

****

**ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. (PUVA) ਇਲਾਜ**

ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਉੱਤਰਾਂ ਵਾਲਾ ਪੱਤਰ\*

*ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੱਤਰ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਬਾਰੇ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਦੇਣਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਤੌਰ ’ਤੇ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਬੇਝਿਝਕ ਪੁੱਛੋ।*

**ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੈ?**

ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਥੈਰੇਪੀ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਇਲਾਜ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੋਰਾਲੇਨ (ਪੀ) ਨਾਮਕ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਚਮੜੀ ਦੇ ਰੌਸ਼ਨੀ ਦੇ ਅਲਟਰਾਵਾਇਲਟ ਏ ਵੇਵਲੈਂਥ (ਪਰਾਬੈਂਗਣੀ ਤਰੰਗ-ਲੰਬਾਈ) ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਤੋਂ 2 ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਲਓਗੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਉਚਾਈ ਅਤੇ ਭਾਰ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦਵਾਈ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਸੋਰਾਲੇਨ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਚਮੜੀ ਦੀਆਂ ਕਈ ਸਿਹਤ-ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਜਾਂ ਠੀਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਧੁੱਪ ਦੀ ਯੂ.ਵੀ.ਏ. (ਕਿਰਨਾਂ ਜੋ ਬੱਦਲ ਅਤੇ ਖਿੜਕੀ ਦੇ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਵਿੱਚੋਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ) ਪ੍ਰਤੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਵੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਦਵਾਈ ਦੇ ਯੂਕੇ ਦੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇੰਡੀਕੇਸ਼ਨ ਲਈ ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ ਅਧਿਕਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਯਾਨੀ ਇਹ ‘ਬਿਨਾਂ-ਲਾਇਸੈਂਸ’ ਤੋਂ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਪਾਰਕ ਕੰਪਨੀ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਲਾਇਸੈਂਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਾਉਣ ਲਈ ਉਚਿਤ ਨਹੀਂ ਸਮਝਿਆ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਅਤੇ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਇਹ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਦਵਾਈ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ਾਇਦ ਕੁੱਝ ਹੱਦ ਤੱਕ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਮਨੁੱਖ ਸੋਰਾਲੇਨਜ਼ ਨੂੰ 'ਨਜਿੱਠਣ' ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਿੰਨੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਤੋਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਉਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਇਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਮਾਤਰਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ।

**ਮੈਂ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਕਿਉਂ ਲੈ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ?**

ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਥੈਰੇਪੀ ਨੂੰ ਸੋਰਾਇਸਿਜ਼ ਅਤੇ ਪਲੇਕ ਪੜਾਅ ਵਾਲੀ ਮਾਈਕੋਸਿਸ ਫੰਗੋਇਡੀਜ਼ ਸਮੇਤ ਕਈ ਚਮੜੀ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ-ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਇਲਾਜ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਯੂ.ਵੀ.ਬੀ. ਇਲਾਜ ਨਾਕਾਮ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਹੋਰ ਸਿਹਤ-ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖਾਜ-ਖੁਜਲੀ ਜਾਂ ਫੁਲਬਹਿਰੀ ਲਈ। ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਨੂੰ "ਰੌਸ਼ਨੀ ਵਾਲੇ ਇਲਾਜ" ਦੀ ਬਜਾਏ, ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਵੱਲੋਂ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਦਵਾਈ ਦੇ ਨਾਲ, ਇੱਕ ਦਵਾਈ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵੱਜੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇਕੱਲੇ ਯੂ.ਵੀ.ਬੀ. ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਇਹ ਜਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਕਾਫੀ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਅਕਸਰ ਉਦੋਂ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਯੂ.ਵੀ.ਬੀ. ਨਾਕਾਫੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

**ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਫੋਟੋਥੈਰੇਪੀ ਕਲੀਨਿਕ ਪਹੁੰਚਦਾ/ਪਹੁੰਚਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?**

ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਫੇਰੀ 'ਤੇ ਫੋਟੋਥੈਰੇਪੀ ਨਰਸਿੰਗ ਸਟਾਫ ਦਾ ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ ਵਰਤੇ ਗਏ ਨਰਸਿੰਗ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇਖੇਗਾ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ ਆਸ-ਪਾਸ ਲੈ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਕਾਰਜ-ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਗੇ।

