

ਸੈਪਸਿਸ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ

ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕੁਝ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸੈਪਸਿਸ ਦਾ ਜੋਖਮ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਲੀਫਲੈਟ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਬਾਰੇ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ:

- ਸੈਪਸਿਸ ਕੀ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਕਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੋਈ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਸ਼ਬਦ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਲਕੀਰ ਪਈ ਹੋਈ ਹੈ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਅੰਤ ਤੇ ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਉਚਾਰਨ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਜੇ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਕਰ ਰਹੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਬਾਰੇ ਹੈ:

- ਸੈਪਸਿਸ ਕੀ ਹੈ
- ਮੈਨੂੰ ਸੈਪਸਿਸ ਕਿਉਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?
- ਸੈਪਸਿਸ ਕਦੋਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?
- ਮੈਨੂੰ ਸੈਪਸਿਸ ਹੋਣ ਦਾ ਕਿੰਨਾ ਜੋਖਮ ਹੈ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਸੈਪਸਿਸ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
- ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
- ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ
- ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ
- ਸੰਕਰਮਣ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਲੱਛਣ ਜੋ ਸੈਪਸਿਸ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਸੈਪਸਿਸ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਲੱਛਣ - 999 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ
- ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਏਗਾ?
- ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਕਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ
- ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਹਵਾਲੇ ਅਤੇ ਧੰਨਵਾਦ

ਸੈਪਸਿਸ ਕੀ ਹੈ

ਸੈਪਸਿਸ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਖੂਨ ਦਾ ਜਹਿਰੀਲਾਪਣ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਸੰਕਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜ੍ਹਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਖੁਦ ਤੇ ਹੀ ਹਮਲਾ ਕਰਕੇ ਸੰਕਰਮਣ ਵੱਲ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸੈਪਸਿਸ ਦਾ ਤੁਰੰਤ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਸੈਪਸਿਸ ਦਾ ਤੁਰੰਤ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਲੋਕ ਇਸ ਨਾਲ ਮਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਸੈਪਸਿਸ ਦਾ ਤੁਰੰਤ ਇਲਾਜ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ

ਮੈਨੂੰ ਸੈਪਸਿਸ ਕਿਉਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕੁਝ ਇਲਾਜ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜ੍ਹਣ ਵਿੱਚ ਅਯੋਗ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨਾਮਕ ਛੋਟੇ ਨਿਰਮਾਣ ਬਲਾਕਾਂ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਖੂਨ ਲਾਲ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਅਤੇ ਚਿੱਟੀ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਸਮੇਤ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨਾਲ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਚਿੱਟੀ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾ ਦੀ ਕਿਸਮ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜ੍ਹਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕੁਝ ਇਲਾਜ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚਿੱਟੀ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਘਟਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵਧੇਰੇ ਆਮ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਅਜਿਹਾ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਚਿੱਟੀ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਘੱਟ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਮਮੂਲੀ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਵੀ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸੈਪਸਿਸ ਕਦੋਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਜਾਂ ਸੈਪਸਿਸ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਜੋਖਮ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜ੍ਹਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚਿੱਟੀ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਹੀ-ਸਹੀ ਸਮਾਂ ਭਿੰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸਲਈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਜਿਆਦਾ ਜੋਖਮ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਮੈਨੂੰ ਸੈਪਸਿਸ ਹੋਣ ਦਾ ਕਿੰਨਾ ਜੋਖਮ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡਾ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਅਤੇ ਸੈਪਸਿਸ ਦਾ ਜੋਖਮ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਲਈਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਕਿਸਮਾਂ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਤੇ ਵੀ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਕਿਸਮ
- ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਆਕਾਰ
- ਕੀ ਕੈਂਸਰ ਇਸਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਦੀ ਥਾਂ ਤੋਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ
- ਤੁਹਾਡੀ ਸਧਾਰਨ ਸਿਹਤ।

ਕੀ ਮੈਂ ਸੈਪਸਿਸ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਤੁਸੀਂ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚਿੱਟੀ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਘਟਣ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੈਪਸਿਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਰੋਕ ਸਕਦੇ।

ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੰਮ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਆਪਣੀ ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ 24-ਘੰਟੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਵਨ ਬਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਦੇ 24-ਘੰਟੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੰਬਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਕਿਸਮ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਤੁਹਾਡੀ ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਕੈਂਸਰ ਟੀਮ ਜਾਂ ਹੀਮਾਟੋਲੋਜੀ ਟੀਮ ਦੇਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਫੋਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਵੀ 24-ਘੰਟੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੰਬਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੰਬਰ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਜੀਅ
- ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਸਤ
- ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿਕਰਮੀ।

ਦੇਰੀ ਨਾ ਕਰੋ - ਹਮੇਸ਼ਾ ਬਹੁਤ ਦੇਰ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਹਸਪਤਾਲ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਇਲਾਜ ਛੇਤੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏ ਤਾਂ ਸੈਪਸਿਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਸੌਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਜਿਸਦੇ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਸੈਪਸਿਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਜੋਖਮ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਸਹਿਕਰਮੀਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।
- ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰੰਤ ਹਸਪਤਾਲ ਕਿਵੇਂ ਜਾਓਗੇ, ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਕੌਣ ਲੈਕੇ ਜਾਏਗਾ।
- ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਇਹ ਆਪਣੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਚਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਣ (ਪੂਰਵ ਸੰਕ੍ਰਮਣ)। ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
- ਸੈਪਸਿਸ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਆਪਣੀ ਕੈਂਸਰ ਟੀਮ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੱਛਣ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਦਾ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਨਾ ਕਰੋ। ਨਾ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸੈਪਸਿਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਆਪੇ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ-ਅੰਸ਼ਾਂ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ) ਦੇ ਨਾਲ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਕਰਨਾ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ

ਤੁਸੀਂ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਫਲੂ (ਇਨਫਲੂਏਂਜ਼ਾ) ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਖਰੀਦੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਸਕੋ।
- ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਚੈਕ-ਅਪ ਕਰਵਾਓ।

ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ

ਆਮ ਜਿੰਦਗੀ ਜਿਉਣ ਤੋਂ ਡਰੋ ਨਹੀਂ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੀੜ-ਭੜੱਕੇ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤਕ ਤੁਹਾਡੀ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੀ। ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੌਰਾਨ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜੀਵਾਣੂਆਂ ਦੁਆਰਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਨੂੰ ਕਰਕੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਰੇ ਜਾਂ ਖਰੌਚ ਨੂੰ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਸਾਫ ਕਰ ਲਓ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਨਾਲ ਢੱਕ ਲਓ।
- ਆਪਣੇ ਦੰਦ ਹਰਰੋਜ਼ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਦੋ ਵਾਰੀ ਸਾਫ ਕਰੋ।
- ਬਿਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕੋਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ, ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਛੋਟੀ ਮਾਤਾ, ਦਸਤ ਜਾਂ ਬੁਖਾਰ ਹੈ।
- ਆਪਣੀ ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਦੀ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਥਾਂ ਤੋਂ ਹੋ ਕੇ ਆਏ ਹੋ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਲੋਕ ਗਏ ਸਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਛੋਟੀ ਮਾਤਾ ਹੋਈ ਹੈ।
- ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ ਅਤੇ ਸ਼ੋਚ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।
- ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਮਲ ਨੂੰ ਸਪਰਸ਼ ਕਰਨ ਜਾਂ ਹਟਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।
- ਬਾਗਬਾਨੀ ਅਤੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੀਰਾ ਲਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਸਾਫ ਦਸਤਾਨੇ ਵਰਤੋ।
- ਸਹੀ ਤਾਪਮਾਨ ਤੇ ਭੋਜਨ ਪਕਾਓ ਅਤੇ ਸਹੀ ਤਾਪਮਾਨ ਤੇ ਭੋਜਨ ਸਟੋਰ ਕਰੋ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਆਹਾਰ ਬਾਰੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹਰੇਕ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਸਾਰੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਹਾਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਹਾਰ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏਗਾ।

ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਲੱਛਣ ਜੋ ਸੈਪਸਿਸ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ

ਆਪਣੀ ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੇ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਹੈ:

- ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਤੰਦਰੁਸਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਬਿਸਤਰ ਤੋਂ ਉੱਠ ਨਹੀਂ ਪਾਂਦੇ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਤਾਪਮਾਨ 37.5°C (99.5°F) ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਤਾਪਮਾਨ 36°C (96.8°F) ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਕਾਂਬਾ, ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਠੰਡ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਨਿੱਘ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਪਾਉਂਦਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 'ਫਲੂ (ਇਨਫਲੂਏਂਜ਼ਾ)' ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤਲੱਗੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ 4 ਜਾਂ ਵਧ ਪਤਲੇ, ਪਾਣੀ ਵਰਗੇ ਮਲ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੇ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਹੈ:

ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਲੱਛਣ

- ਦਰਦ ਜਾਂ ਬੇਅਰਾਮੀ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਦੇ ਹੋ (ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨਾ)
- ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਵਧ ਵਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਜਾਣਾ
- ਅਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਮੂਤਰਾਸ਼ੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ
- ਆਪਣੇ ਮੂਤਰਾਸ਼ੇ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦੀ ਉਡੀਕ ਨਾ ਕਰ ਪਾਉਣਾ
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲ ਜਾਣਾ (ਅਸੰਜਮ)
- ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ (ਉਦਰ) ਦੇ ਨਿਚਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਜੋ ਧੁੰਦਲਾ ਜਿਹਾ ਹੋਏ ਜਾਂ ਬੇ ਆਉਂਦੀ ਹੋਏ, ਜਾਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਆਏ।

ਛਾਤੀ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਲੱਛਣ

- ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ
- ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁਖਣਾ
- ਖਾਂਸੀ ਵਿੱਚ ਹਰੀ ਬਲਗਮ ਆਉਣਾ।

ਤਵਚਾ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਲੱਛਣ।

- ਲਾਲੀ, ਤਾਪ, ਸੋਜਿਸ਼ ਜਾਂ ਦਰਦ (ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ PICC ਲਾਈਨ, ਕੇਂਦਰੀ ਰੇਖਾ, ਕਟ ਜਾਂ ਜਖਮ ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ)।

ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਲੱਛਣ

- ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦ ਜਾਂ ਮਸੂੜੇ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ ਦਰਦ ਜੋ ਅਚਾਨਕ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਬਦਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
- ਦਰਦ ਜੋ ਫੈਲ ਕੇ ਉਸ ਪਾਸੇ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਨ, ਜਬਾੜੇ ਅਤੇ ਗਰਦਨ ਤਕ ਆ ਗਈ ਹੈ ਜਿਸ ਪਾਸੇ ਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਦੰਦ ਜਾਂ ਮਸੂੜਾ ਦਰਦ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੇ ਚੇਹਰੇ ਤੇ ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਸੋਜਿਸ਼।

ਸੈਪਸਿਸ ਦੇ ਪਿਛਲੇਰੇ ਲੱਛਣ - 999 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੈਪਸਿਸ ਦੇ ਪਿਛਲੇਰੇ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਗੰਭੀਰ ਨੁਕਸਾਨ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਤਾਂ 999 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ:

- ਅਸਪਸ਼ਟ ਬੋਲੀ ਜਾਂ ਉਲਝਣ
- ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਕਾਂਬਾ ਜਾਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦੀ ਦਰਦ
- ਪੂਰੇ ਦਿਨ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਾ ਆਉਣਾ
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਣਾ
- ਤਵਚਾ ਜੇ ਧੱਬੇਦਾਰ ਜਾਂ ਰੰਗਹੀਨ ਹੋ ਗਈ ਹੈ
- ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਣਾ – ਇਸ ਤੋਂ ਬੁਰਾ ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੋਣਾ।

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਏਗਾ?

ਟੈਲੀਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਮੁਲਾਂਕਣ

ਤੁਹਾਡੀ ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤਾਪਮਾਨ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇਗੀ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉੱਥੇ ਰਹਿਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

ਹਸਪਤਾਲ ਮੁਲਾਂਕਣ

ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਾਤਕਾਲੀਨ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਕਰੇਗੀ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੋਏਗੀ। ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਦੀ ਇਹ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਪਹੁੰਚਣ ਦੇ 1 ਘੰਟੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਦੇ ਪਰ੍ਵਾਹ ਵਿੱਚ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਜਾਂ ਡਰਿੱਪ (ਨਾੜੀ ਰਾਹੀਂ) ਰਾਹੀਂ ਐਂਟੀਬਾਯੋਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡਾ ਮੁਆਇਨਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਥੋੜ੍ਹਾ ਖੂਨ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਨਮੂਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜ੍ਹਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚਿੱਟੀਆਂ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਕਿੰਨੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਹੋਰਨਾਂ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਇਹ ਨਿਰਣਾ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜ੍ਹਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚਿੱਟੀ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਦੀ ਘਾਟ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਜਾਂ ਸੈਪਸਿਸ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਹਨ।

