WE ARE MACMILLAN. CANCER SUPPORT

Breast cancer: Punjabi

ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਸ਼ਰ 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 ਕਰਾ ਰਹੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੋਮਵਾਰ 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 ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਹਨ, ਇਸਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਿਰਫ ਸਾਨੂੰ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕੈਂਸਰਾਂ, ਇਲਾਜਾਂ
ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 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:

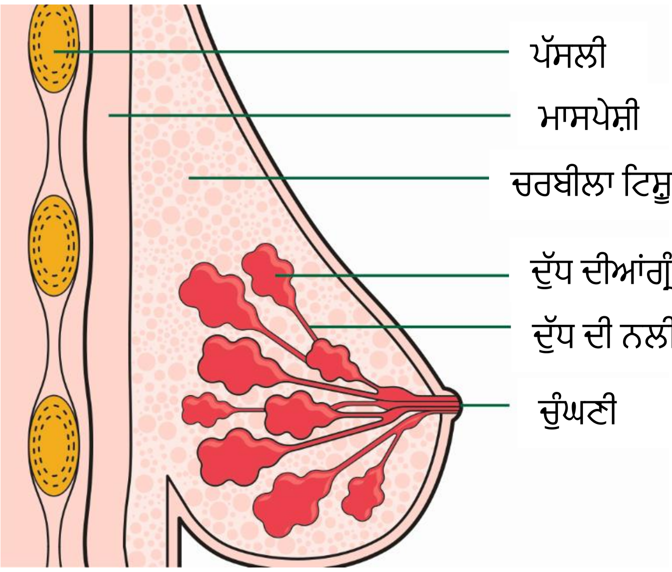
- ਛਾਤੀ
- ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ
- ਇਲਾਜ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ
- ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਸਵਾਲ
- ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਇਲਾਜ
- ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ
- ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਫੌਲੋ-ਅਪ (ਅੱਗੇ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ)
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ
- ਮੈਕਮਿਲਨ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ
- ਪੰਜਾਬੀ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

ਛਾਤੀ

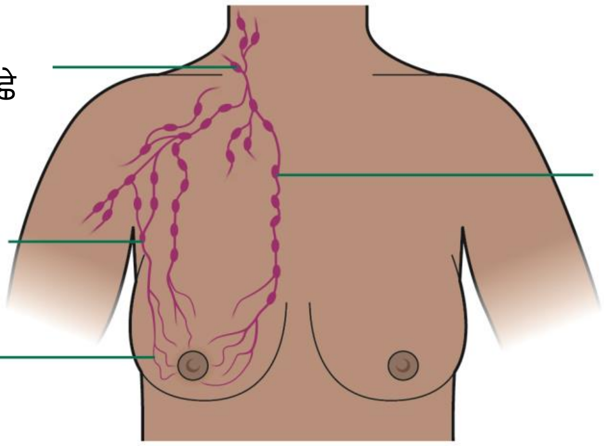
ਛਾਤੀ, ਚਰਬੀ ਅਤੇ ਉਤਕ ਦੀ ਬਣੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਵੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ, ਮਿਲਕ ਡਕਟਸ ਨਾਮਕ ਪਤਲੀਆਂ ਨਲੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਨਿੱਪਲ (ਚੁੰਘਣੀ) ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੇ ਨਿੱਪਲਾਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਛਾਤੀ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕੱਛਾਂ ਵਿੱਚ ਛਾਤੀ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਅਤੇ ਲਸਿਕਾ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ (ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ) ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਲਸਿਕਾ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਲਿੰਫੇਟਿਕ ਸਿਸਟਮ (ਲਸਿਕਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ) ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹਨ। ਛਾਤੀ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਨੇੜੇ ਅਤੇ ਕੌਲਰਬੋਨ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਵੀ ਲਸਿਕਾ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਛਾਤੀ ਦਾ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼



ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੋਲ ਲਸਿਕਾ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ



ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ

ਸਰੀਰ ਦਾ ਟਿਸ਼ੂ, ਛੋਟੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਛਾਤੀ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਬੇਕਾਬੂ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਕੇ ਟਿਊਮਰ ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਗੰਢ (ਪ੍ਰਾਈਮਰੀ ਕੈਂਸਰ) ਦਾ ਰੂਪ ਲੈ ਲੈਂਦੀਆਂ 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।

ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

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

ਛਾਤੀ ਦੇ 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।

ਰਿਸੈਪਟਰਜ਼

ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਰਿਸੈਪਟਰਜ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹਾਰਮੋਨ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਜੁੜੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕੈਂਸਰ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- **ਹਾਰਮੋਨਸ** – ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੁਝ ਕੈਂਸਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹਾਰਮੋਨ ਓਇਸਟ੍ਰੋਜਨ ਲਈ ਰਿਸੈਪਟਰਜ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਓਇਸਟ੍ਰੋਜਨ-ਰਿਸੈਪਟਰ ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ (ER ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ) ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਰਮੋਨਲ ਰਿਸੈਪਟਰਜ਼, ER ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