ਤੁਹਾਡਾ ਰੌਸ਼ਨੀ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਛੋਟੀਆਂ-ਛੋਟੀਆਂ ਟੈਸਟ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਆਉਣ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਐੱਮ.ਪੀ.ਡੀ. (ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਫੋਟੋਟੌਕਸਿਕ ਡੋਜ਼) ਜਾਂਚ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਸੋਰਾਲੇਨ ਗੋਲੀ ਦੀ ਇੱਕ ਮਿਆਰੀ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣ ਤੋਂ 2 ਘੰਟੇ ਬਾਅਦ ਅਲਟਰਾਵਾਇਲਟ ਏ ਦੀਆਂ ਕਈ ਖੁਰਾਕਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ 'ਤੇ ਛੋਟੇ ਵਰਗਾਂ 'ਤੇ ਪਾਈਆਂ (ਚਮਕਾਈਆਂ) ਜਾਣਗੀਆਂ। ਇਸ ਲਈ ਲਗਭਗ 30 ਮਿੰਟ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਤੀਜਾ 4 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਪੜ੍ਹਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਦੀ ਕਿਹੜੀ ਖੁਰਾਕ ’ਤੇ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਦਾ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਵੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੋਰਾਲੇਨ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਸੋਰਾਲੇਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ।

**ਸੋਰਾਲੇਨ ਕੀ ਹਨ?**

ਦੋ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਸੋਰਾਲੇਨ ਗੋਲੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਕ ਨੂੰ 8-ਮੈਥਾਕਸੀਸੋਰਾਲੇਨ (8-MOP) ਅਤੇ ਇੱਕ ਨੂੰ 5- ਮੈਥਾਕਸੀਸੋਰਾਲੇਨ (5-MOP) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨਾਮ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਸਾਇਣਕ ਢਾਂਚੇ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਦੇ ਹਨ: 8-MOP 5-MOP ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਜ਼ਬੂਤ **ਨਹੀਂ** ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਿਹਤ-ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 8- MOP ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਜ਼ਰਬਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲ ਕੇ 5-MOP ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਦਾ ਆਮ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ 8-MOP ਸਮੱਸਿਆ-ਜਨਕ ਜੀ ਕੱਚਾ ਹੋਣ (ਉਲਟੀ ਆਉਣ ਵਰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ) ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ।

**ਸੋਰਾਲੇਨ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹਨ?**

ਅਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸੋਰਾਲੇਨ ਦਾ ਮੁੱਖ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸਿਰਫ ਉਦੋਂ ਪਏ ਜਿੱਥੇ ਸੋਰਾਲੇਨ ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਰੋਸ਼ਨੀ ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸੋਰਾਲੇਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਇਸ ਲਈ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਆਦੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇੱਕੋ ਇੱਕ ਆਮ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜੀ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ ਹੈ। ਇਹ ਲਗਭਗ ਹਮੇਸ਼ਾ 8-MOP ਦਾ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਨਾ ਕਿ 5-MOP ਦਾ।

**ਮੇਰਾ ਕਦੋਂ ਤੱਕ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਇਲਾਜ ਹੋਵੇਗਾ?**

ਇਹ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਔਸਤਨ ਕੋਰਸ 12 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਇਲਾਜ ਕੁਝ ਮਿੰਟਾਂ ਤੱਕ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁੱਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਅੱਧਾ ਘੰਟਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਨਰਸਿੰਗ ਸਟਾਫ ਹਰੇਕ ਫੇਰੀ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੇਗਾ; ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

**ਮੇਰੀਆਂ ਕ੍ਰੀਮਾਂ ਬਾਰੇ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?**

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਨਿਯਮਤ ਮੋਇਸਚਰਾਈਜ਼ਰ (ਨਮੀਦਾਰ-ਪਦਾਰਥਾਂ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਵਾਲੀ ਕ੍ਰੀਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਨਰਸਿੰਗ ਸਟਾਫ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਾਜ-ਖੁਜਲੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਮੋਇਸਚਰਾਈਜ਼ਰ ਲਗਾਉਣਾ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਦੇਖੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਢੁਕਵੇਂ ਮੋਇਸਚਰਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਮੋਇਸਚਰਾਈਜ਼ਰ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਇਲਾਜ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਚਕਾਰ ਲਗਭਗ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਸਮਾਂ (+/- 1 ਘੰਟਾ) ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

**ਮੇਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?**

ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਦਾ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਡਾਕਟਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸਪਲੀਮੈਂਟਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਵੀ ਕੋਈ ਦਵਾਈ (ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬਗੈਰ ਡਾਕਟਰੀ ਮਸ਼ਵਰੇ ਵਾਲੀ ਕੋਈ ਦਵਾਈ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ) ਲੈ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਬਦਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਨਰਸਿੰਗ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਅਗਲਾ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਦਿਓ। ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਕੁਝ ਗੋਲੀਆਂ ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਲੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੋਰਾਲੇਨ ’ਤੇ ਪਰਸਪਰ-ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਇਲਾਜ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

**ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ**

* ਇਲਾਜ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਖੁਸ਼ਬੂਦਾਰ ਉਤਪਾਦਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਸਮੈਟਿਕਸ, ਅਤਰ (ਸੁਗੰਧੀ), ਜਾਂ ਆਫਟਰਸ਼ੇਵ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਰੌਸ਼ਨੀ ਪ੍ਰਤੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
* ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੈਲੀਸੀਲਿਕ ਐਸਿਡ ਤੋਂ ਤਿਆਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਾਂ ਪੀਲੇ ਨਰਮ ਪੈਰਾਫਿਨ ਵਾਲੇ ਮੋਇਸਚਰਾਈਜ਼ਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਨਸਕ੍ਰੀਨ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹੈ।
* ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਗਰਭਧਾਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਜਦਕਿ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਰਿਪੋਰਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਪਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਤਾਂ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਨਿਯਮ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਗਰਭ ਠਹਿਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਿਗਰਾਨ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
* ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਦੇ ਆਪਣੇ ਕੋਰਸ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧੁੱਪ ਸੇਕਣ, ਸਨਬੈੱਡ ਅਤੇ ਧੁੱਪ ਰਹਿਤ ਰੰਗਤ ("ਨਕਲੀ ਟੈਨ") ਵਾਲੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
* ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੀਬਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਾਲ ਕਟਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਪਹਿਲੇ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਵਾਲ ਕਟਵਾ ਲਵੋ।
* ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੋਟੋਥੈਰੇਪੀ ਇਲਾਜ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਪਰੇਅ ਵਾਲੇ ਡਿਓਡੋਰੈਂਟਸ (ਦੁਰਗੰਧ-ਨਾਸ਼ਕ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ।
* ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੋਰਸ ਦੇ ਹਰੇਕ ਇਲਾਜ ਲਈ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਸ਼ੈਲੀ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨੋ।
* ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ ’ਤੇ ਢਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੇਨ ਪੈਚ, ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਪੈਚ ਆਦਿ) ਬਾਰੇ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
* ਤੁਹਾਨੂੰਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਸੇਵਨ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

**ਪ੍ਰਭਾਵ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਰਸ ਦੌਰਾਨ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ:**

* ਇਹ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਰਸ ਦੌਰਾਨ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਲਕੀ ਝੁਲਸਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋਵੇਗੀ।
* ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਰਸ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਧੱਬੇਦਾਰ, ਖਾਰਸ਼ ਵਾਲੇ ਧੱਫੜ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ (10 ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ’ਤੇ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ)।
* ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਦੇ ਸੁਭਾਵਿਕ ਰੰਗ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਭੂਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਗਹਿਰੀ ਰੰਗਤ ਚੜ੍ਹ ਸਕਦੀ ਹੈ।
* ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ 8- ਮੈਥਾਕਸੀਸੋਰਾਲੇਨ (8-MOP) ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈ ਨਿਗਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਲਟੀ ਆਉਣ ਵਰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਦਲ ਕੇ 5- ਮੈਥਾਕਸੀਸੋਰਾਲੇਨ (5-MOP) ਦੇਣ ਨਾਲ ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
* ਚਮੜੀ ਦੀ ਇੱਕ ਝਰਨਾਹਟ ਜਾਂ ਤਕਲੀਫਦੇਹ ਸੰਵੇਦਨਾ।
* ਸੋਰਾਲੇਨ ਗੋਲੀਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਕੌਫੀ, ਚਾਹ ਅਤੇ ਕੋਲਾ ਪੇਯ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਕੈਫੀਨ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ "ਘਬਰਾਹਟ" ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਵੱਲੋਂ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਕੈਫੀਨ-ਯੁਕਤ ਪੇਯ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਵਾਕਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਨਰਸਿੰਗ ਸਟਾਫ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

**ਕੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੋਰਸ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਕੋਈ ਜੋਖਮ ਹਨ?**

