क्रोनिक लिम्फोसाइटिक ल्यूकेमिया (CLL)

सर्वोत्तम कैंसर देखभाल के लिए आपकी मार्गदर्शिका

इस गाइड के बारे में

बताएं जाने पर कि आपको क्रोनिक लिम्फोसाइटिक ल्यूकेमिया (CLL) हुआ है या हो सकता है, यह असहनीय हो सकता है। बहुत कुछ जल्दी हो सकता है, और आपके मन में कई सवाल हो सकते हैं। यह संसाधन इस अनुभव से गुज़रने में आपका, आपके परिवार और दोस्तों का मार्गदर्शन करने में मदद कर सकता है।

जानकारी और सहायता

CLL के बारे में अधिक जानकारी के Leukaemia Foundation की वेबसाइट **www.leukaemia.org.au/CLL** पर जाएं।

Cancer Council: जानकारी और सहायता के लिए, किसी अनुभवी स्वास्थ्य पेशेवर से बात करने के लिए **13 11 20** पर कॉल करें या **www.cancer.org.au** पर जाएं।

Leukaemia Foundation: अनुभवी स्वास्थ्य पेशेवर से बात करने के लिए जो आपको रोग-विशिष्ट जानकारी प्रदान कर सकता है, सवालों के जवाब दे सकता है, चिंताओं के बारे में बात कर सकता है और आपको रक्त कैंसर सहायता समूहों से जोड़ सकता है **1800 620 420** पर कॉल करें या **www.leukaemia.org.au** पर जाएँ। यह टीम व्यावहारिक चिंताओं जैसे उपचार के करीब आवास, अपॉइंटमेंट पर जाने के लिए परिवहन और वित्तीय सहायता में भी मदद कर सकती है।

Lymphoma Australia: लिम्फोमा और CLL के लिए शिक्षा, समर्थन और वकालत के लिए **1800 953 081** पर कॉल करें या **www.lymphoma.org.au** पर जाएं। Lymphoma Australia की नर्सें रोगियों और उनके परिवारों को उनके निदान और उपचार विकल्पों को समझने में मदद कर सकती हैं, लिम्फोमा यात्रा को नेविगेट कर सकती हैं और रोगियों को अन्य सहायता नेटवर्क से जोड़ सकती हैं।

CLL के लिए अधिक जानकारी इष्टतम देखभाल मार्ग के 'Resource' (संसाधन) अनुभाग में उपलब्ध है **www.cancer.org.au/OCP** ।

Translating and Interpreting Service (TIS- अनुवाद और दुभाषिया सेवा): यदि आपको अनुवादक की आवश्यकता है, तो **13 14 50** पर TIS को कॉल करें या **www.tisnational.gov.au** पर जाएँ।

प्रारंभिक परीक्षण और रेफरल

लक्षण

CLL अक्सर आपके सामान्य चिकित्सक (जीपी) या अन्य प्राथमिक देखभाल चिकित्सक द्वारा असंबंधित स्थितियों के लिए नियमित रक्त परीक्षण के दौरान जांचा जाता है; निदान होने पर अधिकांश लोगों में कोई लक्षण नहीं होते हैं। जब लक्षण मौजूद हो, तो लक्षणों में लिम्फ नोड्स (अक्सर गर्दन के आसपास) की दर्द रहित सूजन, अस्पष्टीकृत वजन घटना, बार-बार संक्रमण या चर्मरोग (शिंगल) होना, उस बिंदु तक अत्यधिक थकान महसूस करना, जहां आप अपनी सामान्य दैनिक गतिविधियों को नहीं कर सकते, शामिल है।

आपके जीपी को यह देखने के लिए जांच करनी चाहिए कि क्या वे असामान्य रक्त परीक्षण परिणामों या आपके लक्षणों के कारण का पता लगा सकते हैं।

आपके प्रारंभिक परीक्षण हो सकते हैं

रक्त परीक्षण। आपके रक्त का एक नमूना एकत्र किया जाता है और परीक्षण के लिए एक प्रयोगशाला में भेजा जाता है।

शारीरिक परीक्षा। यह CLL के संकेतों और लक्षणों की जांच करने के लिए है, जिसमें आपके लिम्फ नोड्स की जांच शामिल है, यह देखने के लिए कि क्या वे सूज गए हैं और आपका पेट की जांच यह देखने के लिए है कि क्या आपकी तिल्ली और यकृत बढ़े हुए हैं।