- **ਪ੍ਰੋਟੀਨ** – ਕੁਝ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੋਟੀਨ HER2 ਲਈ ਰਿਸੈਪਟਰਜ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ HER2 ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟ੍ਰਾਸਟੂਜ਼ੁਮੈਬ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੀਚੇ ਵਾਲੀਆਂ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਨਾਮਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹਨ।

ਟ੍ਰਿਪਲ ਨੈਗਿਟਿਵ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ

ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਟੀਨਾਂ ਲਈ ਰਿਸੈਪਟਰਜ਼ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਨੂੰ ਟ੍ਰਿਪਲ ਨੈਗਿਟਿਵ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ 5 ਵਿੱਚੋਂ 1 ਔਰਤ (20%) ਨੂੰ ਟ੍ਰਿਪਲ ਨੈਗਿਟਿਵ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਏਗਾ। ਇਹ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਕਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇੇਰੇ ਆਮ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਇਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ।

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 ਫਿਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਣਗੇ:

- ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਅ ਅਤੇ ਗ੍ਰੇਡ
- ਕੀ ਕੈਂਸਰ ਵਿੱਚ ਹਾਰਮੋਨ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਰਿਸੈਪਟਰਜ਼ ਹਨ
- ਤੁਹਾਡੀ ਸਧਾਰਨ ਸਿਹਤ
- ਇਲਾਜ 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 ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇੱਕ ਫਾਰਮ ਦੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋਏ ਹੋ। ਇਸਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ 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 ਵੀ 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?
- ਮੇਰਾ ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?
- ਹਰੇਕ ਇਲਾਜ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ, ਜੋਖਮ ਅਤੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਨ?
- ਕੀ ਇਲਾਜ ਦਾ ਮੇਰੇ ਦੈਨਿਕ ਜੀਵਨ ਉੱਤੇ 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।

ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਇਲਾਜ

ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਇਲਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਆਪਰੇਸ਼ਨ (ਸਰਜਰੀ)
- ਦਵਾਈਆਂ (ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ, ਹਾਰਮੋਨਲ ਥੈਰੇਪੀ, ਨਿਯਤ ਥੈਰੇਪੀ)
- ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ।

ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵਧ ਕਿਸਮ ਦੇ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਰੇਡੀਓਥੈੇਰੇਪੀ। ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ, ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਆਪਰੇਸ਼ਨ

ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਆਪਰੇਸ਼ਨ (ਸਰਜਰੀ), ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਇਲਾਜ ਹੈ। ਡਾਕਟਰ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਕੁਝ ਸਿਹਤਮੰਦ ਟਿਸ਼ੂ ਕੱਢਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਆਪਰੇਸ਼ਨ, ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਆਕਾਰ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਇਸਦੇ ਹੋਣ ਦੀ ਥਾਂ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਡਾਕਟਰ ਕੱਢ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਕੈਂਸਰ (ਵਾਈਡ ਲੋਕਲ ਐਕਸਿਸ਼ਨ)
- ਪੂਰੀ ਛਾਤੀ (ਮਾਸਟੇਕਟੋਮੀ)।

ਕੁਝ ਲੋਕ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਛਾਤੀ ਕੱਢੀ ਗਈ ਹੈ (ਮਾਸਟੇਕਟੋਮੀ), ਛਾਤੀ ਦਾ ਪੁਨਰ-ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਕਰਨ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸਦਾ ਪੁਨਰ-ਨਿਰਮਾਣ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਬ੍ਰਾ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਰੱਖਣ ਲਈ ਬਣਾਵਟੀ ਛਾਤੀ (ਪ੍ਰੋਸਥਿਸਿਸ) ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਲਸਿਕਾ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ

ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਸਰਜਨ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕੁਝ ਲਸਿਕਾ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੱਢ ਦਏਗਾ। ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਦੇ ਕੱਛ ਹੇਠਾਂ ਤੋਂ ਕੱਢਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹਾ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਲਸਿਕਾ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਹੈ। ਇਹ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਇਹ ਨਿਰਣਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਜੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਰੀਆਂ ਲਸਿਕਾ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਕਰਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਬਜਾਏ ਲਸਿਕਾ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਕਿ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਉੱਚ-ਊਰਜਾ ਐਕਸ-ਰੇ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਧਾਰਨ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਖਮ ਭਰ ਜਾਣ ਤੇ, ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੀ ਅਕਸਰ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮੁੜ ਹੋ ਜਾਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਥਾਂ ਤੇ ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਕੱਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡੀ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਬਾਕੀ ਬਚੇ ਛਾਤੀ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਵਿੱਚ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ, ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਸਟੇਕਟੋਮੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਾਕੀ ਬਚ ਗਈਆਂ ਲਸਿਕਾ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਕੱਛ ਵਿੱਚ ਵੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ 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। ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਨੱਸ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਗੋਲੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਰਾਉਣ ਨਾਲ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਵਾਪਸ ਹੋ ਜਾਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕ, ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਸੁੰਘਾੜਣ ਲਈ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਇਸਨੂੰ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਹ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਅਜਿਹੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਸਦੇ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਅਸੁਅਸਥ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧ ਜਾਣੀ
- ਥਕੇਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ
- ਮਤਲੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਉਲਟੀ ਆਉਣੀ
- ਦਸਤ ਜਾਂ ਕਬਜ਼
- 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।

