

Changes in Taste and Smell with Cancer Treatment

Your sense of taste or smell may change with cancer treatments. Some foods may have a bitter or metallic taste or may be less tasteful. Changes in taste and smell often improve after cancer treatment is complete.

Visit your dentist to rule out dental problems that may affect your taste.

Try these changes to improve taste and smell:

- Choose foods that look and smell good to you.
- Eat high protein foods like chicken, turkey, eggs, dairy products, mild tasting fish or tofu.
- Marinate meat, chicken or fish in sweet fruit juices, sweet wine, Italian salad dressing, or sweet and sour sauce.
- Use small amounts of seasonings such as basil, oregano or rosemary.
- If odors bother you, serve food at room temperature, turn on a kitchen fan, cover food when cooking or cook outdoors if possible.

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 स्वाद तथा गंध में बदलाव

स्वाद तथा गंध संबंधी आपकी अनुभूति में, कैंसर उपचार के दौरान बदलाव आ सकता है । कुछ प्रकार के भोजनों का स्वाद कड़वा अथवा धात्विक लग सकता है अथवा स्वाद में कमी आ सकती है । स्वाद तथा गंध के इन बदलावों में सामान्यतः कैंसर उपचार पूरा होने के बाद सुधार आ सकता है ।

अपने दंत चिकित्सक से परामर्श करें, जिससे यह निश्चित किया जा सके कि आप को दाँतों की ऐसी कोई समस्या नहीं है, जो आपके स्वाद को प्रभावित करती हो ।

स्वाद एवं गंध में आए इन परिवर्तनों के सुधार हेतु निम्नलिखित उपायों को आजमाएँ—

- ऐसे भोजन चुनें जो दिखने तथा गंध में आपको अच्छे लगें ।
- अधिक प्रोटीन वाले भोजन लें जैसे—मुर्गा (चिकन), टर्की, अंडे, डेयरी उत्पाद, हल्के स्वाद वाली मछली अथवा तोफू ।
- मांस, मुर्गे अथवा मछली को फलों के मीठे रस, मीठी षराब, इटेलियन सलाद, ड्रेसिंग अथवा या खट्टी—मीठी चटनी (सॉस) में भिगो कर रखें (मैरिनेट करें) ।
- थोड़ी मात्रा में गंध कारकों जैसे—तुलसी, ऑरेगानों अथवा रोज—मेरी का प्रयोग करें ।
- यदि गंधों से आपको परेशानी होती है तो कमरे के तापमान पर भोजन परोसें, रसोई का पंखा चला दें, पकाते समय भोजन को ढक दें अथवा संभव हो तो खुले स्थान में भोजन बनाएं ।

भोजन संबंधी किसी प्रकार की समस्या के समाधान हेतु 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.

Changes in Taste and Smell with Cancer Treatment. Hindi