रेफरल

यदि आपके जीपी को लगता है कि आपको CLL हो सकता है, तो आपको अधिक परीक्षणों के लिए एक सार्वजनिक अस्पताल में या निजी प्रैक्टिस में हेमेटोलॉजिस्ट या चिकित्सा ऑन्कोलॉजिस्ट (विशेषज्ञ) के पास भेजा जाएगा। हेमेटोलॉजिस्ट वे डॉक्टर होते हैं जो रक्त और अस्थि मज्जा को प्रभावित करने वाली स्थितियों में अत्यधिक प्रशिक्षित होते हैं।

आपके परिवार के किसी सदस्य, देखभालकर्ता या मित्र का आपके साथ अपोइंटमेंटों में शामिल होना मदद कर सकता है।

अपने डॉक्टर को बताएं कि किसी विशेषज्ञ में आपके लिए सबसे महत्वपूर्ण क्या है (जैसे कि वे सीएलएल, लागत, स्थान, बेडसाइड तरीके, विशेषज्ञता के विशेषज्ञ हैं)।

Australian Government Cancer Australia
Leukaemia Foundation

समय-सीमा

आपकी विशेषज्ञ अपाइन्मेंन्ट आमतौर पर लगभग **दो सप्ताह** के भीतर होनी चाहिए। यदि आपके जीपी को पता चलता है कि आपके पास गंभीर रूप से कम प्लेटलेट्स (गंभीर रक्तस्राव), गंभीर रूप से कम लाल रक्त कोशिकाएं (गंभीर एनीमिया), या आपके लिम्फ नोड्स बहुत बड़े हैं, तो आपको **72 घंटों के भीतर** हेमेटोलॉजिस्ट के पास भेजा जाना चाहिए ।

यदि आपको इस समय सीमा के भीतर अपॉइंटमेंट नहीं मिल पाता है, तो अपने GP से संपर्क करें।

अपने जीपी से जानकारी और समर्थन के विश्वसनीय स्रोतों की सिफारिश करने के लिए कहें - आप इन्हें अपने परिवार और दोस्तों के साथ भी साझा कर सकते हैं।

अपने जीपी/विशेषज्ञ से बात करें कि आपके रक्त कैंसर के उपचार के दौरान आपको होने वाली अन्य स्वास्थ्य स्थितियों का प्रबंधन कैसे करें और उन्हें बताएं यदि आपको कोई चिंता है।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- जब मैं किसी विशेषज्ञ से मिलने के लिए अपनी अपाइन्मेंन्ट की प्रतीक्षा कर रहा/रही हूं, तो क्या ऐसे कोई लक्षण हैं जिन पर मुझे ध्यान देना चाहिए?
- क्या मैं अपने विशेषज्ञ को चुन सकता/ती हूँ?
- कौन-सी भावनात्मक और मानसिक स्वास्थ्य सहायता सेवाएँ उपलब्ध हैं और मैं उन तक कैसे पहुँच सकता/ती हूँ?
- क्या मैं चुन सकता/ती हूं कि मैं किसी सार्वजनिक या निजी अस्पताल में जाऊं?
- सार्वजनिक बनाम निजी प्रणाली में इलाज करवाएं जाने में क्या अंतर हैं?

अपने जीपी और विशेषज्ञों के साथ उपचार विवरण और अपोइंटमेंटों के बारे में डायरी में लिख कर या डिजिटल रिकॉर्ड रखना एक अच्छा विचार है। आप अपनी अपोइंटमेंटों को रिकॉर्ड करने की अनुमति मांग सकते/ती हैं। प्रश्नों की एक सूची लाने और एक लिखित उपचार योजना के लिए पूछना भी सहायक होता है।

नए संकेतों और लक्षणों को नज़रअंदाज़ न करें। अपने जीपी या विशेषज्ञ को सचेत करें। अपने आप पर भरोसा। दृढ़ रहना अच्छी बात है।

परीक्षण, उपचार और देखभाल तक पहुँचने के लिए यात्रा करना

आपको किसी विशेषज्ञ को मिलने के लिए सफ़र करना पड़ सकता है, परीक्षण या उपचार करवाना पड़ सकता है, खासकर यदि आप ग्रामीण या क्षेत्रीय क्षेत्र में रहते हैं। कुछ मामलों में आपको लंबे समय तक घर से बाहर रहना पड़ सकता है। आवास और परिवहन सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं और उपचार के दौरान आपके साथ परिवार का समर्थन करने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है।

मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक हित

रक्त कैंसर का निदान आपके मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकता है। रोगी सहायता संगठन, आपका जीपी या कोई अन्य स्वास्थ्य पेशेवर (जैसे एक मनोवैज्ञानिक या सामाजिक कार्यकर्ता) आपके निदान को संसाधित करने और उसका सामना करने के लिए रणनीति विकसित करने में आपकी सहायता कर सकते हैं। यदि आवश्यक हो तो वे मानसिक स्वास्थ्य उपचार योजना तक पहुंचने में आपकी सहायता कर सकते हैं।

निदान, मंचन और उपचार योजना

आपका हेमेटोलॉजिस्ट/विशेषज्ञ यह देखने के लिए और परीक्षण करेंगे कि क्या आपको CLL है तथा यह कितना उग्र है और यह निर्धारित करने में मदद करता है कि उपचार की आवश्यकता है या नहीं, और यदि हां, तो आपका सबसे अच्छा उपचार क्या है।

आपका इनमें से एक या इन उपचारों के संयोजन से उपचार हो सकता है:

- **अस्थि मज्जा बायोप्सी।** स्थानीय संवेदनाहारी के तहत आपके कूल्हे/पेल्विक बोन के पीछे से अस्थि मज्जा का एक छोटा सा नमूना लिया जाता है और, कुछ मामलों में, हल्का बेहोश करने की क्रिया शामिल है। नमूनों को जांच के लिए प्रयोगशाला में भेजा जाता है ताकि यह देखा जा सके कि कहीं कैंसर का पता लगाया जा सकता है या नहीं और कुछ मामलों में आगे विशेष परीक्षण के लिए भेजा जाता है।
- **सीटी स्कैन।** शरीर का विस्तृत चित्र बनाने के लिए कंप्यूटर और एक्स-रे का उपयोग किया जाता है। इसकी सिफारिश की जा सकती है यदि आपको कोई विशिष्ट लक्षण हैं, बहुत बड़े लिम्फ नोड्स होने की आशंका है जो आंतरिक समस्याओं का कारण बन रहें हो, या आपका विशेषज्ञ उपचार शुरू करने की आवश्यकता पर विचार कर रहा है।

समय-सीमा

आपको आम तौर पर परिणाम **दो सप्ताह के भीतर** वापस मिल जाने चाहिए।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- CLL क्या है और मुझे इसके बारे में और जानकारी कहां मिल सकती है?
- मुझे किन परीक्षणों की आवश्यकता होगी और क्यों?
- क्या आगे की जाँच के लिए अपॉइंटमेंट आमने-सामने या टेली/वीडियो-हेल्थ, या इनके संयोजन द्वारा होंगी?
- मेरा पूर्वानुमान क्या है?
- अपॉइंटमेंट और टेस्ट की लागत कितनी होगी और मुझे खुद को कितना भुगतान करना होगा?
- क्या मैं चुन सकता/ती हूं कि मेरा इलाज कहाँ किया जाए?
- क्या मुझे तुरंत इलाज शुरू करने की आवश्यकता होगी?
- इलाज कब तक चलेगा?
- मेरी बीमारी की निगरानी कैसे की जाएगी?
- क्या ऐसी कोई जानकारी है जिसे मैं अपने परिवार या दोस्तों के साथ साझा कर सकता/ती हूं?
- मेरे लिए कौन सी सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं?

उपचार

CLL आमतौर पर धीमी गति से बढ़ता है, इसलिए जब तक आपमें कोई लक्षण न हों या इस बात का सबूत न हो कि आपका CLL काफी खराब हो रहा है, आपका विशेषज्ञ आमतौर पर तुरंत उपचार शुरू करने के बजाय 'देखो और प्रतीक्षा करें' दृष्टिकोण की सिफारिश करेगा। इसमें नियमित रक्त परीक्षण के साथ आपके CLL की निगरानी करना शामिल होगा। निगरानी रखने और प्रतीक्षा करने की सलाह दी जाती है, इससे पहले कि लक्षण या संकेत हों कि बीमारी बिगड़ रही है, आप कितने समय तक जीते हैं या आपके जीवन की गुणवत्ता में सुधार नहीं होता है।

