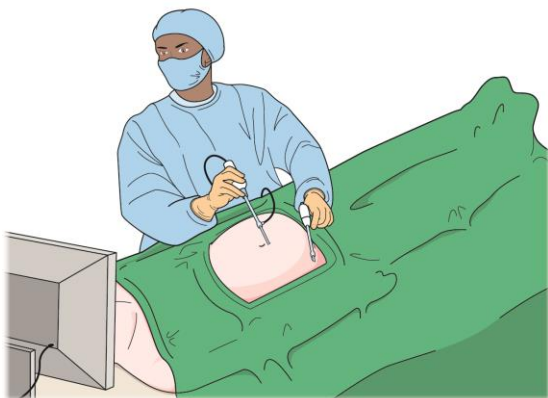
ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ, ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਕਢਵਾਉਣ ਲਈ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਕਰਵਾਉਣਗੇ। ਡਾਕਟਰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸਥਿਤ ਕੁਝ ਲਿੰਫ ਨੋਡਸ ਵੀ ਕੱਢੇਗਾ। ਲਿੰਫ ਨੋਡਸ ਅਕਸਰ ਉੱਥੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਕੈਂਸਰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਕਰਾ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਓਪਨ ਸਰਜਰੀ
- ਕੀਰੋਲ (ਲੈਪਾਰੋਸਕੋਪਿਕ) ਸਰਜਰੀ।

ਓਪਨ ਸਰਜਰੀ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸਰਜਨ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਚੀਰਾ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਕੀਰੋਲ ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਸਰਜਨ 4 ਜਾਂ 5 ਛੋਟੇ ਚੀਰੇ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਰਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਸਰਜਿਕਲ ਉਪਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਪਾ ਕੇ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਕੱਢਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਓਪਨ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਕੀਰੋਲ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਛੋਟੀ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ।

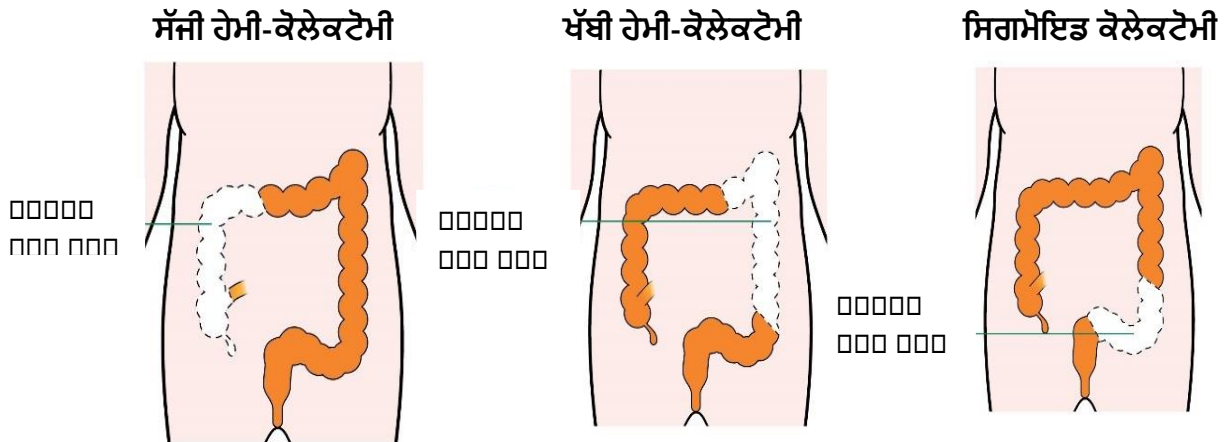
ਸਰਜਨ ਕੀਰੋਲ (ਲੈਪਾਰੋਸਕੋਪਿਕ) ਸਰਜਰੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ



ਕੌਲਨ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

- **ਹੇਮੀ-ਕੋਲੋਕਟੋਮੀ** – ਅੱਧਾ ਕੌਲਨ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ, ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਸੱਜੇ ਜਾਂ ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- **ਸਿਗਮੋਇਡ ਕੋਲੋਕਟੋਮੀ** – ਸਿਗਮੋਇਡ ਕੌਲਨ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਉਸ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿੱਥੇ ਕੈਂਸਰ ਹੈ, ਸਰਜਨ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਦੋਵੇਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਜੋੜਦਾ ਹੈ।



ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਸਾਰੇ ਕੌਲਨ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਟੋਟਲ ਕੋਲੋਕਟੋਮੀ (ਸਾਰਾ ਕੌਲਨ ਕੱਢਣਾ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

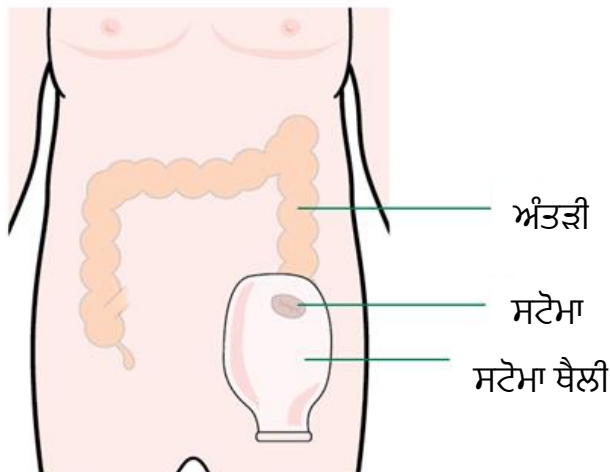
ਸਟੋਮਸ

ਜੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਸਿਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਜੋੜਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਤਾਂ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਪੇਟ (ਉਦਰ) ਉੱਤੇ ਬਾਹਰ ਲਿਆਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਓਪਨਿੰਗ (ਰਸਤੇ) ਨੂੰ ਸਟੋਮਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

- ਜੇ ਸਟੋਮਾ, ਕੌਲਨ ਤੋਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਕੋਲੋਸਟੋਮੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਸਟੋਮਾ, ਛੋਟੀ ਅੰਤੜੀ (ਇਲਿਅਮ) ਤੋਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਇਲਿਓਸਟੋਮੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਮਲ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਟੋਮਾ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਥੈਲੀ ਪਹਿਣਦੇ ਹੋ।

ਸਟੋਮਾ ਅਤੇ ਸਟੋਮਾ ਥੈਲੀ



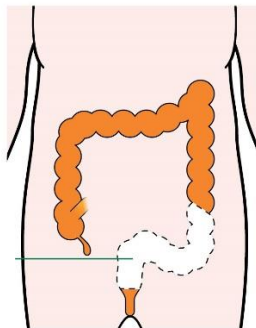
ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੀ ਪਾਓ, ਤਾਂ ਜੋ ਅੰਤੜੀ ਨੂੰ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏ। ਪਰ ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਟੋਮਾ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਖਾਏਗੀ ਕਿ ਸਟੋਮਾ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਏਗੀ।

ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

ਐਂਟੀਰੀਅਰ ਰਿਸੈਕਸ਼ਨ – ਡਾਕਟਰ ਪੂਰਾ ਰੈਕਟਮ ਕੱਢ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਚਰਬੀ ਤੰਤੂ ਅਤੇ ਲਿੰਫ ਨੋਡਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

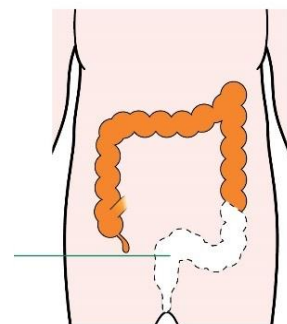
ਐਬਡੋਮਿਨੋ-ਪੇਰੀਨਿਅਲ ਰਿਸੈਕਸ਼ਨ – ਇਸਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਰੈਕਟਮ ਦੇ ਨਿਚਲੇ ਸਿਰੇ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਡਾਕਟਰ ਰੈਕਟਮ ਅਤੇ ਐਨਸ ਕੱਢ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਥਾਈ ਸਟੋਮਾ ਹੋ ਜਾਏਗਾ।

ਐਂਟੀਰੀਅਰ ਰਿਸੈਕਸ਼ਨ



ਕੱਢਿਆ ਗਿਆ ਭਾਗ

ਐਬਡੋਮਿਨੋ-ਪੇਰੀਨਿਅਲ ਰਿਸੈਕਸ਼ਨ

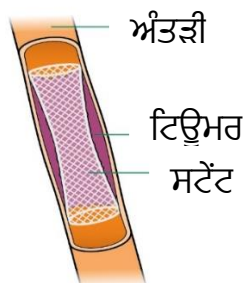


ਕੱਢਿਆ ਗਿਆ ਭਾਗ

ਅਜਿਹੇ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਜੋ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ

ਕਈ ਵਾਰੀ, ਕੌਲਨ ਕੈਂਸਰ ਅੰਤੜੀ ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਹੋ ਕੇ ਮਲ ਜਾਣ ਨੂੰ ਰੋਕ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਕਾਰਨ ਪੇਟ ਦਰਦ ਅਤੇ ਉਲਟੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਡਾਕਟਰ, ਅੰਤੜੀ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਪਤਲੀ ਨਲੀ (ਸਟੇਂਟ) ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਮੁਮਕਿਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਨਾਲ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਉਸ ਬਲਾਕ ਹੋਏ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਕੱਢ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਜਿਸਦੇ ਅੰਦਰ ਸਟੇਂਟ ਹੈ



ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਸ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਸਰਜਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਲਿਵਰ ਜਾਂ ਫੇਫੜੇ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਸਰਜਰੀ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕੈਂਸਰ-ਰੋਧੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

- ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ
- ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਜੋ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ - ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਸੁੰਘਾੜਣ ਲਈ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ
- ਫੈਲ ਚੁੱਕੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮੁੱਖ ਇਲਾਜ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਅਜਿਹੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਸਦੇ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਅਸੁਖਮ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧ ਜਾਣੀ
- ਥਕੇਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ
- ਮਤਲੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ
- ਮੂੰਹ ਦੁਖਣਾ
- ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਝੜਣਾ।

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾੜੇ-ਪ੍ਰਭਾਵ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਪੂਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਉੱਚ-ਊਰਜਾ ਐਕਸ-ਰੇ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਨਹੀਂ ਹੋਏਗੀ ਪਰ ਇਹ ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰਾਂ ਲਈ ਆਮ ਇਲਾਜ ਹੈ।

ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਛੋਟਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕੱਢਣ ਲਈ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ, ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਵਾਪਸ ਹੋ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵੀ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਦੇ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਹੋਏਗਾ।

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਅਜਿਹੀ ਕੋਈ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਅੰਦਰ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ।

ਜੇ ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਵਾਪਸ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਛੋਟਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਰਦ ਜਿਹੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਪੰਨਾ 7 ਕੁੱਲ 13 ਮੈਕਮਿਲਨ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ 2017: ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ

ਕੀਮੇਰੇਡੀਏਸ਼ਨ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕੀਮੇਥੈਰੇਪੀ ਅਤੇ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੋਵੇਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸਨੂੰ ਕੀਮੇਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਕੱਲੀ ਕੀਮੇਥੈਰੇਪੀ ਜਾਂ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਤੋਂ ਬੇਹਤਰ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਸਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਹੁਤ ਬੁਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਟੀਚੇ ਵਾਲੀਆਂ (ਜੈਵਿਕ) ਥੈਰੇਪੀਆਂ

ਟੀਚੇ ਵਾਲੀਆਂ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਧਾਰਨ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਚਲੇ ਅੰਤਰਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾਵੇ। ਇਸਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ, ਫੈਲ ਚੁੱਕੇ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਥਕੇਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ
- ਖੁਸ਼ਕ ਤਵਚਾ ਜਾਂ ਚਟਾਕ
- ਦਸਤ
- ਫਲੂ ਦੇ ਲੱਛਣ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਇਲਾਜ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਣ ਤੇ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਸਾਡੇ ਕੋਲ, ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸਧਾਰਨ ਇਲਾਜ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹੇਠਾਂ ਕੁਝ ਹੋਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਅੰਤੜੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ

ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਤੜੀ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵੱਖਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਦਸਤ ਲੱਗਣੇ
- ਵਧ ਵਾਰ ਸ਼ੋਚ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਣੀ
- ਜਦੋਂ ਮਲ ਤਿਆਗਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਏ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੇਤਾਵਨੀ ਨਾ ਮਿਲਣਾ
- ਚਿੱਤੜਾਂ ਦਾ ਦੁਖਣਾ।

ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸਮਾਂ ਬੀਤਣ ਦੇ ਨਾਲ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਇਹ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਉਹ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੀ ਤਵਚਾ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ

ਪਤਲੇ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਵਰਗੇ ਮਲ ਆਉਣ ਤੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਚਿੱਤੜਾਂ ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੀ ਤਵਚਾ ਦੁਖ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਸੁਝਾਅ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਆਪਣੇ ਐਨਸ (ਪਿਛਲੇ ਰਸਤੇ) ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੀ ਤਵਚਾ ਨੂੰ ਸਾਫ ਅਤੇ ਸੁੱਕੀ ਰੱਖੋ।
- ਬਗੈਰ-ਖੁਸ਼ਬੂ ਵਾਲੇ ਗਿੱਲੇ ਪੂੰਝਿਆਂ (ਵਾਇਪਸ) ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਟੋਇਲਟ ਪੇਪਰ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਤੁਹਾਡੀ ਤਵਚਾ ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਨਰਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਆਪਣੀ ਤਵਚਾ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਬੈਰਿਅਰ ਕ੍ਰੀਮਾਂ ਵਰਤੋ - ਪਰ ਸਿਰਫ ਓਹੀ ਕ੍ਰੀਮਾਂ ਵਰਤੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਨਰਸ ਨੇ ਦੱਸੀਆਂ ਹਨ।
- ਆਪਣੀ ਤਵਚਾ ਨੂੰ ਸੁੱਕੀ ਅਤੇ ਠੰਡੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸੂਤੀ ਕੱਛੇ ਪਾਓ।

ਆਹਾਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ

ਕਈ ਵਾਰ ਫਲਾਂ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਜਿਹੇ ਭੋਜਨ ਤੁਹਾਡੇ ਮਲ ਨੂੰ ਪਤਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਸਦੇ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧ ਵਾਰ ਸ਼ੋਚ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਡਾਇਰੀ ਵਿੱਚ ਇਹ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਣਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਖਾਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਉੱਤੇ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ, ਕਿਹੜੇ ਭੋਜਨ ਖਾਣੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਹੜੇ ਛੱਡਣੇ ਹਨ, ਚੁਣਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਾਣ ਦਾ ਦਿਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਤਾਂ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 1-2 ਵੱਡੇ ਭੋਜਨ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਈ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਭੋਜਨ ਕਰਨਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕੁਝ ਖਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਚਿੰਤਾ

ਬੇਚੈਨ ਜਾਂ ਚਿੰਤਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਲਾ ਮਲ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਰਾਮ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਇਹ ਸਿੱਖਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਤੜੀ ਨੂੰ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਸਧਾਰਨ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਲਈ ਹੀ ਵਧੀਆ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਟੋਮਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਸਥਾਈ ਜਾਂ ਸਥਾਈ ਸਟੋਮਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਸਮਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ। ਸਟੋਮਾ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦਗਾਰ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਸਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਖਾਏਗੀ ਕਿ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸਟੋਮਾ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਮੈਕਮਿਲਨ ਟੋਇਲਟ ਕਾਰਡ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ੋਚ ਜਾਣ ਦੀ ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਮਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬਾਹਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁਫਤ ਮੈਕਮਿਲਨ ਟੋਇਲਟ ਕਾਰਡ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਾਸ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਦੁਕਾਨਾਂ, ਦਫਤਰਾਂ ਅਤੇ ਕੈਫੇਟੇਰੀਆਂ ਜਿਹੇ ਸਥਾਨਾਂ ਤੇ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ੋਚ ਜਾਣ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਹਰ ਥਾਂ ਤੇ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰੇ।

ਤੁਸੀਂ **0808 808 00 00** ਤੇ ਸਾਡੀ ਮੈਕਮਿਲਨ ਸੁਪੋਰਟ ਲਾਈਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਇਸਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਾਂ, ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਈਟ **be.macmillan.org.uk** ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਇਸਨੂੰ ਆਰਡਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਅਸਮਰੱਥ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਬਣੇ ਸ਼ੋਚਾਲੇ ਦਾ ਵੀ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਸ਼ ਬੇਸਿਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕੱਪੜੇ ਬਦਲਣ ਦੀ ਥਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਸਮਰੱਥ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਬਣੇ ਸ਼ੋਚਾਲੇ ਕਈ ਵਾਰ ਤਾਲਾ-ਬੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਸਦੀ ਚਾਬੀ ਡਿਸਐਬਿਲਿਟੀ ਰਾਈਟਸ ਯੂਕੇ ਤੋਂ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਫੋਲੋ-ਅਪ (ਅੱਗੇ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ)

ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਯਮਿਤ ਮੁਆਇਨੇ ਅਤੇ ਜਾਂਚਾਂ ਹੋਣਗੀਆਂ। ਇਹ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤਕ ਜਾਰੀ ਰਹਿ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਣਗੀਆਂ।