* **ਚਮੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ**

ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਧੁੱਪ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਮੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਵਧਿਆ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਧੁੱਪ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਨਾਲ ਖਤਰਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਕਰਵਾਏ ਗਏ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਇਲਾਜਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹੈ।

ਸਾਰੇ ਇਲਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਜੋਖਮਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਫਾਇਦੇ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੋਖਮਾਂ ਦੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਿਸ ਸਿਹਤ-ਸਮੱਸਿਆ ਲਈ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਉੱਤੇ ਕਿੰਝ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਦਲਵੇਂ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਜੋਖਮ ਕੀ ਹਨ।

**ਸਮੀਖਿਆ:** ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ 200 ਤੋਂ ਵੱਧ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਾਸ ਚਮੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਲਾਨਾ ਸਮੀਖਿਆ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ।

* **ਫੋਟੋਏਜਿੰਗ**

ਇਹ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਇਲਾਜਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਝੁਰੜੀਆਂ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਦੀ ਰੰਗਤ ਬਦਲਣ ਦੇ ਨਾਲ ਧੁੱਪ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚਮੜੀ ਦੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਢਾਪੇ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਜਾਂ ਸਿਗਰਟ ਪੀਣ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

**ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲੋੜਾਂ**

ਸੋਰਾਲੇਨ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ, ਦੋਵਾਂ, ਨੂੰ ਰੋਸ਼ਨੀ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਮੋਤੀਆਬਿੰਦ (ਅੱਖ ਦੇ ਲੈਂਜ਼ ਵਿੱਚ ਧੁੰਦਲਾਪਣ) ਹੋਣ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਨ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ ਦਿਨ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਦੌਰਾਨ ਸੁਰੱਖਿਆਤਮਕ ਐਨਕਾਂ **ਲਾਜ਼ਮੀ** ਪਹਿਨਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਮੋਤੀਆਬਿੰਦ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਜੋਖਮ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਿੰਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਐਨਕਾਂ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਣ ਜਾਂ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ)। You must also wear the protective goggles and faceshield provided during treatment unless the doctor tells you not to.

ਚਮੜੀ ਦਾ ਰੌਸ਼ਨੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮੁੱਚੇ ਪੀ.ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵਧੀਕ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਯੂ.ਵੀ.ਏ. ਰੌਸ਼ਨੀ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਵਿੱਚੋਂ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਦਿਨ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਦੌਰਾਨ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

**ਅੰਤਿਮ ਨੁਕਤੇ**

* ਨਿਰਧਾਰਤ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਗੋਲੀਆਂ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਟੈਸਟ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਲਈ ਆਉਣ ਤੋਂ **2 ਘੰਟੇ** ਪਹਿਲਾਂ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਪੇਟ **ਨਹੀਂ** ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਬਲਕਿ ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾ ਲਓ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਣ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
* ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀਆਂ ਘੁਟਵੇਂ ਮੇਚ ਵਾਲੀਆਂ ਐਨਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਊਬੀਕਲ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਉਤਾਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ।
* ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਕੈਬਨਿਟ ਵਿੱਚ ਕੱਪੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ; ਹਾਲਾਂਕਿ, ਮਰਦ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਜਣਨ-ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਆ-ਵਸਤਰ ਪਹਿਨਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਸਪੋਰਟ ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਜੁਰਾਬ।
* ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
* ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਤੁਹਾਡੀ ਹੈ।
* ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਛਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਫੇਸ ਸ਼ੀਲਡ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰੇਕ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹਿੱਸੇ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਹਦਾਇਤ ਅਨੁਸਾਰ "ਸਨਬਲੌਕ (ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ)" ਕ੍ਰੀਮ ਲਗਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
* ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵਾਰਫਰਿਨ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਦੀ ਨੇੜਿਓਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

**ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਦਲਵੇਂ ਫਾਰਮੇਟ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ,** ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇੱਥੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ [nss.equalitydiversity@nhs.scot](ਮੇਲਟੂ:nss.equalitydiversity@nhs.scot), ਇੱਥੇ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਕਰੋ 0131 275 6000  
  
**ਬਰਤਾਨਵੀ ਸੰਕੇਤਕ ਭਾਸ਼ਾ**, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਕੌਟਲੈਂਡ ਬੀ.ਐੱਸ.ਐੱਲ. ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ: [www.contactscotland-bsl.org](http://www.contactscotland-bsl.org)