यदि और जब आपको उपचार की आवश्यकता हो, तो आपका विशेषज्ञ आपके विकल्पों के बारे में आपसे बात करेगा। विशेषज्ञों की एक टीम द्वारा भी आपका इलाज किया जा सकता है, और सर्वोत्तम परिणाम प्राप्त करने के लिए आपको एक से अधिक प्रकार के उपचार की आवश्यकता भी हो सकती है। आपके इलाज की योजना बनाने के लिए टीम आपके और आपके परिवार या देखभालकर्ता के साथ मिल कर काम करेगी।

आपके पास इनमें से एक या इन उपचारों का संयोजन हो सकता है:

- **कीमोथेरेपी।** दवाओं का उपयोग कैंसर कोशिकाओं को मारने और कैंसर को बढ़ने से रोकने के लिए किया जाता है।
- **लक्षित चिकित्सा।** यह कैंसर को बढ़ने से रोकने के लिए कैंसर कोशिकाओं की विशिष्ट विशेषताओं पर हमला करने के लिए दवाओं का उपयोग करती है।
- **इम्यूनोथेरेपी।** यह एक प्रकार का कैंसर उपचार है जो शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को कैंसर से लड़ने में मदद करता है।
- **एलोजेनिक अस्थि मज्जा प्रत्यारोपण।** यह रक्त बनाने वाली कोशिकाओं को प्रतिस्थापित करता है जो गहन कीमोथेरेपी या रेडियोथेरेपी के दौरान नष्ट हो गए हैं। स्टेम सेल एक उपयुक्त दानकर्त्ता के रक्त से एकत्र किए जाते हैं और एक ड्रिप के माध्यम से आपके रक्तप्रवाह में एक नस में डाल दिए जाते हैं। इसका उपयोग केवल दुर्लभ मामलों में किया जाता है और यह प्राथमिक उपचार नहीं होगा।
- **रेडिएशन थेरेपी।** यह कैंसर कोशिकाओं को मारने और कैंसर को बढ़ने से रोकने के लिए एक्स-रे का उपयोग करता है। इसका उपयोग बड़े/अवरोधक लिम्फ नोड्स या तिल्ली के बढ़ने के इलाज के लिए किया जा सकता है।

अधिक जानकारी के लिए https://www.cancer.org.au/cancer-information/treatment पर जाएं।

सहायक देखभाल (उपचार या सेवाएं जो रक्त कैंसर के अनुभव से गुज़रने में आपकी सहायता करती हैं) भी उपलब्ध हैं, यह अक्सर बहु-विषयक टीम के माध्यम से दीं की जाती हैं जिसमें नर्स, फार्मासिस्ट, मनोवैज्ञानिक, फिजियोथेरेपिस्ट और आहार विशेषज्ञ शामिल हो सकते हैं।

समय-सीमा

CLL के लिए उपचार शायद ही कभी तुरंत होना जरूरी होता है और सक्रिय उपचार के बिना निकट अवलोकन की अवधि द्वारा प्रबंधित किया जा सकता है। इसे 'वॉच एंड वेट' के नाम से जाना जाता है। आपके लक्षणों और परीक्षण के परिणामों पर नज़र रखकर, आपका विशेषज्ञ यह निर्धारित करेगा कि सक्रिय उपचार की आवश्यकता कब हो सकती है। एक बार सक्रिय उपचार का निर्णय लेने के बाद, इसे आम तौर पर **दो से चार सप्ताह के बीच** शुरू करना चाहिए।

क्लिनिकल परीक्षण

आपका विशेषज्ञ नैदानिक परीक्षण में भाग लेने की सिफारिश कर सकता है (या आप पूछ सकते/ती हैं कि क्या आप किसी नैदानिक परीक्षण के लिए योग्य हैं)। नैदानिक परीक्षण अक्सर आशाजनक नए उपचारों तक पहुंच प्रदान करते हैं जो अभी तक आम जनता के लिए उपलब्ध नहीं हैं। क्लिनिकल परीक्षणों के कारण, कैंसर से पीड़ित बहुत से लोग अब बेहतर जीवन स्तर के साथ लंबा जीवन जी रहे हैं।

