

Vancouver Prostate Centre ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਸਵਾਗਤ ਹੈ

ਗਦੂਦ (ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ) ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾਕਾਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਨਕੂਵਰ ਜਨਰਲ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਖੇ, ਗਦੂਦ ਕੈਂਸਰ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਜਾਂ ਗਦੂਦ ਕੈਂਸਰ ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਭਾਗੀਦਾਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, Vancouver Prostate Centre ਦੇ ਗਦੂਦ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾਕਾਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Prostate Cancer Supportive Care, PCSC) ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਛੇ ਮਾਡਿਊਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਦੋਵੇਂ ਭਾਗ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ:

➤ ਗਦੂਦ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਮੁਢਲੀਆਂ ਇਲਾਜ ਚੋਣਾਂ ਦੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਇਹ ਅਜਿਹੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ 2 ਤੋਂ 2.5-ਘੰਟੇ ਦਾ ਸਮੂਹਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੈਸ਼ਨ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਗਦੂਦ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਰੋਗ-ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਸੰਯੁਕਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ, ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਓਨਕੋਲੋਜਿਸਟ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਸਤੁਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਰੋਗ-ਪਛਾਣ, ਇਲਾਜ ਚੋਣਾਂ ਅਤੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੀ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ PCSC ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਥੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜੀਆਂ ਦਾ ਵੀ ਸਵਾਗਤ ਹੈ।

➤ ਜਿਨਸੀ ਕਾਰਜ-ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਉੱਤੇ ਗਦੂਦ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰਨਾ

ਇਸ ਵਿੱਚ 1.5 ਘੰਟੇ ਦਾ ਸਮੂਹਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੈਸ਼ਨ ਹੈ ਜੋ ਗਦੂਦ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜਾਂ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਪੁਨਰਵਾਸ ਦੇ ਜਿਨਸੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਉੱਤੇ ਤਵੱਜੋ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਤੋਂ 12 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਸਾਡੇ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਕਲੀਨਿਸ਼ਿਅਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ ਤੇ ਕਲੀਨਿਕੀ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਵੀ ਇਸ ਮਾਡਿਊਲ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

➤ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ

ਗਦੂਦ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ ਤੇ ਸਮੂਹਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸੈਸ਼ਨ ਆਯੋਜਿਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਇੱਕ ਪੇਸ਼ਨ ਉੱਤੇ ਤਵੱਜੋ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜਾ ਕਸਰਤ ਉੱਤੇ। ਹੁਣ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਕਸਰਤ ਵਿਗਿਆਨੀ ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਕਸਰਤ ਕਲੀਨਿਕ ਦੀ ਵੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਅਸੀਂ ADT ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਹੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ “ਕਾਰਡੀਅਕ ਪੁਨਰਵਾਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ” (Cardiac Rehabilitation Program) ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। VGH ਵਿਖੇ ਸਿਗਰਟ-ਬੀੜੀ ਬੰਦ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Smoking Cessation program) ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਦਾ ਵੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

➤ ਅੰਡੋਜੇਨ ਡੀਪ੍ਰਾਈਵੇਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ (ADT) ਨੂੰ ਆਪਨਾਉਣਾ

ਇਹ, ਹਾਰਮੋਨ ਥੈਰੇਪੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਹੇ ਗਦੂਦ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸਿੱਖਿਆਤਮਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ। ਭਾਗੀਦਾਰ, ਇਸ ਇਲਾਜ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਕਾਰਜ-ਨੀਤੀਆਂ ਬਾਰੇ 1.5 ਘੰਟੇ ਦਾ ਸੈਸ਼ਨ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਦੀ ਕਾਪੀ ਵੀ ਮੁਫ਼ਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ “*Androgen Deprivation Therapy: An Essential Guide for Prostate Cancer Patients and Their Loved Ones*” (“ਅੰਡੋਜੇਨ ਡੀਪ੍ਰਾਈਵੇਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ: ਗਦੂਦ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚਰੇਤਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਮਾਰਗ-ਦਰਸ਼ਿਕ”)।

➤ ਪੇਡੂ ਤਲ ਦੀ ਫਿਜ਼ਿਓਠੈਰੇਪੀ (Pelvic Floor Physiotherapy)

ਇਹ, ਗਦੂਦ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਅਨੁਕੂਲ 1.5-ਘੰਟੇ ਦਾ ਸਮੂਹਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੈਸ਼ਨ ਹੈ ਜਿਸਦੇ ਨਾਲ ਉਹ ਮੂਤਰ ਕਾਰਜ-ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਉੱਤੇ ਸਰਜਰੀ ਅਤੇ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਸਮਝ ਸਕਣ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੈਸ਼ਨ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਤੋਂ 12 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਅਸੰਜਮੀ ਮਰੀਜ਼ਾਂ, ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਭੌਤਿਕ-ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਤਿੰਨ ਮੁਫ਼ਤ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ ਤੇ ਕਲੀਨਿਕੀ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

➤ ਕਲੀਨਿਕੀ ਸਲਾਹ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਅਸੀਂ ਗਦੂਦ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨਸਾਥੀ/ਭਾਗੀਦਾਰ, ਭਾਵੇਂ ਵੱਖਰੇ ਜਾਂ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਣ, ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਪੰਜੀਕ੍ਰਿਤ ਕਲੀਨਿਕੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਦੇ ਨਾਲ ਨਿੱਜੀ, ਗੁਪਤ ਕਲੀਨਿਕੀ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੁਸ਼ਕਲ ਜਜ਼ਬਾਤਾਂ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਡਰ, ਚਿੰਤਾ, ਉਦਾਸੀ, ਬੇਬੱਸੀ, ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦੇ ਹੋਰ ਸੰਕੇਤ। ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਗਦੂਦ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਰੋਗ-ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਇਹ ਕਿੰਨਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ PCSC ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਮੋਨੀਤਾ ਸੁੰਦਰ (Monita Sundar)

PCSC ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸੰਯੋਜਕ

ਸੰਪਰਕ ਨੰਬਰ: 604-875-4485

ਈਮੇਲ: PCSC@vch.ca

ਵੈਬਸਾਈਟ: www.prostatecentre.com/PCSC