



इलाज के प्रत्येक चरण में और इसके बाद क्या उम्मीद करें

एक्यूट माइलॉयड ल्यूकेमिया (AML)

यह सूचना पत्र जानकारी देता है कि एक्यूट माइलॉयड ल्यूकेमिया के आपके इलाज से पहले, इसके दौरान और इसके पश्चात आप क्या पूछ सकते/सकती हैं। और अधिक जानकारी तथा सहायता के लिए आप अपनी टीम से पूछ सकते/सकती हैं।

अपनी टीम के साथ काम करने का अर्थ है कि आप यह सुनिश्चित कर सकते हैं कि आपको वह इलाज, जानकारी तथा मदद मिल रही है जो आपके लिए सही है।

1. डॉक्टर को दिखाने जाना

डॉक्टर को यह देखने के लिए जांच करनी चाहिए कि क्या वह पता लगा सकते हैं कि आप अस्वस्थ क्यों महसूस कर रहे/रही हैं। वे आपसे आपको अनुभव होने वाले किन्हीं लक्षणों के बारे में पूछ सकते हैं। उदाहरणतः, हो सकता है कि आप बहुत थके-मांदे महसूस करते हों, आपको कोई ऐसा संक्रमण हो गया हो जो दूर न हो रहा हो या फिर आप एनीमिया (रक्तहीनता) से पीड़ित हों।

- आप कैसा महसूस कर रहे/रही हैं और भावनात्मक रूप से स्वस्थ कैसे रहें
- अपने लिए ज़रूरी सहायता प्राप्त करने के बारे में आप किससे बात कर सकते/सकती हैं
- आप और अधिक सूचना एवं सहायता कहाँ से प्राप्त कर सकते/सकती हैं

यदि आपके डॉक्टर को लगता है कि आप एक्यूट माइलॉयड ल्यूकेमिया से पीड़ित हैं तो वे आपको और अधिक परीक्षण कराने के लिए किसी विशेषज्ञ के पास भेजेगा। आपका विशेषज्ञ एक्यूट माइलॉयड ल्यूकेमिया से पीड़ित लोगों के साथ काम करने में प्रशिक्षित होता है। आपको डॉक्टर को पूर्व में आपके स्वास्थ्य से सम्बन्धित जानकारी विशेषज्ञ को देनी चाहिए, और साथ ही यह भी बताना चाहिए कि क्या आपके परिवार में कोई कैंसर से पीड़ित रह चुका है और आपके परीक्षण के परिणाम क्या हैं।

आप अपनी विज़िट में अपने साथ परिवार के किसी सदस्य या मित्र को ला सकते/सकती हैं। आप अपने डॉक्टर से और अधिक सूचना एवं सहायता के लिए पूछ सकते/सकती हैं ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि आपके पास अपने लिए ज़रूरी सब कुछ है।

फुल ब्लड काउंट (पूर्ण रक्त गणना) के लिए डॉक्टर आपके रक्त का नमूना लेंगे। माइक्रोस्कोप के नीचे इसकी जांच करने के लिए इसे प्रयोगशाला भेजा जाएगा।

आपके डॉक्टर को आपके साथ काम करना चाहिए ताकि यह सुनिश्चित किया जाए कि आपके पास अपने लिए ज़रूरी सूचना एवं सहायता है। आप अपने डॉक्टर से पूछ सकते/सकती हैं कि:

- आपके शरीर में क्या हो रहा है और ऐसा होने का क्या कारण हो सकता है
- क्या होगा या हो सकता है

2. परीक्षण

विशेषज्ञ बोन मेरो परीक्षण करेगा ताकि यह पता लगाया जा सके कि क्या आप एक्यूट माइलॉयड ल्यूकेमिया से पीड़ित हैं या नहीं। इसे रोग-निदान कहते हैं।

आप विशेषज्ञ से पूछ सकते/सकती हैं कि:

- परीक्षणों में क्या होगा
- परीक्षणों से आपको क्या पता चलेगा

बोने मेरो (अस्थि मज्जा) परीक्षण

बोने मेरो आपकी हड्डियों में पाया जाने वाला मांस-तंतु का एक प्रकार है।

एक लम्बी व पतली सुई का प्रयोग करके आपके कूल्हे की हड्डी के पिछले भाग से बोन मेरो का नमूना लिया जाता है। नमूनों को प्रयोगशाला भेजा जाता है ताकि माइक्रोस्कोप के नीचे इनकी जांच की जा सके। इसे निश्चेतक के तहत किया जाता है ताकि आप इसे महसूस न कर सकें। बोन मेरो परीक्षण दो प्रकार के हैं। सामान्यतः इन्हें एक ही समय पर किया जाता है।

