ఏఎల్ఎల్: కొనసాగింపు చికిత్స మాత్రలు, జ్వరం వస్తే ఏం చేయాలి

ALL: maintenance tablets, and what to do about fever

తెలుగు	ENGLISH
కొనసాగింపు చికిత్స అంటే	**What maintenance treatment is**
తీవ్రమైన చికిత్స దశలు పూర్తయ్యాక, ఇంట్లో వేసుకునే మాత్రలతో చికిత్స రెండు నుంచి మూడేళ్లు కొనసాగుతుంది.	After the intensive phases, treatment continues at home with tablets for two to three years.
లుకేమియా తిరిగి రాకుండా కాపాడే ముఖ్యమైన దశ ఇది — రక్త పరీక్షలు మామూలుగా ఉన్నా, ఆరోగ్యంగా అనిపించినా మాత్రలు ఆపకండి.	This phase keeps the leukaemia from coming back: do not stop the tablets even if the blood counts are normal and you feel well.
సాధారణంగా రోజూ వేసుకునే మాత్ర (6-ఎంపీ), వారానికి ఒక్కసారి వేసుకునే మాత్ర (మెథోట్రెక్సేట్) ఉంటాయి; మధ్యమధ్యలో ఇంజెక్షన్, స్టెరాయిడ్ మాత్రలు ఇస్తారు.	Usually there is a daily tablet (6-MP) and a once-a-week tablet (methotrexate), with an injection and steroid tablets from time to time.
వారానికి ఒక్కసారి వేసుకోవాల్సిన మాత్రను పొరపాటున రోజూ వేసుకోకండి — క్యాలెండర్‌పై ఆ రోజును గుర్తు పెట్టుకోండి.	Never take the once-a-week tablet every day by mistake: mark its day on a calendar.

తెలుగు	ENGLISH
మాత్రలు సరిగ్గా వేసుకోవడం	**Taking the tablets correctly**
వైద్యులు చెప్పిన మోతాదే వేసుకోండి; రక్త పరీక్షల ఫలితాలను బట్టి మోతాదు మారుతూ ఉంటుంది.	Take only the amount the doctor tells you; it changes with your blood test results.
రక్త కణాల లెక్క, కాలేయ పరీక్షలు క్రమం తప్పకుండా చేయించుకోండి.	Have your blood count and liver tests regularly.
మాత్ర తప్పిపోతే మరుసటి రోజు రెండు వేసుకోకండి; ఏం చేయాలో వైద్యులను అడగండి.	If you miss a tablet, do not take two the next day; ask the doctor what to do.
ఏ కొత్త మందైనా — నొప్పి మాత్రలు, యాంటీబయాటిక్‌లు, మూలికా మందులు — వైద్యులను అడిగాకే వేసుకోండి.	Check with the doctor before any new medicine, including painkillers, antibiotics and herbal medicines.
మధ్యలో మానేయడం, ఆలస్యం చేయడం జబ్బు తిరిగి రావడానికి ముఖ్య కారణం; ఖర్చు లేదా ప్రయాణం కష్టమైతే మాతో మాట్లాడండి.	Stopping or delaying treatment is a major reason the leukaemia returns; if cost or travel is hard, talk to us.

## జ్వరం వస్తే	## If you get a fever
38 డిగ్రీల సెల్సియస్ (100.4 డిగ్రీల ఫారెన్‌హీట్) లేదా ఎక్కువ జ్వరం, చలి, వణుకు వస్తే అదే రోజు — రాత్రైనా సరే — ఆసుపత్రికి రండి.	A temperature of 38°C (100.4°F) or more, chills or shivering: come to hospital the same day, even at night.
తెల్ల కణాలు తక్కువగా ఉంటే జ్వరం ప్రమాదకరం; రక్త పరీక్ష చేసి వెంటనే యాంటీబయాటిక్ ఇవ్వాలి.	With low white cells a fever is dangerous: a blood test and antibiotics are needed at once.
ఊపిరితిత్తుల ఇన్‌ఫెక్షన్ రాకుండా ఇచ్చే మాత్రలను క్రమం తప్పకుండా వేసుకోండి; దగ్గు, ఆయాసం వస్తే వెంటనే చెప్పండి.	Take the tablets that prevent a lung infection regularly; report a cough or breathlessness at once.
ఆటలమ్మ (చికెన్‌పాక్స్) లేదా తట్టు ఉన్నవారి దగ్గరికి వెళ్తే వెంటనే చెప్పండి.	Tell us at once if you have been near someone with chickenpox or measles.

## ఇవి కూడా వెంటనే చెప్పండి	## Also report at once
కళ్లు పచ్చబడడం, ముదురు రంగు మూత్రం	Yellow eyes or dark urine
కమిలిన మచ్చలు, రక్తస్రావం, బాగా పాలిపోవడం	Bruises, bleeding or marked pallor
నోట్లో పుండ్ల వల్ల తినలేకపోవడం	Mouth ulcers that stop you eating
కాళ్లు చేతుల్లో తిమ్మిర్లు, తీవ్రమైన మలబద్ధకం, కడుపు నొప్పి	Tingling in the hands or feet, severe constipation or tummy pain

## రోజువారీ జీవితం	## Daily life
వైద్యులు చెప్పినట్టు బడికి, పనికి వెళ్లడం, తేలికపాటి వ్యాయామం సాధారణంగా కొనసాగించవచ్చు.	School, work and light exercise can usually continue, as the team advises.
చేతులు తరచుగా కడుక్కోండి; జలుబు, జ్వరం ఉన్నవారికి దూరంగా ఉండండి.	Wash your hands often; keep away from people with colds or fever.
చికిత్స సమయంలో ప్రాణమున్న (బలహీనపరచిన) క్రిములతో చేసే టీకాలు వేయించుకోకూడదు; మీకూ, ఇంట్లో అందరికీ ఏటా ఫ్లూ టీకా వేయించండి.	No live vaccines during treatment; a yearly flu vaccine for you and everyone at home.

సారాంశం: కొనసాగింపు చికిత్స రెండు మూడేళ్లు ఇంట్లోనే — మాత్రలు ఆపకుండా, చెప్పిన మోతాదులోనే వేసుకోండి; వారానికి ఒక్కసారి వేసుకునే మాత్రను రోజూ వేసుకోకండి. 38 డిగ్రీల జ్వరం, చలి, వణుకు వస్తే అదే రోజు ఆసుపత్రికి రండి. ఖర్చు, ప్రయాణం కష్టమైతే చెప్పండి — మధ్యలో మానేయడమే పెద్ద ప్రమాదం.

In short: Maintenance lasts two to three years at home: take the tablets without gaps and only in the amount prescribed; never take the weekly tablet daily. A temperature of 38°C, chills or shivering: come to hospital the same day. If cost or travel is hard, tell us: stopping halfway is the biggest risk.

డాక్టర్ హరిత చిరమన · Dr. Haritha Chiramana, MD, DM
C.R. Reddy Cancer Center, C.R. Reddy Superspeciality Hospital, Leela Mahal Road, Nellore · 0861 232 5344 · WhatsApp +91 79896 42272
ఈ కరపత్రం సాధారణ అవగాహన కోసం మాత్రమే; మీ వైద్యుల సలహాకు బదులు కాదు.
For general awareness only; it does not replace your doctor's advice.

drharitha.co.in/handouts/all-maintenance-tablets-and-fever-telugu