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਘਬਰਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦਾ ਕੋਈ ਸਹੀ ਜਾਂ ਗਲਤ ਤਰੀਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਨ ਦੇ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਦੇਸਤ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਕਮਿਲਨ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਮੈਕਮਿਲਨ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਥੋਂ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- **ਮੈਕਮਿਲਨ ਸੁਪੋਰਟ ਲਾਈਨ (0808 808 00 00)**। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਹਨ, ਇਸਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਿਰਫ ਸਾਨੂੰ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਅਸੀਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਫ਼ੋਨ ਲਾਈਨ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 8 ਵਜੇ ਤਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਹੈ।
- **ਮੈਕਮਿਲਨ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ (macmillan.org.uk)**। ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨਾਲ ਜਿਉਣ ਬਾਰੇ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਾਫੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਦੂਜੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ macmillan.org.uk/translations
- **ਜਾਣਕਾਰੀ ਕੇਂਦਰ**। ਜਾਣਕਾਰੀ ਕੇਂਦਰ ਵਿਖੇ, ਤੁਸੀਂ ਕੈਂਸਰ ਸੁਪੋਰਟ ਦੇ ਮਾਹਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਲਿਖਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਨੇੜਲੇ ਕੇਂਦਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ macmillan.org.uk/informationcentres ਜਾਂ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਇਸਦਾ ਕੇਂਦਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- **ਸਥਾਨਕ ਸਹਾਇਤਾ ਸਮੂਹ** – ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ macmillan.org.uk/supportgroups ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਨੇੜਲੇ ਸਮੂਹ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਜਾਂ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- **ਮੈਕਮਿਲਨ ਆਨਲਾਈਨ ਕਮਿਊਨਿਟੀ** – ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ macmillan.org.uk/community ਤੇ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ

Barrier cream	[ਬੈਰੀਅਰ ਕ੍ਰੀਮ]	ਬੈਰੀਅਰ ਕ੍ਰੀਮ	ਜਲਰੋਧੀ ਕ੍ਰੀਮ ਜੋ ਤਵਚਾ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਤਰਲਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ।
Cells	[ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ]	ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ	ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਬਿਲਡਿੰਗ ਬਲਾਕ ਜੋ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਉਤਕਾਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ।
Chemotherapy	[ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ]	ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ	ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਉਹ ਇਲਾਜ ਤੇ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਣ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।
Colostomy	[ਕੋਲੋਸਟੋਮੀ]	ਕੋਲੋਸਟੋਮੀ	ਕੋਲਨ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਸਟੋਮਾ।
Diagnosis	[ਰੋਗ-ਪਛਾਣ]	ਰੋਗ-ਪਛਾਣ	ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।
Diarrhoea	[ਦਸਤ]	ਦਸਤ	ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਲੀ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਵਰਗੀ ਟੱਟੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਧਾਰਨ ਨਾਲੋਂ ਵਧ ਵਾਰੀ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜਲਦੀ ਸ਼ੇਚ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਢਿੱਡ ਵਿੱਚ ਵੀ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
Early stage	[ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ]	ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ	ਕੈਂਸਰ ਜੋ ਹਾਲੇ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੀ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਫੈਲਿਆ ਹੈ।
Ileostomy	[ਇਲੀਓਸਟੋਮੀ]	ਈਲਿਓਸਟੋਮੀ	ਛੋਟੀ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਸਟੋਮਾ।
Ileum	[ਇਲੀਅਮ]	ਇਲੀਅਮ	ਛੋਟੀ ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਜੋ ਕੋਲਨ ਦੇ ਨਾਲ ਜੁੜਦਾ ਹੈ।
Lymphatic system	[ਲਿੰਫੈਟਿਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ]	ਲਿੰਫੈਟਿਕ (ਲਿੰਫੈਟਿਕ ਸਬੰਧੀ) ਪ੍ਰਣਾਲੀ	ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਵਾਹਿਣੀਆਂ ਅਤੇ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਨੈੱਟਵਰਕ ਜੋ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜ੍ਹਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।
Lymph node	[ਲਿੰਫ ਨੋਡ (ਲਿੰਫੈਟਿਕ ਗ੍ਰੰਥੀ)]	ਲਿੰਫ ਨੋਡ (ਲਿੰਫੈਟਿਕ ਗ੍ਰੰਥੀ)	ਉਹ ਗ੍ਰੰਥੀ ਜੋ ਲਿੰਫੈਟਿਕ ਸਿਸਟਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।
Radiotherapy	[ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ]	ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ	ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਉਹ ਇਲਾਜ ਤੇ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਣ ਲਈ ਉੱਚ-ਊਰਜਾ ਵਾਲੇ ਐਕਸ-ਰੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।
Side effects	[ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ]	ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ	ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਅਣਚਾਹੇ ਪ੍ਰਭਾਵ।
Stoma	[ਸਟੋਮਾ]	ਸਟੋਮਾ	ਸਰਜਨ ਦੁਆਰਾ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਜਾਣਾ।
Stoma nurse	[ਸਟੋਮਾ ਨਰਸ]	ਸਟੋਮਾ ਨਰਸ	ਨਰਸ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਖਾਏਗੀ ਕਿ ਸਟੋਮਾ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ।
Surgery	[ਸਰਜਰੀ]	ਸਰਜਰੀ	ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਕਰਵਾਉਣਾ।
Targeted therapy	[ਟੀਚੇ ਦੀ ਥੈਰੇਪੀ]	ਟੀਚੇ ਵਾਲੀ ਥੈਰੇਪੀ	ਦਵਾਈਆਂ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸਧਾਰਨ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।
Tumour	[ਟਿਊਮਰ]	ਟਿਊਮਰ	ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਜੋ ਅਸਧਾਰਨ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਫੈਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਅਸਧਾਰਨ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਵਧਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:

ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ	ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਜੁੜਣਾ
<ul style="list-style-type: none"> ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਫੇਫੜੇ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਕੈਂਸਰ <p>ਇਲਾਜ</p> <ul style="list-style-type: none"> ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਸਰਜਰੀ 	<ul style="list-style-type: none"> ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਰੋਗ-ਪਛਾਣ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ - ਇੱਕ ਤਤਕਾਲ ਪੁਸਤਿਕਾ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਜੀਵਨ ਦਾ ਅੰਤ ਆਰਥਿਕ ਸਹਾਇਤਾ - ਬੈਨੇਫਿਟਸ (ਫਾਇਦੇ) ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਥਕਾਵਟ (ਥਕੇਵਾਂ) ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ, ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਓ macmillan.org.uk/translations