बोन मेरो एस्पीरेशन में सिरिंज या एक प्रकार की सुई का प्रयोग करके कोशिकाओं को निकाला जाता है।

बोन मेरो ट्रेफाइन बायोप्सी में बोन मेरो का एक बड़ा भाग निकाला जाता है।

आप अपने डॉक्टर से कैंसर पियर सपोर्ट ग्रुप (सहायता समूह) का पता लगाने का अनुरोध कर सकते/सकती हैं। यह जानना सहायक हो सकता है कि ऐसे अन्य लोग हैं जो ये समझते हैं कि आपपर क्या बीत

रही है। आपके मित्र और आपका परिवार देखरेखकर्ताओं के किसी सहायता समूह से बात कर सकते हैं।

3. इलाज

एक्यूट माइलॉयड ल्यूकेमिया शीघ्रता से बढ़ सकता है इसलिए आपका रोग-निदान होने के तुरंत बाद अपना इलाज शुरू कराना होगा। आपके विशेषज्ञ को टीम के साथ काम करना चाहिए। आपकी टीम में वे लोग शामिल हैं जो एक्यूट माइलॉयड ल्यूकेमिया को समझते हैं।

यदि आपका इलाज शीघ्रता से शुरू होता है तो हो सकता है कि आपके विशेषज्ञ को आपका इलाज शुरू हो जाने के बाद आपकी टीम से बातचीत करनी पड़े।

आप अपने विशेषज्ञ या अपनी टीम से पूछ सकते/सकती हैं कि:

- आपका क्या इलाज हो रहा है
- आपका इलाज क्यों हो रहा है
- इलाज में क्या होगा
- इलाज से क्या होगा
- इलाज कब शुरू होगा और इसमें कितना समय लगेगा
- इलाज के खतरे और लाभ
- इलाज के दौरान आप कैसा महसूस कर सकते/सकती हैं, दुष्प्रभाव, और जितना संभव हो सके, उतना ठीक महसूस करने के लिए आप क्या कर सकते/सकती हैं
- इलाज के बाद आप क्या उम्मीद कर सकते/सकती हैं

हो सकता है कि आपकी टीम आपको किसी क्लिनिकल ट्रायल में भाग लेने का सुझाव दे। क्लिनिकल ट्रायल का प्रयोग किसी नए इलाज का परीक्षण करने, या यह पता लगाने के लिए किया जाता है कि क्या कोई इलाज किसी दूसरी तरह के इलाज से बेहतर असर करता है या नहीं। अपने इलाज के बारे में फैसला लेने से पहले आप और अधिक समय या दूसरी राय की माँग कर सकते/सकती हैं।

अनुपूरक चिकित्साओं में मालिश, एक्यूपंचर तथा चिंतन जैसी अन्य चिकित्साएँ और साथ ही अन्य दवाएँ भी शामिल हैं जिनका सेवन आप अपने इलाज के साथ कर सकते/सकती हैं। हो सकता है कुछ चिकित्सा विधियाँ आपके इलाज में ठीक से काम न करें। इसलिए, यदि आप किन्हीं अनुपूरक चिकित्साओं का प्रयोग कर रहे/रही हैं, या प्रयोग करना चाहते/चाहती हैं, तो अपनी टीम के साथ बात करना बहुत महत्वपूर्ण है।

हो सकता है कि आपका एक ही इलाज हो या अलग-अलग तरह के इलाज हों:

गहन कीमोथेरेपी या ड्रग थेरेपी वह चिकित्सा विधि है जिसमें कैंसर को बढ़ने से रोकने के लिए दवाईयों का प्रयोग किया जाता है। हो सकता है कि आपके ल्यूकेमिया का इलाज करने के लिए आपको उच्च खुराक या बहुत अधिक कीमोथेरेपी की ज़रूरत पड़े। इसके दो चरण हैं।

प्रवेशण चरण में सारी ल्यूकेमिया कोशिकाओं को निकाला जाता है। इसे प्रेषण कहते हैं।

एकीकरण चरण ल्यूकेमिया को वापस आने से रोकने में मदद करता है।

यह ल्यूकेमिया का सबसे सामान्य इलाज है।

रेडिएशन थेरेपी या रेडियोथेरेपी वह चिकित्सा विधि है जिसमें कैंसर को बढ़ने से रोकने के लिए रेडिएशन का प्रयोग किया जाता है।

