American Cancer Society®
Every cancer. Every life.®

अपने डॉक्टर और कैंसर देखभाल टीम से बातचीत करना

कैंसर रोगी के पास प्रशिक्षित लोगों की एक टीम होगी जो उनकी बीमारी और उसके इलाज में उनकी सहायता करेगी। कैंसर देखभाल टीम के साथ अच्छी बातचीत कर पाना, आपके लिए सबसे उपयुक्त देखभाल पाने का एक अहम हिस्सा है।

आपकी कैंसर देखभाल टीम में डॉक्टर और अन्य स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर शामिल हो सकते हैं, जैसे कि नर्स प्रैक्टिशनर (एनपी), चिकित्सक सहायक/सहयोगी (पीए), फार्मासिस्ट, सामाजिक कार्यकर्ता, क्लिनिक या कीमोथेरेपी नर्स, तकनीशियन, चिकित्सा सहायक, आहार विशेषज्ञ और रोगी मार्गदर्शक। वे सभी अलग-अलग तरीकों से मदद करेंगे, और यदि आप कोई ऐसा प्रश्न पूछते हैं जिसका उत्तर वे नहीं दे सकते, तो वे जानते हैं कि कौन मदद कर सकता है।

आप कितना जानना चाहते हैं, बस इसका फैसला करें।

कुछ लोग अपने कैंसर के बारे में बहुत कुछ जानना चाहते हैं। सभी विवरण जानने से उन्हें अधिक नियंत्रण महसूस करने में मदद मिल सकती है।

कुछ लोग एक ही समय में बहुत अधिक जानकारी बताया जाना पसंद नहीं करते और विवरणों से अभिभूत महसूस कर सकते हैं। कुछ लोग अपने अधिकांश निर्णय अपने डॉक्टर पर छोड़ना पसंद कर सकते हैं। अपनी कैंसर देखभाल टीम को बताएं कि आपके लिए क्या सबसे उपयुक्त है।

सवाल पूछें।

आप और आपकी कैंसर देखभाल टीम मिलकर आपके लिए सबसे उपयुक्त देखभाल और उपचार का चुनाव करेंगे। अपने कैंसर और उसके इलाज के बारे में जानने से आपको अपने डॉक्टर के साथ मिलकर ये निर्णय लेने में मदद मिल सकती है।

सवाल पूछने में संकोच न करें। कुछ डॉक्टर आपके सवाल पूछने का इंतजार करते हैं, लेकिन आपको शायद पता न हो कि क्या पूछना है। जैसे-जैसे आपके मन में प्रश्न आते जाएं, उन्हें लिख लेना और अपॉइंटमेंट के लिए जाते समय अपने साथ एक सूची ले जाना मददगार साबित हो सकता है।

यहाँ कैंसर के बारे में कई लोगों के कुछ सवाल दिए गए हैं:

- मुझे किस प्रकार का कैंसर है?
- मेरा कैंसर कितना बड़ा है? यह कहाँ है? क्या कैंसर मेरे शरीर के अन्य हिस्सों में फैल गया है?
- क्या मुझे बायोप्सी या अन्य परीक्षणों की आवश्यकता होगी?
- आप किस उपचार की सिफारिश करते हैं? क्या ऐसे अन्य उपचार हैं जो मेरी मदद कर सकते हैं?
- मुझे अपना इलाज कहाँ मिलेगा?
- मुझे कौन-कौन सी दवाइयां मिलेंगी? ये किसलिए हैं?
- प्रत्येक उपचार के जोखिम और दुष्प्रभाव क्या हैं?
- क्या मैं इलाज के दौरान काम कर पाऊंगा या स्कूल जा पाऊंगा?
- क्या ऐसे कोई दुष्प्रभाव या असामान्य लक्षण हैं जिनके बारे में मुझे आपको तुरंत बताना चाहिए?
- दुष्प्रभावों से निपटने के लिए क्या किया जा सकता है?
- अगर मुझे कोई सवाल या समस्या हो तो कॉल करने का सबसे अच्छा समय क्या है? मुझे कितनी जल्दी वापस कॉल आने की उम्मीद कर सकता/सकती हूँ?
- यदि आपके कार्यालय बंद होने के दौरान मुझे कोई गंभीर समस्या हो जाए तो मुझे क्या करना चाहिए?
- क्या मुझे दूसरी राय लेनी चाहिए? किससे?