अधिक जानकारी के लिए www.australiancancertrials.gov.au या https://anzchog.org/clinical-trials-research/clinical-trial-initiatives/ पर जाएं, या Australian New Zealand Clinical Trials Registry (ऑस्ट्रेलियन न्यूजीलैंड क्लिनिकल ट्रायल रजिस्ट्री) www.anzctr.org.au खोजें।

पूरक उपचार और अन्य दवाएं

किसी भी आहार पूरक, विटामिन, हर्बल उपचार और अन्य दवाओं के बारे में अपनी स्वास्थ्य सेवा टीम से बात करें जो आप उपयोग करते/ती हैं या उपयोग करना चाहते/ती हैं, जिसमें नुस्खे और ओवर-द-काउंटर दवाएं (जैसे पैरासिटामोल या इबुप्रोफेन) शामिल हैं। हो सकता है कि कुछ दवाएं और पूरक उपचार आपके उपचार के साथ अच्छी तरह से काम न करें।

प्रजनन क्षमता और यौन स्वास्थ्य

रक्त कैंसर और रक्त कैंसर के उपचार से प्रजनन संबंधी समस्याएं हो सकती हैं। यह उम्र, रक्त कैंसर के प्रकार और प्राप्त उपचार पर निर्भर करेगा। यदि यह प्रासंगिक है, तो उपचार से पहले, उपचार के दौरान और बाद में गर्भनिरोधक के बारे में अपनी उपचार टीम से सलाह लें। उपचार के दौरान बच्चे पैदा करने और उपचार शुरू करने से पहले प्रजनन विशेषज्ञ के पास रेफ़रल और प्रजनन संरक्षण के विकल्पों की आवश्यकता पर चर्चा करें। निदान और उपचार आपके यौन जीवन या समग्र यौन स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकते हैं। सहायता के लिए और, यदि आवश्यक हो, परामर्श सेवाओं के लिए रेफरल, Leukaemia Foundationसे **1800 620 420** पर संपर्क करें या **www.leukaemia.org.au** पर जाएं और 'Relationships and sex' (रिलेशन्शिप और सेक्स) सर्च बार में टाइप करें।

आप अपने उपचार विकल्पों के बारे में सोचने के लिए और समय मांग सकते हैं।

आप अपने जीपी से रेफ़रल के लिए दूसरे विशेषज्ञ से दूसरी राय के लिए कह सकते हैं।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- आप किस उपचार की सलाह देते हैं और क्यों?
- क्या कोई विकल्प हैं?
- अगर मेरे पास इलाज नहीं है तो क्या होगा?
- मुझे कब तक उपचार पर रहने की आवश्यकता होगी?
- इलाज पर कितना खर्च आएगा और कितना खर्चा मुझे स्वयं वहन करना होगा?
- उपचार के दौरान और बाद में मुझे कौन सी गतिविधियाँ/व्यायाम से मदद मिलेगी?
- क्या कोई विशिष्ट आहार है जिसका मुझे पालन करना चाहिए या उपचार के दौरान खाने या पीने से बचना चाहिए?
- उपचार मेरे दैनिक जीवन को कैसे प्रभावित करेगा और क्या मैं अब भी काम कर सकता/ती हूँ?
- मेरी उपचार टीम में कौन है और यदि मेरे कोई प्रश्न हैं या अस्वस्थ महसूस करते हैं तो मुख्य संपर्क व्यक्ति कौन है?
- उपचार से मुझे क्या दुष्प्रभाव हो सकते हैं और मुझे उनका प्रबंधन कैसे करना चाहिए?
- क्या उपचार से बच्चे पैदा करने की मेरी क्षमता प्रभावित होगी और यदि हाँ, तो मुझे किन विकल्पों पर विचार करना चाहिए?

लागत के बारे में निर्णय

आपको कुछ अपॉइंटमेंट, परीक्षणों, दवाओं, आवास, यात्रा या पार्किंग के लिए भुगतान करना पड़ सकता है।

आप अपने जीपी, विशेषज्ञ या निजी स्वास्थ्य बीमाकर्ता से बात करें (यदि कोई है तो) यह समझने के लिए कि क्या कवर किया गया है और आपकी जेब से क्या खर्चा हो सकता है।

अगर आपको लागतों के बारे में चिंता है, तो अपनी स्वास्थ्य देखभाल टीम या सामाजिक कार्यकर्ता से इस बारे में बात करें:

- बल्क-बिल किए जाने या सार्वजनिक व्यवस्था में इलाज के बारे में
- उपचार के दौरान आवास और/या परिवहन में सहायता
- उपचार के संभावित वित्तीय प्रभाव और वित्तीय सहायता योजनाएं जिन्हें तक आप पहुंच कर सकते/ती हैं
- आपका उपचार आपके काम करने की क्षमता को कैसे प्रभावित कर सकता है।

लागतों के बारे में अधिक जानकारी के लिए, Cancer Council को **13 11 20** पर कॉल करें या **www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance** पर जाएं।. आप Leukaemia Foundation से **1800 620 420** पर भी संपर्क कर सकते हैं या **www.leukaemia.org.au/how-we-can-help/practical-support-services** पर जा सकते हैं।

सक्रिय उपचार से संक्रमण

रक्त कैंसर के उपचार से शारीरिक और भावनात्मक परिवर्तन हो सकते हैं।

उत्तरजीविता देखभाल योजना

आपका विशेषज्ञ और स्वास्थ्य देखभाल टीम आपके और आपके जीपी के लिए एक योजना बनाने के लिए आपके साथ काम करेगी। यह योजना बताएगी:

- उपचार के बाद आपका मुख्य संपर्क व्यक्ति कौन है
- आपको कितनी बार चेक-अप करवाना चाहिए और इसमें कौन से परीक्षण शामिल होंगे
- उपचार के संभावित दुष्प्रभावों को समझना और उनसे निपटना
- अगर आपको लगता है कि रक्त कैंसर वापस आ गया है या बदतर हो गया है तो जल्दी से सहायता कैसे प्राप्त करें
- अपने संपूर्ण स्वास्थ्य और भलाई की देखभाल कैसे करें
- आपके लिए कौन सी स्वास्थ्य देखभाल और सामुदायिक सहायता सेवाएँ उपलब्ध हैं और उन तक कैसे पहुँचें।

अधिक जानकारी के लिए **www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment** पर जाएं।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- अगर मैं अस्वस्थ महसूस कर रहा हूँ तो मुझे किससे संपर्क करना चाहिए?
- मैं यथासंभव स्वस्थ रहने के लिए क्या कर सकती हूँ?
- मुझे और सहायता कहाँ से मिल सकती है?

पुनरावर्ती या प्रगतिशील बीमारी के साथ रहना

यदि CLL वापस आता है या बढ़ता है

ज्यादातर मामलों में CLL अंततः वापस आ जाएगा या उपचार के बाद फिर से बढ़ना शुरू हो जाएगा, लेकिन यह आमतौर पर धीरे-धीरे होता है, और हो सकता है कि आप में लक्षण विकसित न हों। इसे रिलैप्स्ड या प्रोग्रेसिव बीमारी के रूप में जाना जाता है। यह जानना महत्वपूर्ण है कि दोबारा बीमारी विकसित होने का मतलब यह नहीं है कि आपको तत्काल उपचार की आवश्यकता होगी। यदि आप में लक्षण नहीं हैं, तो आपका डॉक्टर उपचार की बजाय 'निगरानी और प्रतीक्षा करें' की सिफारिश कर सकता है।

यदि आपको उपचार की आवश्यकता है, तो विकल्प रोग की विशेषताओं, इसे पहले कैसे प्रबंधित किया गया और आपकी वर्तमान प्राथमिकताओं पर निर्भर करेंगे।

विकल्पों में इनमें से एक या अधिक शामिल हो सकते हैं:

- लक्षित चिकित्सा
- कीमोइम्यूनोथेरेपी
- नैदानिक परीक्षण में भाग लेना जहां पर आप नए उपचार को आज़मा सकते हैं
- एलोजेनिक स्टेम सेल प्रत्यारोपण।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- रक्त कैंसर कितना उन्नत है?
- मेरे इलाज के लिए क्या विकल्प हैं?
- इस बात की क्या संभावना है कि उपचार इस बार काम करेगा?
- क्या कोई क्लिनिकल परीक्षण उपलब्ध है?
- क्या वित्तीय, व्यावहारिक या भावनात्मक समर्थन उपलब्ध है?