ਹਾਰਮੋਨਲ ਥੈਰੇਪੀ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਓਇਸਟ੍ਰੋਜਨ-ਰਿਸੈਪਟਰ ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ (ER ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ) ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਹਾਰਮੋਨਲ ਥੈਰੇਪੀ ਹੋਏਗੀ। ਹਾਰਮੋਨਲ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਓਇਸਟ੍ਰੋਜਨ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਇਸਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਹਾਰਮੋਨਲ ਥੈਰੇਪੀ ਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ 5 ਤੋਂ 10 ਸਾਲਾਂ ਤਕ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਰਮੋਨਲ ਥੈਰੇਪੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਸੁੰਘਾੜਣ ਲਈ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
- ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ।

ਤੁਸੀਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਟਾਮੋਕਸਿਫੇਨ, ਲੇਟ੍ਰੋਜ਼ੋਲ ਜਾਂ ਐਨਾਸਟ੍ਰੋਜ਼ੋਲ। ਇਹ ਹੇਠਾਂ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ:

- ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋ ਗਈ ਹੈ
- ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮੁੜ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਹੈ
- ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਹਾਰਮੋਨਲ ਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਚੇਹਰੇ ਦਾ ਲਾਲ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਪਸੀਨਾ ਆਉਣਾ
- ਜੋੜਾਂ ਦਾ ਦਰਦ
- ਕਾਮ-ਇੱਛਾ ਘੱਟਣਾ।

ਅੰਡਾਸ਼ਯਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ (ਓਵੇਰਿਅਨ ਅਬਲੈਸ਼ਨ)

ਓਇਸਟ੍ਰੋਜਨ ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਦਾ ਦੂਜਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ, ਅੰਡਾਸ਼ਯਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ। ਇਸਨੂੰ ਓਵੇਰਿਅਨ ਅਬਲੈਸ਼ਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਆਪਰੇਸ਼ਨ, ਅੰਡਾਸ਼ਯਾਂ ਨੂੰ ਓਇਸਟ੍ਰੋਜਨ ਬਣਨ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਦੁਰਲੱਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਸਥਾਈ ਤੌਰ ਤੇ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੋਵੇਗੀ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬੰਦ ਹੋਣ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਸਫਾ ਨੰ 10 ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਨਨ-ਸ਼ਕਤੀ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਟ੍ਰਾਸਟੂਜ਼ੁਮੈਬ (ਹਰਸੇਪਟਿਨ®)

ਜੇ ਕੈਂਸਰ HER2 ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟ੍ਰਾਸਟੂਜ਼ੁਮੈਬ (ਹਰਸੇਪਟਿਨ®) ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੀਚੇ ਵਾਲੀਆਂ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਨਾਮਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹਨ। ਟ੍ਰਾਸਟੂਜ਼ੁਮੈਬ, HER2 ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਹਰ ਤਿੰਨੀ ਹਫ਼ਤੇ ਟ੍ਰਾਸਟੂਜ਼ੁਮੈਬ ਲੈਂਦੇ ਹੋ।

ਇਸਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਮਮੂਲੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਸਿਰਪੀੜ
- ਵਧ ਤਾਪਮਾਨ (ਬੁਖਾਰ) ਅਤੇ ਠੰਡ ਲੱਗਣਾ
- ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ।

ਕੁਝ ਲੋਕ ਟ੍ਰਾਸਟੂਜ਼ੁਮੈਬ ਦੇ ਨਾਲ ਪਰਟੂਜ਼ੁਮੈਬ (ਪਰਜੇਟਾ®) ਨਾਮਕ ਦਵਾ ਵੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ, ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਸੁੰਘਾੜਣ ਲਈ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ, ਟ੍ਰਾਸਟੂਜ਼ੁਮੈਬ ਦਿਲ ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜਾਂਚਾਂ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਸਾਡੇ ਕੋਲ, ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸਧਾਰਨ ਇਲਾਜ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

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

ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ

ਛਾਤੀ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਅਤੇ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਛਾਤੀ ਦੀ ਦਿਖਾਵਟ ਅਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ
- ਛਾਤੀ ਅਤੇ ਬਾਂਹ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਦਰਦ
- ਇਲਾਜ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਬਾਂਹ ਅਤੇ ਮੋਢਾ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਹਿਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਜ਼ਖ਼ਮ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਪੈ ਜਾਏਗਾ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸਮਾਂ ਬੀਤਣ ਤੇ ਘੱਟ ਦਿਖਾਈ ਦਏਗਾ। ਜ਼ਖ਼ਮ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਤੇ ਖਿੱਚ ਪਾਉਣ ਦੀ ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਮਾਲਸ਼ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੀ ਤਵਚਾ ਕਾਲੀ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਸੰਵੇਦੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਥਾਂ ਨੂੰ ਢੱਕਣਾ ਅਤੇ ਹਾਈ ਸਨ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਫੈਕਟਰ (SPF) (ਘੱਟੋ-ਘੱਟ SPF 30) ਦੇ ਨਾਲ ਸਨਸਕ੍ਰੀਨ ਵਰਤਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਸਲਾਹ ਲਈ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਲਿੰਫੋਇਡੀਮਾ