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ

ਤੁਸੀਂ ਮੈਕਮਿਲਨ ਨੂੰ **0808 808 00 00** ਤੇ ਮੁਫਤ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਵਾਲਾਂ ਬਾਰੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਿਰਫ ਸਾਨੂੰ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਅਸੀਂ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 8 ਵਜੇ ਤਕ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਹਾਂ।

ਹਵਾਲੇ ਅਤੇ ਧੰਨਵਾਦ

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿਕਾਸ (Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development) ਦੀ ਟੀਮ ਦੁਆਰਾ ਲਿਖਿਆ ਅਤੇ ਸੰਸ਼ੋਧਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਹ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ, ਵਧੇਰੇ ਵਿਸਤ੍ਰੁਤ ਮੈਕਮਿਲਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ, ਜੋ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਨਲਾਈਨ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਧੇਰੇ ਵਿਸਤ੍ਰੁਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਸਬੰਧਤ ਮਾਹਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਸਾਡੇ ਮੁੱਖ ਚਿਕਿਤਸਕੀ ਸੰਪਾਦਕ ਡਾ. ਟਿਮ ਇਵੇਸਨ (Dr Tim Iveson), ਮੈਕਮਿਲਨ ਸਲਾਹਕਾਰ ਮੈਡੀਕਲ ਓਨਕੋਲੋਜਿਸਟ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਧੰਨਵਾਦ ਸਹਿਤ: ਕਿੰਬਰਲੇ ਬੋਨੇਟ, ਮੈਕਮਿਲਨ ਲੀਡ ਕਲੀਨਿਕਲ ਨਰਸ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ; ਕੈਥਰਿਨ ਹੇਅਰ, ਮੈਕਮਿਲਨ ਇਨਫਾਰਮੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਸੁਪੋਰਟ ਸੈਂਟਰ ਮੈਨੇਜਰ; ਅਤੇ ਐਲੀਨ ਰੋਇ, ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਨਰਸ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ। ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵੀ ਧੰਨਵਾਦ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਸੰਸਕਰਣ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ।

ਸਾਡੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਰਵਸਰੋਸ਼ਠ ਉਪਲਬਧ ਸਬੂਤ ਉੱਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਇੱਥੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

cancerinformationteam@macmillan.org.uk

MAC15136_Punjabi



ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ: ਸਿਤੰਬਰ

2017

ਅਗਲੀ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਸਮੀਖਿਆ: 2020

ਅਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਹਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਿਲਕੁਲ ਦਰੁਸਤ ਹੋਵੇ ਪਰ ਚਿਕਿਤਸਕੀ ਖੋਜ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਬਦਲਣ-ਯੋਗ ਵਰਤਮਾਨ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮੈਕਮਿਲਨ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਤੀਜੀ-ਪਾਰਟੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਗਲਤੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਖਰਾਬੀ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੇਣਦਾਰੀ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੈਬਸਾਈਟਾਂ ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਲਿੰਕ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

© Macmillan Cancer Support 2017। ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਸ (261017), ਸਕਾਟਲੈਂਡ (SC039907) ਅਤੇ ਆਈਲ ਆਫ ਮੈਨ (604) ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪੰਜੀਕ੍ਰਿਤ ਦਾਨੀ-ਸੰਸਥਾ। ਪੰਜੀਕ੍ਰਿਤ ਦਫਤਰ 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

ਪੰਨਾ 13 ਕੁੱਲ 13 ਮੈਕਮਿਲਨ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ 2017: ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ

Bowel cancer

This information is about bowel cancer and treatments for bowel cancer.

Any words that are underlined are explained in the word list at the end.

If you have any questions, ask your doctor or nurse at the hospital where you are having your treatment.

If you have any questions or want to talk to someone, you can call Macmillan Cancer Support on **0808 808 00 00**, Monday to Friday, 9am to 8pm. We have interpreters, so you can speak to us in your own language. Just tell us, in English, the language you want to use.

We have more information in [language] about different cancers, treatments and living with cancer.

Visit [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations) or call us on **0808 808 00 00**.

In this fact sheet:

- The bowel
- Bowel cancer
- How treatment is planned
- Talking to your healthcare team
- Questions to ask about your treatment
- Treatments for bowel cancer
- Possible side effects of your treatment
- Follow up
- Your feelings
- How Macmillan can help
- Word list
- More information in [language]

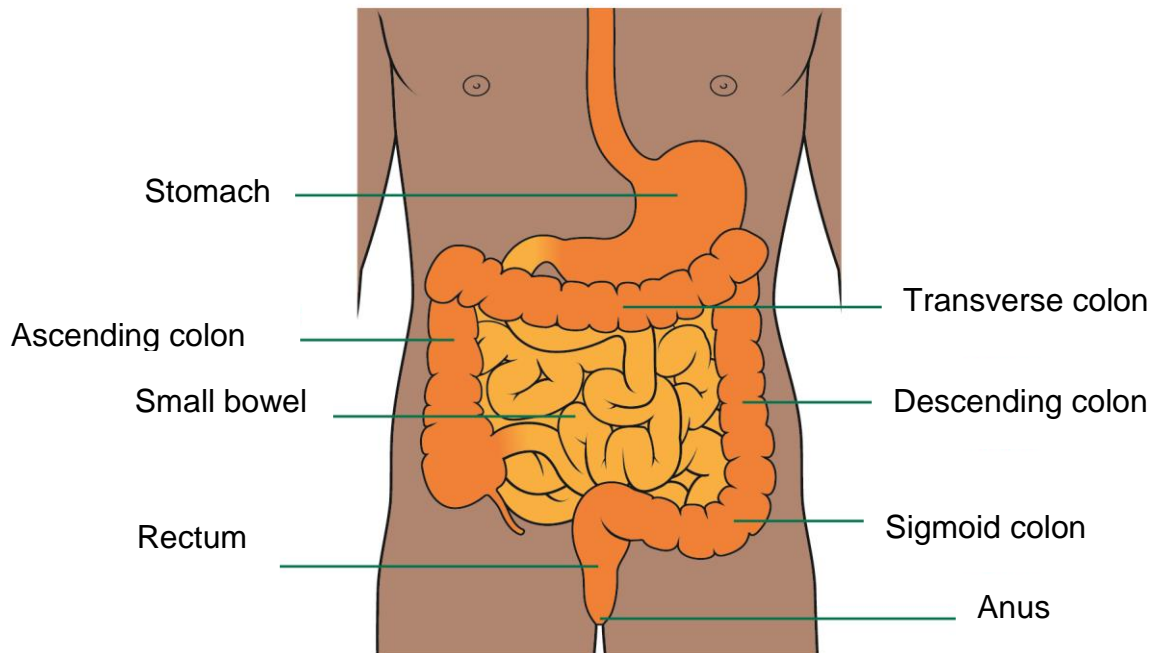
The bowel

The bowel is part of the digestive system, which breaks down and absorbs food so that the body can use it. It has two parts, the small bowel and the large bowel.

The large bowel has different parts. These are:

- the colon
- the rectum
- the anus.

The bowel



Bowel cancer

Cancer can affect different parts of the bowel. The two main types of bowel cancer are:

- colon cancer
- rectal cancer.

Cancer of the large bowel is also called colorectal cancer. Small bowel cancer and cancer of the anus are rare. We have information about these cancers in English. All parts of the body are made up of tiny cells. Bowel cancer happens when the cells in the bowel grow in an uncontrolled way and form a lump called a tumour. Most bowel cancers start in the lining of the bowel.

Sometimes, cancer cells spread to other parts of the body through the blood and the lymphatic system. This is called secondary cancer.

Bowel cancer is not infectious and cannot be passed on to other people.

Stages and grades of bowel cancer

- The stage of a cancer means how big it is and if it has spread.
- The grade of a cancer is how quickly the cancer may grow.

How treatment is planned

Your healthcare team will meet to plan the best treatment for you. Your doctor or nurse will talk to you about this plan. Your treatment will depend on factors, such as:

- the stage and grade of the cancer
- your general health
- the benefits of treatment and possible side effects
- what you think about the available treatments.

Talking to your healthcare team

It is important to talk about any treatment with your doctor, so that you understand what it means. After talking with you, your doctor will ask you to sign a consent form to show that you understand and agree to the treatment. This is called giving consent. You will not be given treatment unless you have agreed to it.

It is a good idea to take someone with you who can speak both [language] and English. Or your hospital can arrange an interpreter for you. Let your nurse know if you need one.

Questions to ask about your treatment

- What does my diagnosis mean?
- What is the stage and grade of the cancer?
- What treatments are available?
- What are the benefits, risks and side effects of each treatment?
- How will the treatment affect my daily life?
- Who can I talk to about how I am feeling?

We have more information in your language about being diagnosed with cancer.

Treatments for bowel cancer

Treatments for bowel cancer include:

- an operation (surgery)
- drugs (chemotherapy or targeted therapy)
- radiotherapy

Many people have more than one type of treatment, such as an operation and then chemotherapy or radiotherapy. There can be different types of treatment for colon or rectal cancer.

An operation

An operation (surgery) to remove the cancer is the most common treatment for bowel cancer.

Sometimes, very early-stage bowel cancers can be removed with a small operation called a local resection. The doctor removes the cancer using special surgical tools passed through the anus.

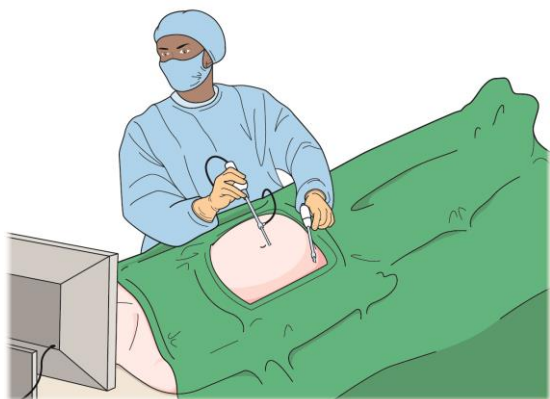
But most people will have an operation to remove part of the bowel. The doctor will usually also remove some lymph nodes from near the cancer. Lymph nodes are often where the cancer spreads to first.

You may have your operation as:

- open surgery
- keyhole (laparoscopic) surgery.

Open surgery means the surgeon makes a large cut before removing the cancer. During keyhole surgery, the surgeon makes 4 or 5 small cuts. They put surgical tools through the cuts to remove the cancer. You usually recover more quickly from keyhole surgery than from open surgery.

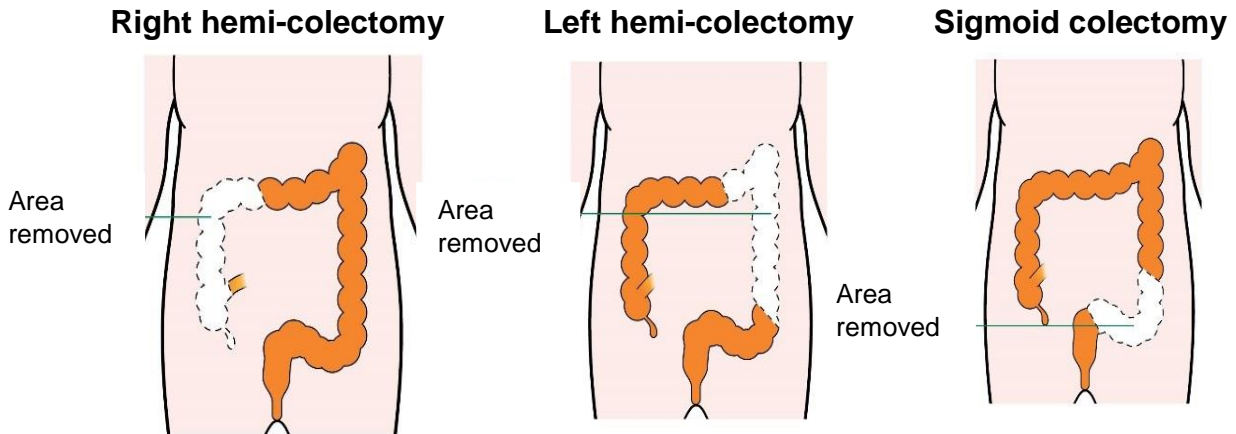
A surgeon performing keyhole (laparoscopic) surgery



Types of operation for colon cancer

- **Hemi-colectomy** – half of the colon is removed. This may be the right or left side, depending on where the cancer is.
- **Sigmoid colectomy** – the sigmoid colon is removed.

After removing the part of the bowel where the cancer is, the surgeon joins the two ends of the bowel together.



Very rarely, all the colon needs to be removed. This is called a total colectomy. Your doctor will tell you more about this if you need this type of operation.

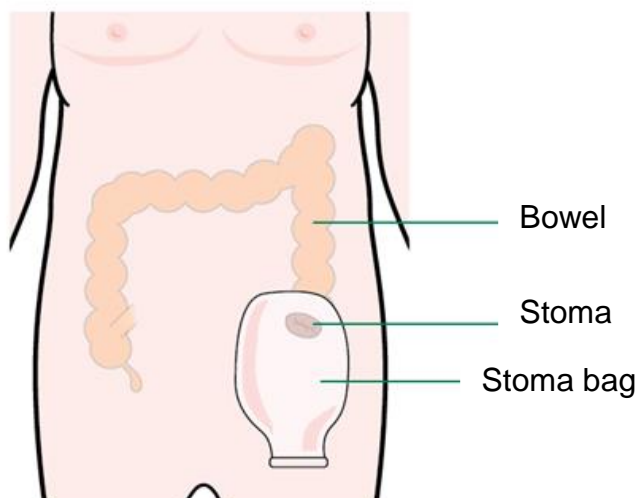
Stomas

If the ends of the bowel cannot be joined together, part of the bowel can be brought out onto the tummy (abdomen). This opening is called a stoma.

- If the stoma is made from the colon, it is called a colostomy.
- If the stoma is made from the small bowel (ileum), it is called an ileostomy.

You wear a special bag over the stoma to collect the poo.

A stoma and stoma bag



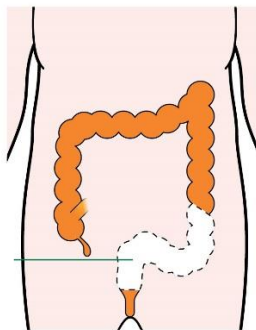
You may only have this for a short time after an operation, to allow the bowel to heal. But sometimes it may be permanent. A stoma nurse will show you how to look after the stoma and give you more advice and information.

Types of operation for rectal cancer

Anterior resection – the doctor removes the whole rectum with the fatty tissue and lymph nodes around it.

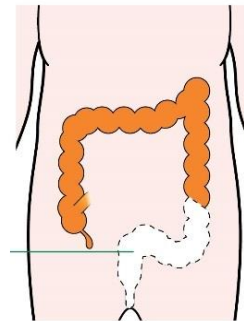
Abdomino-perineal resection – this is usually used for cancers near the lower end of the rectum. The doctor removes the rectum and anus. After this operation, you will have a permanent stoma.

Anterior resection



Area removed

Abdomino-perineal resection

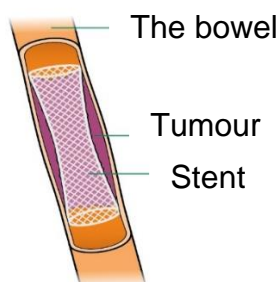


Area removed

Types of operation for bowel cancer that has spread

Sometimes, colon cancer blocks the bowel and stops poo from passing through. This can cause tummy pain and vomiting. The doctor may insert a thin tube (stent) into the bowel to keep it open. If this is not possible, they may remove the blocked part of the bowel with an operation.

A part of the bowel with a stent inside



You can sometimes have surgery to remove cancer that has spread to other parts of the body, such as the liver or lungs.

We have more information in [language] about surgery and some of the side effects you may have.

Chemotherapy

Chemotherapy uses anti-cancer drugs to destroy cancer cells. You do not usually need chemotherapy for early stage bowel cancer.

Chemotherapy can be given:

- after surgery to reduce the risk of cancer coming back
- before surgery for a cancer that has spread – this is to shrink the cancer and reduce the risk of it coming back
- as the main treatment for cancer that has spread.

Chemotherapy drugs can cause side effects that make you feel unwell.

Different drugs can cause different side effects. These include:

- being more likely to get an infection
- feeling tired
- feeling sick or being sick
- a sore mouth
- hair loss.

Your doctor can talk to you about the side effects you may have and how to manage them. Most side effects can be controlled with drugs. Most side effects go away when chemotherapy is over.

We have more information in [language] about chemotherapy and some of the side effects you may have.

Radiotherapy

Radiotherapy uses high-energy x-rays to destroy the cancer cells. You would not usually have radiotherapy for colon cancer but it is a common treatment for rectal cancers.

You may have radiotherapy before an operation for rectal cancer. It can be given to make the cancer smaller and easier to remove. Radiotherapy also reduces the chance of rectal cancer coming back. You will have the operation a few weeks after finishing the radiotherapy.

Radiotherapy may be used after an operation if there is a chance that some cancer remains.

If rectal cancer has spread or comes back, you may have radiotherapy to make it smaller. It can also help with symptoms such as pain.

We have more information in [language] about radiotherapy and some of the side effects you may have.

Chemoradiation

If you have a rectal cancer, you may have chemotherapy and radiotherapy together. This is called chemoradiation. It can work better than chemotherapy or radiotherapy alone but the side effects may be worse.

Targeted (biological) therapies

Targeted therapies use the differences between cancer cells and normal cells to stop cancer cells growing. They may be used to treat bowel cancers that have spread.

Side effects include:

- feeling tired
- dry skin or a rash
- diarrhoea
- flu symptoms.

Most side effects can be controlled with drugs and go away when treatment is over.

Possible side effects of your treatment

We have more information in your language about common cancer treatment side effects. Our information about tiredness and eating problems may also be helpful.

Below are some other side effects that you may have during and after bowel cancer treatment.

Bowel changes

After treatment, your bowel may work differently for a while. You may:

- have diarrhoea
- need to poo more often
- not get much warning when you need to poo
- have a sore bottom.