ਇਲਾਜ ਵਿਕਲਪ

ਸੈਪਸਿਸ ਵਾਲੇ ਜਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖੂਨ-ਪ੍ਰਵਾਹ ਵਿੱਚ ਐਂਟੀਬਾਯੋਟਿਕ ਇਲਾਜ ਦੇਣ ਵਾਸਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣ ਲਈ ਐਂਟੀਬਾਯੋਟਿਕ ਗੋਲੀਆਂ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣਾ ਕਿੰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਠਹਿਰਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਹਸਪਤਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਐਂਟੀਬਾਯੋਟਿਕ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਵਾਸਤੇ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਰਹਿਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਕਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਥੋਂ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- **ਮੈਕਮਿਲਨ ਸੁਪੋਰਟ ਲਾਈਨ (Macmillan Support Line) (0808 808 00 00)**। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਹਨ, ਇਸਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਿਰਫ ਸਾਨੂੰ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਅਸੀਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਫ਼ੋਨ ਲਾਈਨ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ, ਸਵੇਰੇ 8 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 8 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਹੈ।
- **ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ (macmillan.org.uk)**। ਸਾਡੀ ਸਾਈਟ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨਾਲ ਜਿਉਣ ਬਾਰੇ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਾਫੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ macmillan.org.uk/translations ਤੇ ਦੂਜੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ
- **ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਸੇਵਾਵਾਂ**। ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਖੇ, ਤੁਸੀਂ ਕੈਂਸਰ ਸੁਪੋਰਟ ਦੇ ਮਾਹਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਲਿਖਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ macmillan.org.uk/informationcentres ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਨੇੜਲੇ ਕੇਂਦਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਜਾਂ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਇਸਦਾ ਕੇਂਦਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- **ਸਥਾਨਕ ਸਹਿਯੋਗੀ ਸਮੂਹ** – ਸਹਿਯੋਗੀ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਹਨ। ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ macmillan.org.uk/supportgroups ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਨੇੜਲੇ ਸਮੂਹ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਜਾਂ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- **ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਆਨਲਾਈਨ ਕਮਿਊਨਿਟੀ** – ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ macmillan.org.uk/community ਤੇ ਆਨਲਾਈਨ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ

ਸ਼ਬਦ (ਟੀਚਾ ਭਾਸ਼ਾ)	ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ	ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਪੰਜਾਬੀ	ਮਤਲਬ
ਐਂਟੀਬਾਯੋਟਿਕਸ	Antibiotics	ਐਂਟੀਬਾਯੋਟਿਕਸ	ਦਵਾ ਜੋ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੀ ਹੈ।
ਸੰਕ੍ਰਮਣ	Infection	ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ	ਜਦੋਂ ਜੀਵਾਣੂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਬਿਮਾਰੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।
ਸੈਂਟਰਲ ਲਾਈਨ	Central Line	ਸੈਂਟਰਲ ਲਾਈਨ	ਇਕ ਪਤਲੀ ਟਿਊਬ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੀ ਨੱਸ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਇੱਕ ਸਿਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਟੀਮ	Hospital team	ਹੋਸਪਿਟਲ ਟੀਮ	ਡਾਕਟਰਾਂ, ਨਰਸਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੀ ਟੀਮ ਜੋ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰੇਗੀ।
ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ	Chemotherapy	ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ	ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਉਹ ਇਲਾਜ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਣ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।
ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ	Cells	ਸੈੱਲਜ਼	ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਬਿਲਡਿੰਗ ਬਲਾਕ ਜੋ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਉਤਕਾਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ।
ਚਿੱਟੀ ਖੂਨ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ	White blood cells	ਵਾਈਟ ਬਲੱਡ ਸੈੱਲਜ਼	ਸਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਜੋ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜਦੀਆਂ ਹਨ।
ਛੋਟੀ ਮਾਤਾ	Chicken pox	ਚਿਕਨ ਪਾਕਸ	ਇੱਕ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਜਿਸਦੇ ਕਾਰਨ ਬੁਖਾਰ, ਤਵਚਾ ਤੇ ਲਾਲ ਦਾਨੇ ਅਤੇ ਖੁਜਲੀਦਾਰ ਤਵਚਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
ਦਸਤ	Diarrhoea	ਡਾਇਰਿਆ	ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ 4 ਜਾਂ ਵਧ ਪਤਲੇ, ਪਾਣੀ ਵਰਗੇ ਮਲ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

PICC ਲਾਈਨ	PICC line	PICC ਲਾਈਨ	ਇਕ ਪਤਲੀ ਟਿਊਬ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਦੀ ਨੱਸ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਇੱਕ ਸਿਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ	Flu vaccine	ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ	ਵੈਕਸੀਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਫਲੂ (ਇਨਫਲੂਏਂਜ਼ਾ) ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।
ਫਲੂ (ਇਨਫਲੂਏਂਜ਼ਾ)	Flu (influenza)	ਫਲੂ (ਇਨਫਲੂਏਂਜ਼ਾ)	ਫੇਫੜਿਆਂ ਅਤੇ ਹਵਾ-ਮਾਰਗਾਂ (ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਉਹ ਰਸਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰਾਹੀਂ ਅਸੀਂ ਸਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ) ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਇਸਦੇ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
ਬੁਖਾਰ	Fever	ਫੀਵਰ	ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜਨ ਲਈ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਸੀਨਾ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਅਤੇ ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ	Side effects	ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਸ	ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਅਣਚਾਹੇ ਪ੍ਰਭਾਵ, ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਝੜਣਾ, ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ।
ਮੂਤਰਾਸ਼ੇ	Bladder	ਬਲੈਡਰ	ਤੁਹਾਡੇ ਸ਼ੇਚ ਜਾਣ ਤਕ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਅੰਗ।
ਲਾਲ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ	Red blood cells	ਰੈਡ ਬਲੱਡ ਸੈੱਲਜ਼	ਸਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਆਕਸੀਜਨ ਲੈ ਜਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।
ਵੈਕਸੀਨ	Vaccine	ਵੈਕਸੀਨ	ਇੱਕ ਇਲਾਜ ਜਿਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਕਸਰ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:

ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ	ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਜੁੜਣਾ
<ul style="list-style-type: none">ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰਫੇਫੜੇ ਦਾ ਕੈਂਸਰਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਕੈਂਸਰ	<ul style="list-style-type: none">ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਰੋਗ-ਪਛਾਣ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ – ਇੱਕ ਤਤਕਾਲ ਗਾਈਡਖਾਣ-ਪੀਣ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰਜੀਵਨ ਦਾ ਅੰਤਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ - ਬੈਨਿਫਿਟਸ (ਫਾਇਦੇ)ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ – ਖਰਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨਥਕਾਵਟ (ਥਕੇਵਾਂ) ਅਤੇ ਕੈਂਸਰਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
ਇਲਾਜ <ul style="list-style-type: none">ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀਸਰਜਰੀ	

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ, ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਓ macmillan.org.uk/translations

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰੋ

ਤੁਸੀਂ ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਨੂੰ 0808 808 00 00 ਤੇ ਮੁਫਤ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਦੁਬਾਸੀਏ ਰਾਹੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਵਾਲਾਂ ਬਾਰੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬਸ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਸ਼ਬਦ ਬੋਲੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਾਲ ਕਰੋ (ਬੋਲੋ "ਪੰਜਾਬੀ")।

ਅਸੀਂ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ, ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ 8 ਵਜੇ ਤਕ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਹਾਂ।

ਸਾਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਦਦਗਾਰ ਲੱਗੀ ਹੋਏਗੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਵੀ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ। ਬਸ ਸਾਨੂੰ 0808 808 00 00 ਤੇ (ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ 8 ਵਜੇ ਤਕ) ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦੀਦਾ ਭਾਸ਼ਾ ਲਈ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਰੋ।

ਹਵਾਲੇ ਅਤੇ ਧੰਨਵਾਦ

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿਕਾਸ (Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development) ਦੀ ਟੀਮ ਦੁਆਰਾ ਲਿਖਿਆ ਅਤੇ ਸੰਸ਼ੋਧਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਇੱਕ ਅਨੁਵਾਦ ਕੰਪਨੀ ਦੁਆਰਾ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਦੀ ਪੁਸਤਿਕਾ **ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸੈਪਸਿਸ** ਉੱਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਫੀ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਪੂਰੀ ਪੁਸਤਿਕਾ ਸਿਰਫ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਹੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਸਬੰਧਤ ਮਾਹਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਸਾਡੇ ਮੁੱਖ ਚਿਕਿਤਸਕੀ ਸੰਪਾਦਕ, ਪਰੋਫੈਸਰ ਟਿਮ ਇਵੇਸਨ (Professor Tim Iveson), ਕਨਸਲਟੈਂਟ ਮੈਡੀਕਲ ਓਨਕੋਲੋਜਿਸਟ (Consultant Medical Oncologist) ਅਤੇ ਮੈਕਮਿਲਨ ਚੀਫ ਮੈਡੀਕਲ ਐਡੀਟਰ (Macmillan Chief Medical Editor) ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵੀ ਧੰਨਵਾਦ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ।

ਸਾਡੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਰਵਸਰੋਸ਼ ਉਪਲਬਧ ਸਬੂਤ ਉੱਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਇੱਥੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

cancerinformationteam@macmillan.org.uk

MAC18335_Punjabi

ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ: ਅਕਤੂਬਰ 2018

ਅਗਲੀ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਸਮੀਖਿਆ: 2021

ਅਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਹਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਿਲਕੁਲ ਦਰੁਸਤ ਹੋਵੇ ਪਰ ਚਿਕਿਤਸਕੀ ਖੋਜ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਬਦਲਣ-ਯੋਗ ਵਰਤਮਾਨ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਤੀਜੀ-ਪਾਰਟੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਗਲਤੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਖਰਾਬੀ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੇਵਦਾਰੀ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੈਬਸਾਈਟਾਂ ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਲਿੰਕ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।

© ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸਪੋਰਟ (Macmillan Cancer Support) 2020। ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਸ (261017), ਸਕਾਟਲੈਂਡ (SC039907) ਅਤੇ ਆਈਲ ਆਫ ਮੈਨ (604) ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪੰਜੀਕ੍ਰਿਤ ਦਾਨੀ-ਸੰਸਥਾ। ਪੰਜੀਕ੍ਰਿਤ ਦਫਤਰ 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

MAC18335_Punjabi

Sepsis and cancer

Cancer and some cancer treatments can increase your risk of sepsis. This leaflet explains:

- what sepsis is
- when you need to contact your hospital team
- what you can do to protect yourself.

Any words that are underlined are explained in the word list at the end. The word list also includes the pronunciation of the words in English.

If you have any questions about this information, ask your doctor or nurse at the hospital where you are having treatment.

This information is about:

- What is sepsis?
- Why might I get sepsis?
- When might sepsis happen?
- What is my risk of getting sepsis?
- Can I prevent sepsis?
- How can I help myself?
- Looking after yourself before cancer treatment
- Looking after yourself during cancer treatment
- Symptoms of an infection that may lead to sepsis
- Later symptoms of sepsis – call 999
- What will happen when I call my hospital team?
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in [language]
- References and thanks

What is sepsis?

Sepsis is sometimes called blood poisoning. It happens when your body reacts to an infection by attacking itself instead of fighting the infection.

Sepsis needs to be treated in hospital quickly. People can die from sepsis if it is not treated quickly.

When sepsis is treated quickly, most people make a full recovery

Why might I get sepsis?

Cancer and some cancer treatments can make your body unable to fight infections.

Our bodies are made up of tiny building blocks called cells. Our blood is made of cells, including red blood cells and white blood cells.

A type of white blood cell helps our bodies to fight infection. Some cancer treatments reduce the number of these white blood cells in our bodies. This is most common if you have chemotherapy, but it can happen with other cancer treatments too.

If you have a low number of these white blood cells, a minor infection can become very serious. It can cause death within a few hours.

When might sepsis happen?

An infection or sepsis can happen at any time. Your risk is usually highest when you have the lowest number of the white blood cells that fight infection. The exact time can vary, so ask your hospital team when you are most at risk.

What is my risk of getting sepsis?

Your risk of infection and sepsis depends on the type of cancer drugs you are having. It also depends on:

- the type of cancer you have
- the size of the cancer
- whether the cancer has spread from where it started to another part of your body
- your age
- your general health.

Can I prevent sepsis?

You cannot stop the number of white blood cells that fight infection from getting lower. This means you cannot prevent sepsis.

The most important thing you can do is call your hospital team's 24-hour helpline straight away if you have any concerns. This reduces your risk of developing a serious problem from an infection and can save your life.

How can I help myself?

You should keep your hospital team's 24-hour helpline number with you at all times. Your hospital team will be either a cancer team or a haematology team, depending on the type of cancer you have.

If someone else might need to phone the hospital for you, they should have the 24-hour helpline number too. People who might need the number are:

- members of your family
- your friends
- your work colleagues.

Do not delay – always call the hospital sooner rather than later. Sepsis is easy to treat if the treatment starts early.

These are also other ways you can help yourself:

- Tell your family, friends and work colleagues about your risk of sepsis.
- Plan how you would get to hospital quickly, for example who would look after your children or help you to get to hospital.
- Check for the symptoms of an infection when it is in its early stages (early infection). We describe these in this information.
- Check for the symptoms of sepsis. We describe these in this information.
- Call your cancer team urgently if you have any symptoms of infection.

It can be difficult to know if the symptoms you have are of an infection or another treatment side effect. Do not delay contacting your hospital team. Neither you or your doctor can tell which infections might lead to sepsis. This is why all infections people get during cancer treatment are treated urgently.

Infections do not get better on their own. Early infections can be treated easily with antibiotics. But delaying treatment for an infection can be dangerous.

Looking after yourself before cancer treatment

You can look after yourself before treatment by doing the following:

- Talk to your doctor or nurse about getting the flu (influenza) vaccine.
- Buy a thermometer, so you can check your temperature.
- Have a dental check before you start cancer treatment.

Looking after yourself during cancer treatment

Do not be afraid to live your life as normal. You do not need to avoid crowded places or stop seeing family and friends unless your hospital team has told you to.

Infections during chemotherapy are usually caused by bacteria that are naturally present in your own body.

You can help yourself during treatment by doing the following:

- Clean any cuts or grazes straight away and cover them with a plaster.
- Clean your teeth at least twice a day.
- Avoid people who are ill, for example people with chicken pox, diarrhoea or a fever.
- Call your hospital team's helpline if you have been in the same place as people with chicken pox.
- Wash your hands before and after you eat and wash your hands after using the toilet.
- Wash your hands straight away after touching or removing animal waste.
- Use clean gloves for gardening and any other activities where you might cut yourself.
- Cook food at the correct temperature and store food at the correct temperature.
- Follow any advice you are given about your diet. Not all patients need to make changes to their diet. If you need to change your diet, you will be told about this at the start of your treatment.

Symptoms of an infection that may lead to sepsis

Contact your hospital team urgently if you have any of the following symptoms of infection:

- You feel less well than normal or unable to get out of bed.
- Your temperature goes over 37.5°C (99.5°F).
- Your temperature goes below 36°C (96.8°F).
- You feel shivery, freezing cold and unable to get warm, like when you have 'flu (influenza).
- You have diarrhoea. This means having 4 or more loose, watery bowel movements in 24 hours.

There are some types of infection that have other symptoms. You should contact your hospital team urgently if you have any of these symptoms:

Symptoms of a urine infection

- pain or discomfort when you pee (pass urine)
- peeing more often than usual
- feeling that your bladder is not fully emptying
- being unable to wait to empty your bladder
- leaking urine (incontinence)
- pain low down in your tummy area (abdomen)
- urine that is cloudy or foul smelling, or that contains blood.

Symptoms of a chest infection

- breathlessness
- a sore chest
- coughing up green phlegm.

Symptoms of a skin infection.

- redness, heat, swelling or pain (especially around a PICC line, central line, cut or wound).

Symptoms of a tooth infection

- throbbing pain in your tooth or gum that may come on suddenly and slowly gets worse
- pain that spreads to your ear, jaw and neck on the same side as the painful tooth or gum
- redness or swelling in your face.

Later symptoms of sepsis – call 999

If you have the later symptoms of sepsis, you need medical help straightaway. You need medical help to save your life and prevent serious damage to your body.

If you have any of these symptoms, call 999:

- slurred speech or confusion
- extreme shivering or muscle pain
- passing no urine in a day
- severe breathlessness
- skin that is mottled or discoloured
- feeling generally very unwell – it may be the worst you have ever felt.

What will happen when I call my hospital team?

Telephone assessment

Your hospital team will ask about your symptoms and your temperature. They might ask you to go to hospital urgently and you might have to stay in. It is important to go to the hospital as soon as possible, so you can be seen and given treatment if needed.

Hospital assessment

The hospital team will treat you as an emergency, but you will not usually need to be isolated in a separate room. The hospital team are likely to:

- offer you antibiotics by injection or through a drip into your bloodstream (intravenously) within 1 hour of your arrival
- examine you
- take some blood, including a sample to find out the number of white blood cells that fight infection in your blood
- arrange other tests, depending on the signs and symptoms you have

- decide whether you have too low a number of the white blood cells that fight infection and whether you have an infection or signs of sepsis.

Treatment options

Most people with sepsis need to stay in hospital for antibiotic treatment into their bloodstream.

If you are unlikely to have any problems from your infection, the hospital team might give you antibiotic tablets to take at home instead. They will tell you how important it is to go back to hospital quickly if you have any problems.

If you need to stay in hospital, your hospital team will talk to you about what antibiotic treatment you need and for how long. They will also talk to you about how long you might need to stay in hospital for.

How Macmillan can help you

Macmillan is here to help you and your family. You can get support from:

- **The Macmillan Support Line (0808 808 00 00).** We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use. We can answer medical questions, give you information about financial support, or talk to you about your feelings. The phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm.
- **The Macmillan website (macmillan.org.uk).** Our site has lots of English information about cancer and living with cancer. There is more information in other languages at macmillan.org.uk/translations
- **Information and support services.** At an information and support service, you can talk to a cancer support specialist and get written information. Find your nearest centre at macmillan.org.uk/informationcentres or call us. Your hospital might have a centre.
- **Local support groups** – At a support group you can talk to other people affected by cancer. Find a group near you at macmillan.org.uk/supportgroups or call us.
- **Macmillan Online Community** – You can also talk to other people affected by cancer online at macmillan.org.uk/community

Word list

Word (target language)	In English	How to say in English (transliteration of English word)	Meaning
	Antibiotics		Medicine that treats an <u>infection</u> .
	Bladder		The organ in your body that stores urine until you go to the toilet.
	Cells		The tiny building blocks that make up the organs and tissues of our bodies.
	Central line		A thin tube that goes into a vein in your chest. It is used to give <u>chemotherapy</u> . One end stays outside the body.
	Chemotherapy		A cancer treatment that uses drugs to kill cancer cells.
	Chicken pox		An <u>infection</u> that causes a <u>fever</u> , skin rash and itchy skin. People usually get this when they are a child.
	Diarrhoea		Having 4 or more loose, watery bowel movements in 24 hours.
	Fever		When your body temperature gets hotter than usual to fight an <u>infection</u> . This can also make you sweat and feel weak and dizzy.
	Flu (influenza)		An infection of the lungs and airways (the passages we breathe through in our bodies). This can also cause <u>fever</u> and aches in your body.
	Flu vaccine		A <u>vaccine</u> that protects you from getting the <u>flu</u> (<u>influenza</u>).

	Hospital team		The team of doctors, nurses and other professionals who will look after you in hospital.
	Infection		When bacteria gets into your body and causes an illness.
	PICC line		A thin tube that goes into a vein in your arm. It is used to give <u>chemotherapy</u> . One end stays outside the body.
	Red blood cells		<u>Cells</u> in our blood that carry oxygen around the body.
	Side effects		Unwanted effects of cancer treatment, for example hair loss, feeling sick or tiredness.
	Vaccine		A treatment that aims to give your body protection (immunity) from a particular <u>infection</u> . It is often given by injection.
	White blood cells		<u>Cells</u> in our blood that fight <u>infection</u> .

More information in [language]

We have information in [language] about these topics:

<p>Types of cancer</p> <ul style="list-style-type: none">• Breast cancer• Large bowel cancer• Lung cancer• Prostate cancer <p>Treatments</p> <ul style="list-style-type: none">• Chemotherapy• Radiotherapy• Surgery	<p>Coping with cancer</p> <ul style="list-style-type: none">• If you are diagnosed with cancer – a quick guide• Eating problems and cancer• End of life• Financial support – benefits• Financial support – help with costs• Healthy eating• Tiredness (fatigue) and cancer• Side effects of cancer treatment• What you can do to help yourself
---	---

To see this information, go to [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

Speak to us in [language]

You can call Macmillan free on **0808 808 00 00** and speak to us in [language] through an interpreter. You can talk to us about your worries and medical questions. Just say [language] in English when you call (say “xxxxx”).

We are open 7 days a week, 8am to 8pm.

References and thanks

This information has been written and edited by Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development team. It has been translated into [language] by a translation company.

The information included is based on the Macmillan booklet **Cancer treatments and sepsis**. We can send you a copy, but the full booklet is only available in English.

The information in this booklet has been reviewed by relevant experts and approved by our Chief Medical Editor, Professor Tim Iveson, Consultant Medical Oncologist and Macmillan Chief Medical Editor.

Thanks also to the people affected by cancer who reviewed this information.

All our information is based on the best evidence available. For more information about the sources we use, please contact us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

MAC18335_Language

Content reviewed: October 2018

Next planned review: 2021

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate but it should not be relied upon to reflect the current state of medical research, which is constantly changing. If you are concerned about your health, you should consult your doctor. Macmillan cannot accept liability for any loss or damage resulting from any inaccuracy in this information or third-party information such as information on websites to which we link.

© Macmillan Cancer Support 2020. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

MAC18335_Language