

Weight Loss with Cancer Treatment

Sometimes patients lose weight with cancer treatments. This weight loss may be due to the effects of cancer treatment on your body or because you are eating less. Talk to your doctor about your side effects. There may be medicine to help you. Eating healthy meals and drinking liquids will help you feel better during treatment.

Try these tips to manage weight loss:

- Eat food high in calories and protein such as peanut butter, whole milk, milkshakes, meats and cheeses.
- Eat your favorite foods any time of the day.
- Eat your largest meal when you are most hungry during the day.
- Add butter or margarine to soup and gravy or sauces on meat.
- Use whole milk or cream in cereal, pureed vegetables, soup or sauces.
- Add cheese to casseroles, potatoes, vegetables, eggs or sandwiches.
- Use cream cheese or sour cream as dips, spreads or toppings.

Talk to your doctor, nurse or dietitian about dealing with any eating problems you may have.

5/2006. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.

कैंसर उपचार के दौरान वजन में कमी

कैंसर उपचार के दौरान, कभी-कभी मरीज का वजन कम हो जाता है । वजन में यह कमी आपके शरीर पर कैंसर उपचार के प्रभाव के कारण अथवा आपके कम भोजन लेने के कारण हो सकती है । आप पर हुए अतिरिक्त प्रभावों के संबंध में चिकित्सक से चर्चा करें । आपकी सहायता हेतु कोई दवा उपलब्ध हो सकती है । पौष्टिक भोजन खाने तथा द्रव पीने से आप उपचार के दौरान बेहतर महसूस कर सकते हैं ।

वजन कम होने की स्थिति में निम्नलिखित उपाय करें-

- अधिक कैलोरी तथा प्रोटीन युक्त भोजन लें, जैसे-मूंगफली मक्खन (पीनट बटर), पूर्ण दूध, मिल्क शेक, मांस तथा पनीर ।
- दिन में किसी भी समय अपना मनपसंद भोजन करें ।
- सबसे अधिक मात्रा में भोजन दिन में उस समय करें जब आपको तेज भूख लगी हो ।
- सूप तथा ग्रेवी अथवा सॉस और मांस में मक्खन अथवा मसाला (मार्गरिन) मिलाएं ।
- अनाजों, सब्जी के घोरबे, सूप अथवा सॉस में पूर्ण दूध अथवा क्रीम का प्रयोग करें ।
- कैसेरॉल्स, आलू, सब्जियों, अंडों अथवा सेंडविच में पनीर मिलाएं ।
- क्रीम पनीर चीज़ अथवा खट्टी क्रीमों का डिप्स, स्प्रेड्स अथवा टॉपिंग के रूप में प्रयोग करें ।

आपको होने वाली भोजन संबंधी किसी समस्या के संबंध में अपने चिकित्सक, नर्स अथवा आहार विशेषज्ञ से चर्चा करें ।

5/2006. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.