इसका प्रयोग कीमोथेरेपी के साथ या स्टेम सेल ट्रांसप्लांट से पहले किया जा सकता है।

एलोजेनिक स्टेम सेल ट्रांसप्लांट या एलो-SCT वह चिकित्सा-विधि है जिसमें आपको किसी अन्य व्यक्ति के कुछ स्टेम सेल (मूल कोशिकाएँ) दिए जाते हैं। इस व्यक्ति को दाता (डोनर) कहते हैं। वे रक्त का नमूना देते हैं। इस रक्त से स्टेम सेल निकाले जाते हैं। स्टेम सेल शरीर को नई स्वस्थ कोशिकाओं का विकास करने में मदद देते हैं। उनकी कोशिकाओं को ड्रिप या सुई के द्वारा आपके रक्त में डाला जाता है।

यदि आपकी कीमोथेरेपी या रेडियोथेरेपी के कारण आपके कुछ बोनो मेरो और स्टेम सेल खत्म हो चुके हैं तो इस विधि का प्रयोग किया जा सकता है।

प्रशामक इलाज का प्रयोग आपके इलाज के सभी चरणों के दौरान किया जाता है। इससे आपके लक्षणों और इलाज के किन्हीं दुष्प्रभावों को कम करने में मदद मिलती है। इससे आपको स्वस्थ महसूस करने में मदद मिल सकती है।

हो सकता है कि कभी-कभी ल्यूकेमिया का आपका इलाज काम न करे। इसे दुर्दम्य रोग कहते हैं।

आपकी टीम आपके साथ स्टेम सेल ट्रांसप्लांट के बारे में बात कर सकती है। यदि आपके ल्यूकेमिया के ट्रांसप्लांट द्वारा ठीक होने की आशा नहीं है तो आपकी टीम प्रशामक इलाज के बारे में आपसे बात करेगी।

इलाज और दुष्प्रभावों के बारे में और अधिक जानकारी आप अपने डॉक्टर से पूछ सकते/सकती हैं या इसके लिए www.cancer.org.au/about-cancer/treatment देखें।

आपकी टीम को आपके इलाज से पहले, इसके दौरान और इसके पश्चात आपकी ज़रूरतों के बारे में आपसे बात करनी चाहिए। आप किसी भी समय सूचना एवं सहायता की मांग कर सकते/सकती हैं ताकि यह सुनिश्चित किया जाए कि आपके पास अपने लिए ज़रूरी

सब कुछ है। आपकी टीम आपका संपर्क अन्य सेवाओं और स्वास्थ्य पेशेवरों से स्थापित कर सकती है ताकि यह सुनिश्चित किया जाए कि आप शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वस्थ बने रहते/रहती हैं।

4. अपने इलाज के पश्चात

आपके इलाज के समाप्त होने के बाद, आपकी टीम को आपको इलाज का सारांश देना चाहिए। आपके इलाज के सारांश में आपको मिले इलाज से सम्बन्धित संपूर्ण जानकारी शामिल होती है:

- आपके ल्यूकेमिया का रोग-निदान करने के लिए आपपर किए गए परीक्षण, और इन परीक्षणों के परिणाम
- आपको मिला इलाज, और आपने यह कब कराया था
- सहायता सेवाएँ और आपको मिली अन्य इलाज योजनाएँ

अब आपके इलाज के समाप्त होने के बाद आपकी टीम को आपके साथ काम करना चाहिए। आपको तथा आपके डॉक्टर को फॉलो-अप (आगे की) योजना बनानी चाहिए जिसमें शामिल है:

- फॉलो-अप जो आपके लिए सर्वश्रेष्ठ है
- इलाज के किन्हीं दुष्प्रभावों की व्यवस्था करने की योजनाएँ
- यदि आपको लगता है कि आपका कैंसर वापस आ गया है या बिगड़ गया है, तो शीघ्र मदद कैसे लें

आपका डॉक्टर आपके साथ काम करेगा और निम्नलिखित के बारे में बात करेगा:

- शारीरिक एवं भावनात्मक रूप से स्वस्थ रहने के लिए और अधिक सूचना एवं सहायता का पता लगाना, और आपके लिए ज़रूरी चीज़ों को प्राप्त करना
- वे लक्षण और संकेत कौन से हैं जिनपर नज़र रखनी चाहिए और जिनका अर्थ यह हो सकता है कि कैंसर वापस आ रहा है
- रोकथाम और स्वस्थ रहन-सहन

कभी-कभी एक्यूट माइलॉयड ल्यूकेमिया इलाज के बाद वापस आ सकता है। आम-तौर पर इसका पता फॉलो-अप विज़िट (अगली मुलाकातों) में, या आपके द्वारा किन्हीं लक्षणों के वापस उभरने पर लगाया जाता है। नियमित जांच करना महत्वपूर्ण है।

यदि आप कुछ भिन्न देखें तो अपने डॉक्टर के पास जाएँ। आप अपने डॉक्टर से चेक-अप और सूचना एवं सहायता के लिए कह सकते/सकती हैं।

5. कैंसर के साथ जीवन व्यतीत करना

दुष्प्रभाव

कुछ लोगों में अपने इलाज के दौरान और इसके पश्चात दुष्प्रभाव आते हैं। दुष्प्रभाव आपके शरीर द्वारा आपको मिलने वाले इलाज पर की जाने वाली प्रतिक्रिया है।

ये सामान्य होते हैं, परन्तु इनके कारण आप अस्वस्थ महसूस कर सकते/सकती हैं। हो सकता है कि आपको तुरंत ही दुष्प्रभाव हों, बिल्कुल भी न हों या अपना इलाज कराने के महीनों बाद हों।

आप अपने दुष्प्रभावों के बारे में अपने डॉक्टर से बात कर सकते/सकती हैं या www.cancervic.org.au/about-cancer/survivors/long-term-side-effects देखें।

अग्रिम देखरेख योजना

अग्रिम देखरेख योजना बनाने के लिए आपकी टीम आपके साथ काम कर सकती है। अग्रिम देखरेख योजना आपकी इच्छाओं को तय करने और यह सुनिश्चित करने का तरीका है कि यह कोई यह जानता है कि भविष्य की चिकित्सीय देखरेख में आप क्या चाहते/चाहती हैं।

आप मिलकर अग्रिम देखरेख योजना बनाने के लिए अपने डॉक्टर से बात कर सकते/सकती हैं या www.advancecareplanning.org.au देखें।

प्रशामक देखरेख

प्रशामक देखरेख का प्रयोग आपके इलाज के अलग-अलग चरणों में आपको स्वस्थ महसूस कराने में मदद देने के लिए किया जाता है। प्रशामक देखरेख दर्द से राहत दिलाने, आपके लक्षणों को कम करने और जीवन-शैली को बेहतर बनाने में मदद दे सकती है।

आप अपने लिए सर्वश्रेष्ठ प्रशामक देखरेख के प्रकार के बारे में अपने डॉक्टर से बात कर सकते/सकती हैं या www.palliativecare.org.au देखें।

लागत

आपके कैंसर के प्रत्येक चरण में खर्च शामिल हैं, इसमें इलाज, आवास एवं यात्रा शामिल है। यदि आप प्राइवेट हेल्थ सेवा में इलाज करा रहे/रही हैं तो भले ही आपने प्राइवेट हेल्थ इंश्योरेंस ले रखी हो पर आपको खर्च उठाना पड़ सकता है।

यदि सम्भवतः आपके होने वाले प्रत्येक इलाज की लागत के बारे में आपके सवाल हैं तो आप अपनी टीम या अपने प्राइवेट हेल्थ इंश्योरर (बीमा-कर्ता) से बात कर सकते/सकती हैं।

आप अपने अस्पताल पर सामाजिक कार्यकर्ता से भी बात कर सकते/सकती हैं।


आप अपने इलाज की लागत के बारे में अपने डॉक्टर से बात कर सकते/सकती हैं या www.canceraustralia.gov.au/affected-cancer/living-cancer/dealing-practical-aspects-cancer/costs-treatment देखें।

आप आवास और यात्रा की लागत के बारे में अपने डॉक्टर से बात कर सकते/सकती हैं या www.cancerCouncil.com.au/get-support/practical-support-services देखें।

यदि आप ल्यूकेमिया से पीड़ित हैं तो बहुत सी बातों पर सोच-विचार करने की ज़रूरत होती है। बहुत सूचना एवं सहायता भी उपलब्ध है। यह महत्वपूर्ण है कि आप वे कदम उठाएँ जो आपके लिए सही हैं। आप अपनी टीम के साथ काम कर सकते/सकती हैं ताकि यह सुनिश्चित किया जाए कि आपको सर्वश्रेष्ठ देखरेख मिलती है।

सूचना एवं सहायता

Cancer Council

- आप कैंसर नर्स से बात कर सकते/सकती हैं **13 11 20**
-  यदि आपको दुभाषिए की ज़रूरत है **13 14 50**

Leukaemia Foundation

- सूचना एवं सहायता **1800 620 420**
- www.leukaemia.org.au

Carers Australia

- देखरेखकर्ताओं के लिए सूचना एवं सहायता **1800 242 636**

और अधिक जानकारी के लिए देखें
www.cancerpathways.org.au



Australian Government
Cancer Australia