अग्रिम देखभाल योजना

आपका जीपी या स्वास्थ्य सेवा टीम आप से, आपके परिवार और देखभालकर्ता से आपके भविष्य के उपचार और चिकित्सा आवश्यकताओं के बारे में बात कर सकते है।

अग्रिम देखभाल निर्देश

अग्रिम देखभाल निर्देश, जिसे कभी-कभी जीवित वसीयत के रूप में जाना जाता है, एक कानूनी रूप से बाध्यकारी दस्तावेज है जिसे आप अपने परिवार और चिकित्सा टीम को उस उपचार और देखभाल के बारे में बताने के लिए तैयार करते हैं जो आप चाहते/ती हैं या नहीं चाहते/ती हैं यदि आप स्वयं उन निर्णयों को लेने के लिए अस्वस्थ हो जाते/ती हैं। अधिक जानकारी के लिए देखें **www.advancecareplanning.org.au** ।

लक्षण और पैलीएटिव देखभाल प्रबंधन

पैलीएटिव देखभाल आपको जीने में मदद कर सकती है और साथ ही आप दर्द और लक्षणों के प्रबंधन, मनोसामाजिक समर्थन और देखभाल के लक्ष्यों की पहचान करने में सहायता भी शामिल कर सकती है। यह देखभाल घर पर, अस्पताल में या आपके द्वारा चुने गए किसी अन्य स्थान पर हो सकती है। यह विशेषज्ञ पैलीएटिव देखभाल सेवाओं के लिए एक रेफरल प्रदान कर सकता है, लेकिन इसका मतलब हमेशा जीवन के अंत की देखभाल नहीं होता है। यदि वे रक्त कैंसर के साथ जी रहे हैं या यदि उनका रक्त कैंसर वापस आ जाता है तो इन दिनों लोगों को इन सेवाओं के लिए बहुत पहले भेजा जा सकता है।

अपने जीपी या हेमेटोलॉजिस्ट/विशेषज्ञ से बात करें या **www.palliativecare.org.au** पर जाएं।

उपचार के निर्णय लेना

आप इलाज बिल्कुल भी न करवाने का निर्णय ले सकते हैं , या केवल दर्द और परेशानी को कम करने के लिए कुछ उपचार ले सकते हैं। आप अपने इलाज के बारे में हमेशा अपना विचार बदल सकते/ती हैं। बस अपने विशेषज्ञ से बात करें। अधिक जानकारी के लिए देखें **www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment** ।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- मेरे लक्षणों को कम करने के लिए क्या किया जा सकता है?
- अगर मेरा परिवार और मित्र घर पर मेरी देखभाल करते हैं तो मुझे क्या अतिरिक्त सहायता मिल सकती है?
- क्या आप मेरे परिवार से बात करने में मेरी मदद कर सकते हैं कि क्या हो रहा है?
- मेरे परिवार या देखभालकर्ता के लिए क्या सहायता उपलब्ध है?
- क्या मुझे सामुदायिक सहायता सेवा के लिए भेजा जा सकता है?
- मेरे रक्त कैंसर की चल रही प्रकृति को प्रबंधित करने में सहायता के लिए मुझे कौन सी सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं?

अस्वीकरण: हमेशा अपने चिकित्सक से उन मामलों के बारे में परामर्श करें जो आपके स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं। इस मार्गदर्शिका का उद्देश्य एक सामान्य परिचय देना है और यह पेशेवर चिकित्सा, कानूनी या वित्तीय सलाह का विकल्प नहीं है। चिकित्सा और अनुसंधान समुदायों द्वारा कैंसर के बारे में जानकारी में लगातार सुधार और संशोधन किया जा रहा है। जबकि प्रकाशन के समय सटीकता सुनिश्चित करने के लिए सभी प्रकार की सावधानी की जाती है Leukaemia Foundation और इसके सदस्य ऊपर दी गई जानकारी के उपयोग या निर्भरता से होने वाली किसी भी चोट, हानि या क्षति के लिए सभी दायित्व को बाहर करते हैं।

जुलाई 2022 में प्रकाशित।

यह संसाधन क्रोनिक लिम्फोसाइटिक ल्यूकेमिया (प्रथम संस्करण) वाले लोगों के लिए इष्टतम देखभाल मार्ग से प्राप्त जानकारी पर आधारित है, जो www.cancer.org.au/OCP पर उपलब्ध है।