ਲਿੰਫੋਇਡੀਮਾ, ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਤਰਲ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸੋਜਿਸ਼ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਬਾਂਹ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਣ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੋਜਿਸ਼, ਕਸਰਤ ਕਰਨ, ਖਾਸ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਪੱਟੀਆਂ ਅਤੇ ਮਾਲਸ਼ ਨਾਲ ਘਟਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਸੋਜਿਸ਼ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਲਿੰਫੋਇਡੀਮਾ ਦੀ ਰੋਗ-ਪਛਾਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉੰਨਾ ਹੀ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਸੌਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਲਿੰਫੋਇਡੀਮਾ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ:

- ਆਪਣੀ ਤਵਚਾ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰੋ। ਤਵਚਾ ਦੀ ਕ੍ਰੀਮ ਵਰਤੋ ਅਤੇ ਚੀਰਿਆਂ ਜਾਂ ਝਰੀਟਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ।
- ਸਕ੍ਰਿਅ ਰਹੋ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਕਰੋ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਲਿੰਫ ਤਰਲ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਚੱਲਦੇ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਸਿਹਤਮੰਦ ਭਾਰ ਕਾਇਮ ਰੱਖੋ।

ਹੱਡੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ

ਕੁਝ ਹਾਰਮੋਨਲ ਥੈਰੇਪੀਆਂ, ਹੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਪਤਲਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਸਕੈਨ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਧਿਆਨ ਇਕਾਗਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ

ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਟਿਕਾਉਣ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਮਮੂਲੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਦੇ ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਕਸਰ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਭਾਰ ਵਧਣਾ

ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਰ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਹਾਰਮੋਨਲ ਥੈਰੇਪੀ ਜਾਂ ਸਟੇਰੋਇਡਸ ਜਿਹੇ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬੰਦ ਹੋਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸਦੇ ਨਾਲ ਵੀ ਭਾਰ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਗਰਭਨਿਰੋਧਕ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 2 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ ਨਾ ਵਰਤਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਗੋਲੀ ਅਤੇ ਕੁਝ ਕੌਇਲਜ਼ (ਅੰਤਰ-ਗਰਭਾਸ਼ੇ ਉਪਕਰਨ) ਸਮੇਤ ਹਾਰਮੋਨਸ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਕੌਇਲਜ਼ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਹਾਰਮੋਨਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕੰਡੋਮ ਜਾਂ ਟੋਪੀ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹਾਰਮੋਨ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਥੈਰੇਪੀ

ਡਾਕਟਰ, ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਾਰਮੋਨ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਥੈਰੇਪੀ (HRT) ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। HRT ਵਿੱਚ ਓਇਸਟ੍ਰੋਜਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪਰ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਨੇ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਸਨੂੰ ਲਿਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਸੰਭਾਵੀ ਜੋਖਮਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ।

ਫੋੋਲੋ-ਅਪ (ਅੱਗੇ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ)

ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਯਮਿਤ ਮੁਆਇਨੇ ਅਤੇ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਹੋਣਗੇ। ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਇਹ ਹਰ ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਹੋਣਗੇ। ਅੰਤਕਾਰ, ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਵਾਰ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਈ ਵਾਰ, ਨਿਯਮਿਤ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਏਗਾ ਜੇ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਚਿੰਤਤ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਘਬਰਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ 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 ਦੋਸਤ 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। ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ 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 ਸਾਈਟ 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**। **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

Breast reconstruction	**[ਛਾਤੀ ਦਾ ਪੁਨਰ-ਨਿਰਮਾਣ]**	**ਛਾਤੀ ਦਾ ਮੁੜ-ਨਿਰਮਾਣ**	ਜਦੋਂ ਡਾਕਟਰ ਛਾਤੀ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦਾ ਮੁੜ-ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ
Cells	**[ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ]**	**ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ**	ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਬਿਲਡਿੰਗ ਬਲਾਕ ਜੋ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਊਤਕਾਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ।
Chemotherapy	**[ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ]**	**ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ**	ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਉਹ ਇਲਾਜ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਣ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।
Contraception	**[ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ]**	**ਗਰਭਨਿਰੋਧਕ**	ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਉਪਕਰਨ ਜੋ ਗਰਭ ਠਹਿਰਨੇ ਨੂੰ ਰੋਕਦੇ ਹਨ।
Diagnosis	**[ਰੋਗ-ਪਛਾਣ]**	**ਰੋਗ-ਪਛਾਣ**	ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।
Gland	**[ਗ੍ਰੰਥੀ]**	**ਗ੍ਰੰਥੀ**	ਅਜਿਹਾ ਅੰਗ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਉਚਿਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਹਾਰਮੋਨਸ, ਪਸੀਨਾ ਜਾਂ ਦੁੱਧ।
Hormonal therapies	**[ਹਾਰਮੋਨਲ ਥੈਰੇਪੀਆਂ]**	**ਹਾਰਮੋਨਲ ਥੈਰੇਪੀਆਂ**	ਇਲਾਜ ਜੋ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਦੇ ਉਤਪਾਦਨ ਜਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਬਦਲਦੇ ਹਨ।
Hormone	**[ਹਾਰਮੋਨ]**	**ਹਾਰਮੋਨ**	ਸਰੀਰ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਅਜਿਹਾ ਪਦਾਰਥ ਜੋ ਅੰਗ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਸ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।
Hormone replacement therapy (HRT)	**[ਹਾਰਮੋਨ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਥੈਰੇਪੀ** (HRT)]	**ਹਾਰਮੋਨ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਥੈਰੇਪੀ (HRT)**	ਇਲਾਜ ਜੋ ਕੁਦਰਤੀ ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਨੂੰ ਤਬਦੀਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਸਰੀਰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦਾ।
Lymph node	**[ਲਿੰਫ ਨੋਡ (ਲਸਿਕਾ ਗ੍ਰੰਥੀ)]**	**ਲਿੰਫ ਨੋਡ (ਲਸਿਕਾ ਗ੍ਰੰਥੀ)**	ਉਹ ਗ੍ਰੰਥੀ ਜੋ ਲਿੰਫੈਟਿਕ ਸਿਸਟਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।
Lymphatic system	**[ਲਸਿਕਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ]**	**ਲਿੰਫੈਟਿਕ (ਲਸਿਕਾ ਸਬੰਧੀ) ਪ੍ਰਣਾਲੀ**	ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਵਾਹਿਣੀਆਂ ਅਤੇ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਨੈਟਵਰਕ ਜੋ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜ੍ਹਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।
Mammogram	**[ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ]**	**ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ**	ਛਾਤੀ ਦਾ ਐਕਸ-ਰੇ।
Menopause	**[ਮੈਨੋਪੋਜ਼ (ਮਾਹਵਾਰੀ ਬੰਦ ਹੋਣਾ)**	**ਮੈਨੋਪੋਜ਼**	ਜਦੋਂ ਔਰਤ ਦਾ ਸਰੀਰ ਹਾਰਮੋਨ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
Menstrual period	**[ਮਾਹਵਾਰੀ]**	**ਮਾਹਵਾਰੀ**	ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਤੋਂ ਖੂਨ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾ ਮਹੀਨੇਵਾਰ ਰਿਸਾਵ ਹੋਣਾ।
Ovaries	**[ਅੰਡਾਸ਼ਯ]**	**ਅੰਡਾਸ਼ਯ**	ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਜਿੱਥੇ ਓਇਸਟ੍ਰੋਜਨ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Primary cancer	[**ਮੁੱਢਲਾ ਕੈਂਸਰ**]	**ਮੁੱਢਲਾ ਕੈਂਸਰ**	ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾ ਟਿਊਮਰ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣਾ।
Protein	[**ਪ੍ਰੋਟੀਨ**]	**ਪ੍ਰੋਟੀਨ**	ਤੱਤ ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਸਮੇਤ, ਹੋਰਨਾਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।
Radiotherapy	[**ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ**]	**ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ**	ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਉਹ ਇਲਾਜ ਤੋ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਉੱਚ-ਊਰਜਾ ਵਾਲੇ ਐਕਸ-ਰੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।
Receptor	[**ਰਿਸੇਪਟਰ**]	**ਰਿਸੈਪਟਰ**	ਕੋਸ਼ਿਕਾ ਉੱਤਲੇ ਤੱਤ ਜਿਸਦੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਜਾਂ ਹਾਰਮੋਨ, ਕੋਸ਼ਿਕਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।
Scan	[**ਸਕੈਨ**	**ਸਕੈਨ**	ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਲਿੱਤੀ ਗਈ ਤਸਵੀਰ।
Side effects	[**ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ**]	**ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ**	ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸਮੱਸਿਆ, ਜਿਵੇਂ ਮਤਲੀ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਥਕੇਵਾਂ।
Steroids	[**ਸਟੇਰੋਇਡਸ**]	**ਸਟੀਰੌਇਡਸ**	ਦਵਾਈਆਂ ਜੋ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨੂੰ ਬੇਹਤਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
Sun Protection Factor (SPF)	[**ਸਨ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਫੈਕਟਰ** (SPF)]	**ਸਨ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਫੈਕਟਰ (SPF)**	ਸਨਸਕ੍ਰੀਨ ਉਤਪਾਦਾਂ ਵਿੱਚ ਬਚਾਵ ਦਾ ਪੱਧਰ।
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 ਹਨ ਅਤੇ ਇੱਕ ਗੰਢ ਦਾ ਰੂਪ ਲੈ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:

ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ • ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ • ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ • ਫੇਫੜੇ ਦਾ ਕੈਂਸਰ • ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਕੈਂਸਰ **ਇਲਾਜ** • ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ • ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ • ਸਰਜਰੀ	**ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਜੂਝਣਾ** • 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 ਮੁਫ਼ਤ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀ 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 ਵਿਸਤ੍ਰਤ ਮੈਕਮਿਲਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ, ਜੋ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਨਲਾਈਨ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਧੇਰੇ ਵਿਸਤ੍ਰਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ 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 ਮੇਡੀਕਲ ਓਨਕੋਲੋਜਿਸਟ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਮੋਰਵੇਨ ਐਨਗਸ, ਲੀਡ ਬ੍ਰੈਸਟ ਨਰਸ, ਕੋਲਚੈਸਟਰ ਹੋਸਪਿਟਲ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਐਨਐਚਐਸ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ ਟ੍ਰਸਟ, ਰੈਸ਼ਲ ਕਿੰਗ, ਬ੍ਰੈਸਟ ਕੇਅਰ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਸੀਐਨਐਸ ਵੋਰਸੇਸਟਰ ਬ੍ਰੈਸਟ ਯੂਨਿਟ, ਜੋਆਨਾ ਰਾਉਲੇ, ਲੀਡ ਮੈਕਮਿਲਨ ਬ੍ਰੈਸਟ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਨਰਸ, ਕੈਮਬ੍ਰਿਜ ਬ੍ਰੈਸਟ ਯੂਨਿਟ ਨੂੰ ਧੰਨਵਾਦ। ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵੀ ਧੰਨਵਾਦ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਸੰਸਕਰਣ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ।

ਸਾਡੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਰਵਸਰੇਸ਼ਠ ਉਪਲਬਧ ਸਬੂਤ ਉੱਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਇੱਥੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

MAC15135_Punjabi

Health & care information you can trust
The Information Standard Certified Member

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 ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।

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

WE ARE MACMILLAN. CANCER SUPPORT

Breast cancer: English

Breast cancer

This information is about breast cancer and treatments for breast 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** or call us on **0808 808 00 00**.

In this fact sheet:

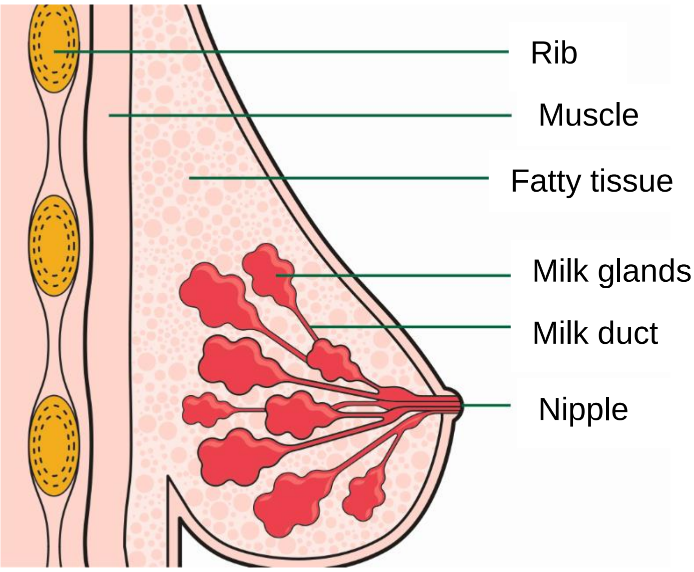
- The breasts
- Breast cancer
- How treatment is planned
- Talking to your healthcare team
- Questions to ask about your treatment
- Treatments for breast cancer
- Possible side effects of your treatment
- Other information
- Follow up
- Your feelings
- How Macmillan can help
- Word list
- More information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

The breasts

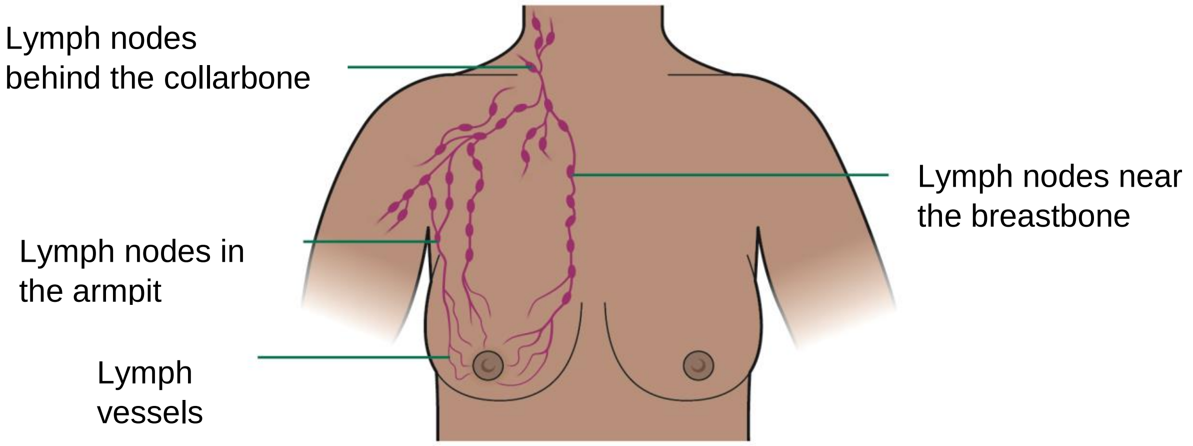
The breasts are made of fat and tissue. They also have glands where breast milk is made. The glands are connected to the nipple by fine tubes called milk ducts.
Men have a small amount of breast tissue behind the nipple.

There is breast tissue and lymph nodes (glands) in the armpits. The lymph nodes are part of the lymphatic system. There are also lymph nodes near the breastbone and behind the collarbones.

Side view of the breast



The lymph nodes near the breasts



Breast cancer

Body tissue is made up of tiny cells. Breast cancer happens when cells in the breast grow in an uncontrolled way and form a lump called a tumour (primary cancer). Sometimes, cancer cells spread to other parts of the body through the blood and lymphatic system. This is called secondary cancer.

There are different types of breast cancer, but they are treated in similar ways. Breast cancer mainly affects women. Men can also have it, but this is rare.

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

Stages and grades of breast 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.

Receptors
Some breast cancer cells have receptors that hormones or proteins can attach to. These can make the cancer grow.

- **Hormones** – some breast cancers have receptors for the hormone oestrogen. These are called oestrogen-receptor positive (ER positive) breast cancers. Hormonal therapies work well for ER positive breast cancer.

- **Proteins** – some breast cancers have receptors for the protein HER2. They are called HER2 positive breast cancers. Your doctor may give you trastuzumab for this type of cancer. This belongs to a group of drugs called targeted therapies.

Triple negative breast cancer
Breast cancer that does not have receptors for hormones or proteins is called triple negative breast cancer.

1 in 5 women with breast cancer (20%) will have triple negative breast cancer. It is more common in younger women and in black women. Your doctor or nurse can tell you more about this.

How treatment is planned

Your healthcare team will meet to plan the best treatment for you. Your doctor or nurse will then talk to you about:

- the stage and grade of the cancer
- if the cancer has hormone or protein receptors
- your general health
- the treatments 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 usually ask you to sign a form to show that you understand and agree to the treatment. This is called giving your 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 will my treatment be?
- What are the benefits, risks and side effects of each treatment?
- 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 breast cancer

Treatments for breast cancer include:

- an operation (surgery)
- drugs (chemotherapy, hormonal therapy, targeted therapy)
- radiotherapy.

Many people have more than one type of treatment, such as an operation and then radiotherapy. Or you may have chemotherapy before or after an operation.

An operation

An operation (surgery) to remove the cancer is a common treatment for breast cancer. The doctor removes the cancer and some healthy tissue around it. The operation you have depends on the size of the cancer and where it is in the breast.

The doctor may remove:

- the cancer (wide local excision)
- the whole breast (mastectomy).

Some people who have the whole breast removed (mastectomy) can have breast reconstruction. It can be done at the same time or later. You can speak to your doctor about this and the different ways of doing it. If you do not have reconstruction, your nurse can give you an artificial breast (prosthesis) to put inside your bra.

Checking the lymph nodes

During the operation, the surgeon will usually remove some lymph nodes.
They remove them from under your arm on the side of the cancer. This is to check if there is cancer in the lymph nodes. This helps the doctor decide if you need more treatment.

If any of the nodes contain cancer, you may need an operation to remove all the lymph nodes. Some women may have radiotherapy to the lymph nodes instead of surgery.

We have more information in [language] about how surgery is planned and what to expect after the operation.

Radiotherapy

Radiotherapy uses high-energy x-rays to destroy the cancer cells. It can damage normal cells too, but these usually repair when treatment ends.

You often have radiotherapy after an operation once the wound has healed. This can reduce the risk of the cancer coming back. After a wide local excision, you usually have radiotherapy to the remaining breast tissue. Occasionally, you may have radiotherapy after a mastectomy.

You may also have radiotherapy to the armpit to treat any remaining lymph nodes.

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

Chemotherapy

Chemotherapy uses anti-cancer drugs to destroy cancer cells. The drugs are usually given into a vein or taken as a tablet. Having chemotherapy can reduce the risk of breast cancer coming back. Some people may also have it before surgery to shrink a cancer. This usually means a smaller operation is needed.

Chemotherapy drugs can cause side effects that make you feel unwell.
Different drugs can cause different side effects, including:

- being more likely to get an infection
- feeling tired
- feeling sick or being sick
- diarrhoea or constipation
- 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.

Hormonal therapy

If you have an oestrogen-receptor positive (ER positive) cancer you will usually have hormonal therapy. Hormonal therapies lower the level of oestrogen or stop it attaching to the cancer cells. You usually start hormonal therapy after surgery or chemotherapy and have it for 5 to 10 years.

You may have hormonal therapy:

- before surgery to shrink a cancer
- after surgery to reduce the risk of breast cancer coming back.

You may have different drugs, such as tamoxifen, letrozole or anastrozole.
This depends on:

- whether you have been through the menopause
- the risk of the cancer coming back
- how the side effects are likely to affect you.

Side effects of hormonal therapy include:

- hot flushes and sweats
- joint pain
- low sex drive.

Stopping the ovaries from working (ovarian ablation)

Another way to lower oestrogen levels is to stop the ovaries working. This is called ovarian ablation. Drugs or an operation can stop the ovaries making oestrogen. Very rarely, radiotherapy may be used.

This will cause a permanent menopause. It can be difficult to deal with the menopause when you are already dealing with breast cancer. We have information about getting support on page 10.

If you are worried about your fertility, talk with your doctor before you start treatment.

Trastuzumab (Herceptin®)

If the cancer is HER2 positive, your doctor may give you trastuzumab (Herceptin®). This belongs to a group of drugs called targeted therapies. Trastuzumab stops the HER2 protein from making the cancer cells grow. You usually have trastuzumab every three weeks for a year.

The side effects are usually mild, but can include:

- a headache
- a high temperature (fever) and chills
- feeling sick.

Some people may also have a drug called pertuzumab (Perjeta®) with trastuzumab. These drugs may be given before an operation to shrink a cancer.

Occasionally, trastuzumab can affect the heart. You will have tests to check your heart before and during treatment.

Possible side effects of your treatment

We have more information in [language] about common side effects of cancer treatments.

Here are some other side effects that you may have during and after breast cancer treatment.

Changes to the breast

Surgery and radiotherapy to the breast can cause changes, including:

- how the breast looks and feels
- pain in the breast and under the arm
- how much you can move the arm and shoulder on the treated side.

After an operation, there will be a scar. This will usually become less obvious over time. Stretching and massaging the scar can improve this.

After radiotherapy, the skin of your breast may be darker and more sensitive. It is important to cover the area and use sunscreen with a high Sun Protection Factor (SPF) (at least SPF 30). Ask your nurse or doctor for further advice.

Lymphoedema

Lymphoedema is a swelling caused by fluid building up in the body. Some people may have this after an operation for breast cancer. It is most likely to affect an arm. The swelling can be reduced by exercise, special bandages and massage. If you have swelling in your arm or hand, tell your nurse. The earlier lymphoedema is diagnosed, the easier it is to treat.

To reduce the risk of lymphoedema:

- Look after your skin. Use a skin cream and avoid cuts or scratches.
- Keep active and exercise. This helps lymph fluid move around the body.
- Keep to a healthy weight.

Bone changes

Some hormonal therapies can thin the bones. Your doctor may use a scan to check your bones. After this, you may be given treatment to protect your bones.

Concentration and memory problems

After breast cancer treatment, you may find it harder to concentrate and remember things. This is usually mild and often gets better within a year of finishing treatment. Talk to your doctor or nurse if you are worried about this.

Weight gain

After breast cancer treatment, you might gain weight. This may be because of treatments like hormonal therapy or steroids. Some treatments can start the menopause which can also cause weight gain. Your nurse or doctor can give you advice about healthy eating and exercise.

Other information

Contraception

You may be advised to avoid getting pregnant for 2 years after breast cancer treatment. Your doctor will advise you not to use contraception that contains hormones, including the pill and some coils.

You can use coils that do not contain hormones and barrier contraception such as condoms or the cap. Your nurse can give you advice about this.

Hormone replacement therapy

Doctors do not recommend hormone replacement therapy (HRT) after having breast cancer. HRT contains oestrogen which could encourage breast cancer cells to grow.

But if you have severe symptoms of the menopause and nothing else has helped, your doctor may prescribe it. Your doctor will talk to you about the possible risks.

Follow up

After your treatment has finished, you may have regular check-ups and mammograms. These will be every few months at first. Eventually you may only have them once a year. Sometimes, instead of routine appointments, you will be asked to contact your specialist if there is anything you are worried about.

Your feelings

You may feel overwhelmed when you are told you have cancer. You may 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. There are different ways you can get support:

- **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 site 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
	When doctors rebuild the shape of the breast	**Breast reconstruction**	
	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**	
	Drugs or devices that prevent pregnancy.	**Contraception**	
	Finding out whether you have an illness or not.	**Diagnosis**	
	An organ that makes substances that help the body work properly, such as hormones, sweat or milk.	**Gland**	
	Treatment that changes the production or activity of hormones in the body	**Hormonal therapies**	
	Substance made by the body that controls how organs work.	**Hormone**	
	Treatment that replaces natural hormones when the body does not make enough.	**Hormone replacement therapy (HRT)**	
	A gland that is part of the lymphatic system.	**Lymph node**	
	A network of vessels and glands throughout the body that helps to fight infection.	**Lymphatic system**	
	An x-ray of the breast.	**Mammogram**	
	When a woman's body stops producing hormones and her menstrual periods stop.	**Menopause**	

	Monthly discharge of blood and tissue from the womb.	**Menstrual period**	
	Glands where oestrogen is made.	**Ovaries**	
	The first tumour to grow in the body.	**Primary cancer**	
	Substance that is made by the body. Proteins can make cells grow, including cancer cells.	**Protein**	
	A cancer treatment that uses high-energy x-rays to kill cancer cells.	**Radiotherapy**	
	Substance on a cell that allows proteins or hormones to affect the cell.	**Receptor**	
	A picture of the inside of your body.	**Scan**	
	Problem caused by the cancer treatment, such as sickness or tiredness.	**Side effects**	
	Drugs that can help chemotherapy work better and control side effects.	**Steroids**	
	The level of protection in sunscreen products.	**Sun Protection Factor (SPF)**	
	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:

Types of cancer	Coping with cancer
• Breast cancer • Bowel cancer • Lung cancer • Prostate cancer **Treatments** • Chemotherapy • Radiotherapy • Surgery	• 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 Morven Angus, Lead Breast Nurse, Colchester Hospital University NHS Foundation Trust, Rachel King, Breast Care Specialist CNS Worcester Breast Unit, Joanna Rowley, Lead Macmillan Breast Specialist Nurse, Cambridge Breast Unit. 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**

MAC15135

Health & care information you can trust
The Information Standard Certified Member

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.