These usually improve over time. Tell your doctor or nurse if you have these side effects or if they do not improve. They can give you advice and medicines to help.

Protect your skin

Having loose or watery poo can make the skin around your bottom sore.

These tips may help:

- Keep the skin around your anus (back passage) clean and dry.
- Use unperfumed wet wipes as they are softer on your skin than toilet paper.
- Use barrier creams to help protect your skin – but only use creams that your doctor and nurse have recommended.
- Wear cotton underwear to keep your skin dry and cool.

Diet changes

Sometimes food such as fruit and vegetables may make your poo loose and make you go to the toilet more often. It can help to keep a diary of what you eat and how this affects you. This can help you choose what to eat and what to avoid.

If you do not feel like eating, it can help to eat several small meals a day instead of 1 or 2 large meals. If you continue to have problems with what you can eat, speak to your nurse or doctor.

Anxiety

Feeling anxious or worried can also make your poo looser. Learning how to relax may help your bowel to settle and is also good for your general health and recovery.

If you have a stoma

If you have a temporary or permanent stoma after your operation, you will need some time to adjust to it. You may find it helps to talk to someone else with a stoma. Your nurse may be able to arrange this for you. Your nurse will teach you how to manage your stoma at home.

Macmillan toilet card

If you need to use a toilet urgently when you are out, you can carry a free Macmillan toilet card. You can show this in places such as shops, offices and cafes. We hope it helps you get access to a toilet but it may not work everywhere.

You can get one by calling our Macmillan Support Line on **0808 808 00 00**. Or, you can order it on our website at **be.macmillan.org.uk**

You can also use disabled toilets. They have a wash basin and space to change your clothes. Disabled toilets are sometimes locked. You can buy a key from Disability Rights UK.

Follow up

After your treatment has finished, you will have regular check-ups and tests. These may continue for several years, but will become less often.

Your feelings

You may feel overwhelmed when you are told you have cancer and have many different emotions. There is no right or wrong way to feel. There are many ways to cope with this. Talking to a close friend or relative may help. Your doctor or nurse can help too.

How Macmillan can help

Macmillan is here to help you and your family. You can get support from:

- **The Macmillan Support Line (0808 808 00 00).** We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use. We can answer medical questions, give you information about financial support, or talk to you about your feelings. The phone line is open Monday to Friday, 9am to 8pm.
- **The Macmillan website (macmillan.org.uk).** Our website has lots of English information about cancer and living with cancer. There is more information in other languages at macmillan.org.uk/translations
- **Information centres.** At an information centre, you can talk to a cancer support specialist and get written information. Find your nearest centre at macmillan.org.uk/informationcentres or call us. Your hospital might have a centre.
- **Local support groups** – Find a group near you at macmillan.org.uk/supportgroups or call us.
- **Macmillan Online Community** – You can talk to other people in similar situations at macmillan.org.uk/community

Word list

Word	Meaning	English	Transliteration
	Waterproof cream that protects the skin from body fluids.	Barrier cream	
	The tiny building blocks that make up the organs and tissues of our body.	Cells	
	A cancer treatment that uses drugs to kill cancer cells.	Chemotherapy	
	A stoma made from part of the colon.	Colostomy	
	Finding out whether you have an illness or not.	Diagnosis	
	When you have soft or watery poo. You might need the toilet more than usual or very urgently. You may also have tummy pain.	Diarrhoea	
	Cancer that has only just started to grow and has not spread to other parts of the body.	Early stage	
	A stoma made from part of the small bowel.	Ileostomy	
	The part of the small bowel that joins with the colon.	Ileum	
	A network of vessels and glands throughout the body that helps to fight infection.	Lymphatic system	
	A gland that is part of the <u>lymphatic system</u> .	Lymph node	

	A cancer treatment that uses high-energy x-rays to kill cancer cells.	Radiotherapy	
	Unwanted effects of cancer treatment.	Side effects	
	An opening into the body made by a surgeon.	Stoma	
	Nurse who will show you how to care for the stoma.	Stoma nurse	
	Having an operation.	Surgery	
	Drugs that attack cancer cells and do less harm to normal cells.	Targeted therapy	
	A group of cells that are growing in an abnormal way. The abnormal cells keep multiplying and form a lump.	Tumour	

More information in [language]

We have information in [language] about these topics:

<p>Types of cancer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Breast cancer • Bowel cancer • Lung cancer • Prostate cancer <p>Treatments</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chemotherapy • Radiotherapy • Surgery 	<p>Coping with cancer</p> <ul style="list-style-type: none"> • If you're diagnosed with cancer – A quick guide • Eating problems and cancer • End of life • Financial support - benefits • Healthy eating • Tiredness (fatigue) and cancer • Side effects of cancer treatment • What you can do to help yourself
--	---

To see this information, go to macmillan.org.uk/translations

Speak to us in [language]

You can call Macmillan free on **0808 808 00 00** and speak to us in your own language through an interpreter. You can talk to us about your worries and medical questions. Just tell us, in English, the language you want to use.

We are open Monday to Friday, 9am to 8pm.

References and thanks

This information has been written and edited by Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development team.

This fact sheet is based on more detailed Macmillan information, which we can send you or you can read online. The more detailed information is only available in English.

This information has been reviewed by relevant experts and approved by our Chief Medical Editor, Dr Tim Iveson, Macmillan Consultant Medical Oncologist.

With thanks to: Kimberly Bennet, Macmillan Lead Clinical Nurse Specialist; Kathryn Hair, Macmillan Information and Support Centre Manager; and Aileen Roy, Macmillan Colorectal Cancer Nurse Specialist. Thanks also to the people affected by cancer who reviewed this edition.

All our information is based on the best evidence available. For more information about the sources we use, please contact us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

MAC15136



Content reviewed: September 2017

Next planned review: 2020

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate but it should not be relied upon to reflect the current state of medical research, which is constantly changing. If you are concerned about your health, you should consult your doctor. Macmillan cannot accept liability for any loss or damage resulting from any inaccuracy in this information or third-party information such as information on websites to which we link.

© Macmillan Cancer Support 2017. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.