హాడ్జ్‌కిన్ లింఫోమా: చికిత్స సమయంలో, తర్వాత జాగ్రత్తలు

Hodgkin lymphoma: staying safe during and after treatment

తెలుగు	ENGLISH
చికిత్స మొదలుపెట్టే ముందు	**Before treatment starts**
మందులు మీకు సురక్షితమో కాదో తెలుసుకోవడానికి గుండె స్కాన్ (ఎకో), ఊపిరితిత్తుల పరీక్షలు చేస్తారు.	You will have a heart scan (echo) and breathing tests to check that the medicines are safe for you.
తర్వాత పిల్లలు కావాలనుకుంటే ముందే వైద్యులతో మాట్లాడండి; మగవారు వీర్యాన్ని భద్రపరచుకోవచ్చు.	If you may want children later, talk to your doctor first; men can store sperm.
పొగ తాగడం పూర్తిగా మానేయండి — ఇది మీ ఊపిరితిత్తులను, గుండెను కాపాడుతుంది.	Stop smoking completely: it protects your lungs and heart.
హెపటైటిస్, హెచ్.ఐ.వి. రక్త పరీక్షలు అందరికీ చేస్తారు.	Everyone has blood tests for hepatitis and HIV.

చికిత్స సమయంలో ఇవి కనిపిస్తే అదే రోజు ఫోన్ చేయండి	**During treatment, call the same day if you have**
జ్వరం, చలి లేదా వణుకు	Fever, chills or shivering
కొత్తగా దగ్గు, ఆయాసం, మెట్లు ఎక్కితే ఊపిరి ఆడకపోవడం	A new cough, breathlessness, or getting out of breath on stairs
చేతులు, కాళ్లలో తిమ్మిర్లు, మొద్దుబారడం, లేదా తీవ్రమైన మలబద్ధకం	Tingling or numbness in the hands or feet, or severe constipation
ఇమ్యునోథెరపీ తీసుకుంటుంటే: రోజుకు చాలాసార్లు నీళ్ల విరేచనాలు, ఒంటిపై దద్దుర్లు, కళ్లు పచ్చబడడం, బాగా నీరసం	On immunotherapy: watery diarrhoea several times a day, a rash, yellow eyes, or marked tiredness
ముఖం, మెడ, చేతులు వాచిపోవడం, ఊపిరి తీసుకుంటే శబ్దం రావడం	Swelling of the face, neck or arms, or noisy breathing

స్కాన్ల గురించి	**About the scans**
రెండు కోర్సుల తర్వాత చేసే పెట్ స్కాన్ మిగిలిన చికిత్సను నిర్ణయిస్తుంది — కొందరికి చికిత్స తగ్గుతుంది, కొందరికి మారుతుంది.	The PET scan after two cycles decides the rest of treatment: some people need less, and some need a change.
కీమోథెరపీ పూర్తయిన ఆరు నుంచి ఎనిమిది వారాలకు చివరి పెట్ స్కాన్ చేస్తారు.	A final PET scan is done six to eight weeks after chemotherapy ends.
జబ్బు తగ్గిన తర్వాత ఏ లక్షణాలూ లేకుండా పదే పదే స్కాన్లు అవసరం లేదు; అవి అనవసరంగా కిరణాలకు గురిచేస్తాయి.	Once the disease has gone, repeated scans without symptoms are not needed; they add unnecessary radiation.

## చికిత్స తర్వాత — జీవితాంతం	## After treatment, for life
మొదటి రెండేళ్లు మూడు నుంచి ఆరు నెలలకోసారి, మూడో సంవత్సరం వరకు ఆరు నుంచి పన్నెండు నెలలకోసారి, ఆ తర్వాత ఏడాదికోసారి వైద్యులను కలవండి.	See your doctor every 3 to 6 months for two years, every 6 to 12 months until year 3, then once a year.
మెడకు కిరణ చికిత్స తీసుకుంటే, ప్రతి ఏటా థైరాయిడ్ రక్త పరీక్ష చేయించుకోండి.	If you had radiotherapy to the neck, have a thyroid blood test every year.
ఛాతీకి కిరణ చికిత్స తీసుకున్న ఆడవారు, ఇరవై ఐదేళ్ల వయసు నుంచి లేదా చికిత్స అయిన ఎనిమిదేళ్ల తర్వాత నుంచి — ఏది ఆలస్యమైతే అప్పటి నుంచి — ఏటా రొమ్ము పరీక్ష చేయించుకోవాలి.	Women who had chest radiotherapy need yearly breast screening from age 25 or 8 years after radiotherapy, whichever is later.
గుండెను కాపాడుకోండి: రక్తపోటు, కొలెస్ట్రాల్, చక్కెర అదుపులో ఉంచుకోండి; రోజూ నడవండి.	Protect your heart: keep blood pressure, cholesterol and sugar under control, and walk every day.
చికిత్స సారాంశ పత్రాన్ని (ఏ మందులు ఇచ్చారు, ఎక్కడ కిరణ చికిత్స ఇచ్చారు) జాగ్రత్తగా ఉంచి, ప్రతి వైద్యునికీ చూపించండి.	Keep your treatment summary (which medicines, where radiotherapy was given) and show it to every doctor.
ఏటా ఫ్లూ టీకా, అలాగే న్యుమోనియా టీకా వేయించుకోండి.	Have a flu vaccine every year, and a pneumonia vaccine.

సారాంశం: హాడ్జ్‌కిన్ లింఫోమా చాలామందికి నయమవుతుంది. చికిత్సకు ముందు గుండె, ఊపిరితిత్తుల పరీక్షలు చేయించుకుని, పిల్లల గురించి వైద్యులతో మాట్లాడండి. చికిత్స సమయంలో జ్వరం, కొత్త దగ్గు లేదా ఆయాసం వస్తే అదే రోజు ఫోన్ చేయండి. చికిత్స తర్వాత జీవితాంతం తదుపరి పరీక్షలు అవసరం: థైరాయిడ్, గుండె, రొమ్ము పరీక్షలు.

In short: Most people with Hodgkin lymphoma are cured. Before treatment, have the heart and lung tests and talk to your doctor about having children. During treatment, call the same day for fever, a new cough or breathlessness. After treatment, check-ups continue for life: thyroid, heart and breast screening.

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/hodgkin-lymphoma-treatment-and-after-telugu