आपकी कैंसर देखभाल टीम को आपके सवालों और चिंताओं के बारे में जानने की इच्छा होनी चाहिए। यदि आपको ज़रूरी उत्तर नहीं मिलते हैं, तो उन्हें बता दें।

अपने कैंसर देखभाल टीम द्वारा बताई गई बातों को याद रखने में मदद के लिए इन सुझावों का पालन करें।

हर मुलाकात में आपको जो बताया जाता है उसे याद रखना मुश्किल हो सकता है। अगर आप हर बार एक ही व्यक्ति को अपने साथ ला सकें तो यह मददगार होगा। वे आपको उन सवालों की याद दिला सकते हैं जो आप पूछना चाहते हैं और आपको यह याद रखने में मदद कर सकते हैं कि क्या कहा गया था।

यह सुनिश्चित करें कि आप या आपके साथ मौजूद व्यक्ति अपनी मुलाकातों के दौरान सीखी गई बातों को लिख लें। यदि आप चाहें, तो अपने डॉक्टर या कैंसर देखभाल टीम के किसी अन्य सदस्य से पूछें कि क्या आपकी मुलाकात को रिकॉर्ड करना ठीक रहेगा।

अगर आपको और जानकारी चाहिए, तो कहें। कभी-कभी, कैंसर देखभाल टीम के सदस्य ऐसे शब्दों का इस्तेमाल करते हैं जिन्हें समझना मुश्किल होता है। अगर आपको कुछ समझ नहीं आता है, तो उनसे समझाने के लिए कहें। आप उन चीजों के बारे में पूछ सकते हैं, जैसे कि तस्वीरें, मुद्रित सामग्री, वेबसाइट या वीडियो लिंक, या अन्य चीजें, जिन्हें आप घर लौटकर देख सकते हैं। यह मददगार हो सकता है।

जब आपको निर्देश मिलें, तो उन्हें लिख लें। अपनी मुलाकात पूरी होने से पहले सुनिश्चित करें कि आप निर्देशों को समझ लें। फिर निर्देशों का ठीक-ठीक पालन करें। अगर आपके कोई और प्रश्न हों, तो बाद में कैंसर देखभाल टीम से संपर्क करना बिल्कुल ठीक है।

अपने लिए सही विकल्प चुनें।

आपके डॉक्टर के साथ आपका रिश्ता महत्वपूर्ण है, और हर व्यक्ति का जानकारी साझा करने का अपना तरीका होता है।

इसी कारण, जो डॉक्टर किसी एक व्यक्ति के लिए सबसे उपयुक्त हो सकता है, वह किसी और के लिए अनुकूल नहीं हो सकता। कुछ लोग ऐसे डॉक्टर चाहते हैं जो तथ्यों को व्यावसायिक तरीके से बताएं। वे डॉक्टर से दोस्ती की उम्मीद नहीं करते। कुछ लोग ऐसे डॉक्टर चाहते हैं जिनसे वे करीब महसूस कर सकें। यह पता लगाने की कोशिश करें कि आपको क्या चाहिए, और अपने डॉक्टर को बताएं।

यदि संचार संबंधी समस्याएं आती हैं, तो इस बारे में अपने डॉक्टर या कैंसर देखभाल टीम के अन्य सदस्यों से बात करें। अपनी चिंताओं और इच्छाओं के बारे में खुलकर और ईमानदारी से बात करें। अगर आप डॉक्टर के साथ अपने संबंध से खुश नहीं हैं, तो डॉक्टर को बदलना सही होगा।

अपने डॉक्टर को अपने निर्णय और उसके कारणों के बारे में बताएं। नए डॉक्टर के पास अपना उपचार स्थानांतरित करने में उनकी मदद मांगें।

याद रखें, यह *आपकी* कैंसर देखभाल टीम है।

आपकी कैंसर देखभाल टीम आप पर टीम का हिस्सा बनने के लिए भरोसा करेगी। इसका मतलब है डॉक्टर के क्लिनिक में अपॉइंटमेंट के लिए जाना, दी गई दवाइयाँ लेना, अपनी टीम को अपनी समस्याएँ या चिंताएँ बताना, उनकी बातों का जवाब देना, और अपने सवाल पूछना।

अपनी इच्छाओं और जरूरतों को साझा करके, आप और आपकी कैंसर देखभाल टीम मिलकर आपके लिए सर्वोत्तम निर्णय ले सकते हैं।

अधिक जानकारी और सहायता के लिए, American Cancer Society की वेबसाइट पर जाएँ **cancer.org/hindi** या हमें इस नंबर पर कॉल करें **1-800-227-2345**. जब भी आपको हमारी जरूरत हो, हम यहां मौजूद हैं।

©2026, American Cancer Society, Inc.
No. HIN086106 Rev. 5/26

BBB. ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity