

સેપ્સિસ અને કૅન્સર

કૅન્સર અને કેટલીક કૅન્સરની સારવારથી તમને સેપ્સિસ થવાનું જોખમ વધી શકે છે. આ પત્રિકા સમજાવે છે:

- સેપ્સિસ શું છે
- તમારે તમારી હોસ્પિટલની ટીમનો સંપર્ક ક્યારે કરવો જોઈએ
- પોતાને સુરક્ષિત રાખવા તમે શું કરી શકો છો.

નીચે લીટી કરેલા શબ્દો અંતમાં આપેલી શબ્દ સૂચીમાં સમજાવવામાં આવ્યા છે. શબ્દ સૂચિ અંગ્રેજીમાં શબ્દોના ઉચ્ચારણનો પણ સમાવેશ કરે છે.

જો તમને આ માહિતી વિશે કોઈ પ્રશ્નો હોય, તો જ્યાં તમે સારવાર લઈ રહ્યા હો ત્યાંના ડૉક્ટર અથવા નર્સને પૂછી શકો છો.

આ માહિતી નીચેની બાબત વિશે છે:

- સેપ્સિસ શું છે?
- મને કેમ સેપ્સિસ થઈ શકે છે?
- સેપ્સિસ ક્યારે થઈ શકે છે?
- મને સેપ્સિસ થવાનું જોખમ શું છે?
- શું હું સેપ્સિસ રોકી શકું?
- હું મારી જાતને કેવી રીતે મદદ કરી શકું?
- કૅન્સરની સારવાર પહેલાં તમારી જાતની સંભાળ રાખવી
- કૅન્સરની સારવાર પહેલાં તમારી જાતની સંભાળ રાખવી
- એવા ચેપના લક્ષણો જેના કારણે સેપ્સિસ થઈ શકે છે
- પાછળથી સેપ્સિસના લક્ષણો – 999 ને કોલ કરો
- જ્યારે હું મારી હોસ્પિટલની ટીમને કોલ કરું ત્યારે શું થશે?
- મેકમિલન (Macmillan) તમને કેવી રીતે મદદ કરી શકે છે
- શબ્દ સૂચિ
- ગુજરાતી ભાષામાં વધુ માહિતી
- સંદર્ભ અને આભારદર્શન

સેપ્સિસ શું છે?

સેપ્સિસને કેટલીકવાર રક્ત-વિષાક્રતતા કહેવામાં આવે છે. તે ત્યાયારે ય છે જ્યારે તમારું શરીર ચેપ સામે લડવાની બદલે પોતા પર હુમલો કરીને ચેપ માટે પ્રતિક્રિયા આપે છે.

હોસ્પિટલમાં ઝડપથી સેપ્સિસની સારવાર થવી જરૂરી છે. જો ઝડપથી સારવાર ન કરવામાં આવે તો લોકો સેપ્સિસથી મરી શકે છે.

જ્યારે સેપ્સિસની સારવાર ઝડપથી કરવામાં આવે છે, ત્યારે મોટાભાગના લોકો સંપૂર્ણપણે ઠીક થઈ જાય છે

મને કેમ સેપ્સિસ થઈ શકે છે?

કેન્સર અને કેટલીક કેન્સરની સારવાર તમારા શરીરને ચેપ સામે લડવામાં અસમર્થ બનાવી શકે છે.

આપણું શરીર કોષો કહેવાતા નાના મૂળભૂત ઘટકોથી બન્યું છે. આપણું રક્ત કોષોથી બનેલું છે, જેમાં લાલ રક્તકોષો અને સફેદ રક્તકોષોનો સમાવેશ થાય છે.

એક પ્રકારનું સફેદ રક્તકોષ આપણા શરીરને ચેપ સામે લડવામાં મદદ કરે છે. કેટલીક કેન્સરની સારવાર આપણા શરીરમાં આ સફેદ રક્તકોષોની સંખ્યા ઘટાડે છે. જો તમને કીમોથેરેપી લીધી હોય તો આ ખૂબ સામાન્ય છે, પરંતુ તે કેન્સરની અન્ય સારવાર સાથે પણ થઈ શકે છે.

જો તમારામાં આ સફેદ રક્તકોષોની સંખ્યા ઓછી હોય, તો એક નાનો ચેપ પણ ખૂબ ગંભીર બની શકે છે. તે થોડા કલાકોમાં મૃત્યુનું કારણ બની શકે છે.

સેપ્સિસ ક્યારે થઈ શકે છે?

ચેપ અથવા સેપ્સિસ કોઈપણ સમયે થઈ શકે છે. જ્યારે તમારામાં ચેપ સામે લડતા સફેદ રક્તકોષોની સંખ્યા સૌથી ઓછી હોય ત્યારે તમારા માટે જોખમ સામાન્ય રીતે સૌથી વધુ હોય છે. ચોક્કસ સમય બદલાઈ શકે છે, તેથી તે સમય જ્યારે તમારા માટે જોખમ વધુ હોય તે વિશે તમારી હોસ્પિટલની ટીમને પૂછો.

મને સેપ્સિસ થવાનું જોખમ શું છે?

તમારા માટે ચેપ અને સેપ્સિસનું જોખમ તમે લેતા હોવ તેવી કૅન્સરની દવાઓના પ્રકાર પર આધારિત છે. તે આ પર પણ આધારિત છે:

- તમને જે પ્રકારનું કૅન્સર હોય
- કૅન્સરનું કદ
- શું કૅન્સર જ્યાંથી શરૂ થયું હતું ત્યાંથી તમારા શરીરના બીજા ભાગમાં તે ફેલાયું છે
- તમારી ઉંમર
- તમારું સામાન્ય આરોગ્ય

શું હું સેપ્સિસ રોકી શકું?

તમે ચેપ સામે લડતા સફેદ રક્તકોષોની સંખ્યાને ઓછી થવાથી રોકી શકતા નથી. આનો અર્થ એ છે કે તમે સેપ્સિસને રોકી શકતા નથી.

જો તમને કોઈ ચિંતા હોય તો તમે કરી શકો તે સૌથી અગત્યની વસ્તુ તરત જ તમારી હોસ્પિટલની ટીમની 24-કલાકની હેલ્પલાઇન પર કોલ કરવાની છે. આ તમારા માટે ચેપથી કોઈ ગંભીર સમસ્યા વિકસાવવાનું જોખમ ઘટાડે છે અને તમારું જીવન બચાવી શકે છે.

હું મારી જાતને કેવી રીતે મદદ કરી શકું?

તમારે તમારી હોસ્પિટલની ટીમની 24-કલાકની હેલ્પલાઇનનો નંબર હંમેશાં તમારી સાથે રાખવો જોઈએ. તમારી હોસ્પિટલની ટીમ તમને જે પ્રકારનું કૅન્સર હોય તેના આધારે કાં તો કૅન્સરની ટીમ અથવા હેમેટોલોજીની ટીમ હશે.

જો કોઈ બીજાને તમારા માટે હોસ્પિટલમાં ફોન કરવાની જરૂર પડે, તો તેમની પાસે 24-કલાકની હેલ્પલાઇનનો નંબર હોવો જોઈએ. જે લોકોને નંબરની જરૂર પડી શકે છે તે છે:

- તમારા પરિવારના સભ્યો
- તમારા મિત્રો
- તમારા કાર્ય પરના સાથીઓ.

વિલંબ કરશો નહીં - હંમેશાં હોસ્પિટલને પછીથી કોલ કરવા કરતાં વહેલો કોલ કરો. જો સારવાર વહેલી તકે શરૂ થાય છે તો સેપ્સિસનો ઉપચાર સરળ છે.

પોતાને મદદ કરવાની અન્ય રીતો પણ છે:

- તમારા પરિવાર, મિત્રો અને કાર્ય પરના સાથીઓને તમને સેપ્સિસ થવાના જોખમ વિશે કહો.
- તમે કેવી રીતે ઝડપથી હોસ્પિટલમાં પહોંચી શકશો તેની યોજના બનાવો, ઉદાહરણ તરીકે તમારા બાળકોની સંભાળ કોણ રાખશે અથવા તમને હોસ્પિટલ જવા માટે કોણ મદદ કરશે.
- જ્યારે ચેપની શરૂઆત તથી હોય (પ્રારંભિક ચેપ) ત્યારે તેના લક્ષણોની તપાસ કરો. અમે આ માહિતીમાં આનું વર્ણન કરીએ છીએ.
- સેપ્સિસના લક્ષણો માટે તપાસો. અમે આ માહિતીમાં આનું વર્ણન કરીએ છીએ.
- જો તમને ચેપના કોઈ લક્ષણો હોય તો તાત્કાલિક તમારી કેન્સરની ટીમને કોલ કરો.

તે જાણવું મુશ્કેલ હોઈ શકે છે કે તમને જે લક્ષણો છે તે ચેપના છે અથવા સારવારની અન્ય આડઅસર છે. તમારી હોસ્પિટલની ટીમનો સંપર્ક કરવામાં મોડું ન કરો. ન તો તમે અથવા તમારા ડૉક્ટર કહી શકશો કે કયા ચેપથી સેપ્સિસ થઈ શકે છે. આ જ કારણ છે કે કેન્સરની સારવાર દરમિયાન લોકોને થતા તમામ ચેપની તાત્કાલિક સારવાર કરવામાં આવે છે.

ચેપ મેળે મટી શકે નહીં. પ્રારંભિક ચેપની સારવાર એન્ટીબાયોટીક્સથી સરળતાથી થઈ શકે છે. પરંતુ ચેપની સારવારમાં વિલંબ કરવો જોખમી હોઈ શકે છે.

કેન્સરની સારવાર પહેલાં તમારી જાતની સંભાળ રાખવી

નીચે આપેલ વસ્તુઓ કરીને તમે સારવાર પહેલાં તમારી પોતાની સંભાળ રાખી શકો છો:

- ફ્લૂ (ઈન્ફ્લ્યુએન્ઝા) ની રસી મેળવવા વિશે તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સ સાથે વાત કરો.
- થર્મોમીટર ખરીદો, જેથી તમે તમારું તાપમાન ચકાસી શકો.
- તમે કેન્સરની સારવાર શરૂ કરો તે પહેલાં દંત તપાસ કરાવો.

કેન્સરની સારવાર પહેલાં તમારી જાતની સંભાળ રાખવી

તમારું જીવન સામાન્ય રીતે જીવવા માટે ડરશો નહીં. જ્યાં સુધી તમારી હોસ્પિટલની ટીમે તમને કહ્યું ન હોય ત્યાં સુધી તમારે ગીચ સ્થળોએ જવાનું ટાળવાની અથવા કુટુંબ અને મિત્રોને મળવાનું બંધ કરવાની જરૂર નથી. કીમોથેરાપી દરમિયાન ચેપ સામાન્ય રીતે તમારા પોતાના શરીરમાં કુદરતી રીતે હાજર રહેલા બેક્ટેરિયા દ્વારા થાય છે.

નીચે આપેલ વસ્તુઓ કરીને તમે સારવાર દરમિયાન તમારી પોતાની સંભાળ રાખી શકો છો:

- કોઈપણ કાપા અથવા ઉજરડાને તરત જ સાફ કરો અને તેને પ્લાસ્ટરથી કવર કરી દો.
- દિવસમાં ઓછામાં ઓછા બે વાર દાંત સાફ કરો.
- બીમાર લોકોથી દૂર રહો, ઉદાહરણ તરીકે અછબડાં, ઝાડા અથવા તાવ હોય તેવા લોકો.
- જો તમે એવી જગ્યાએ ગયા હોવ જ્યાં અછબડાં હોય તેવા લોકો હોય તો તમારી હોસ્પિટલની ટીમની હેલ્પલાઈનને કોલ કરો.
- જમતા પહેલાં અને પછી તમારા હાથ ધુઓ અને શૌચાલયનો ઉપયોગ કર્યા પછી તમારા હાથ ધુઓ.
- પ્રાણીના ગોબરને સ્પર્શ કર્યા પછી અથવા સાફ કર્યા પછી સીધા જ તમારા હાથ ધુઓ.
- બાગકામ અને અન્ય કોઈપણ પ્રવૃત્તિઓ જ્યાં તમને ઈજા થઈ શકે છે તેના માટે સ્વચ્છ ઝલોવ્સનો ઉપયોગ કરો.
- ખોરાકને યોગ્ય તાપમાને રાંધો અને ખોરાકને યોગ્ય તાપમાને સંગ્રહિત કરો.
- તમારા આહાર વિશે તમને જે સલાહ આપવામાં આવે છે તેનું પાલન કરો. બધા દર્દીઓએ તેમના આહારમાં ફેરફાર કરવાની જરૂર નથી. જો તમારે તમારા આહારમાં ફેરફાર કરવાની જરૂર હોય, તો તમારી સારવારની શરૂઆતમાં તમને આ વિશે કહેવામાં આવશે.

એવા ચેપના લક્ષણો જેના કારણે સેપ્સિસ થઈ શકે છે

જો તમને નીચેનામાંથી કોઈ ચેપના લક્ષણો હોય, તો તાત્કાલિક તમારી હોસ્પિટલની ટીમનો સંપર્ક કરો:

- તમને સામાન્ય કરતા ઓછું સારું લાગે અથવા પથારીમાંથી બહાર નીકળવામાં અસમર્થ હોવ.
- તમારું તાપમાન 37.5°C (99.5°F) થી વધુ હોય.
- તમારું તાપમાન 36°C (96.8°F) થી ઓછું થાય.
- તમે ધ્રુજતા હોવ, ઠંડી લગતી હોય અને ગરમાવો ન મળતો હોય, જેમ કે જ્યારે તમને 'ફ્લુ (ઈન્ફ્લ્યુએન્સા) હોય.
- તમને ઝાડા હોય. આનો અર્થ થાય કે 24 કલાકમાં 4 અથવા વધુ વખત પાતળા, પાણી જેવા ઝાડા.

ચેપના એવા કેટલાક પ્રકારો છે જેના અન્ય લક્ષણો હોય છે. જો તમને નીચેનામાંથી કોઈ ચેપનાં લક્ષણો હોય, તો તમારે તાત્કાલિક તમારી હોસ્પિટલની ટીમનો સંપર્ક કરવો જોઈએ:

પેશાબમાં ચેપના લક્ષણો

- પેશાબ કરતી વખતે દુખાવો અથવા અસ્વસ્થતા (પેશાબ કરવામાં)
- સામાન્ય કરતાં વધુ વખત પેશાબ આવવો
- એવું અનુભવું કે તમારું મૂત્રાશય સંપૂર્ણપણે ખાલી નથી
- તમારા મૂત્રાશયને ખાલી કરવાની રાહ જોવામાં અસમર્થ
- પેશાબ નીકળવું (અસંયમ)
- તમારા પેટ (ઉદર) ના નીચેના ભાગમાં વિસ્તારમાં નીચે પેટનો દુખાવો
- પેશાબ જે ચોખ્ખું ન હોય અથવા દુર્ગંધયુક્ત હોય, અથવા તેમાં લોહી હોય.

છાતીમાં ચેપના લક્ષણો

- શ્વાસ લેવામાં સમસ્યા
- દુખતી છાતી
- લીલા કફની ઉધરસ.

ત્વચાના ચેપના લક્ષણો.

- લાલાશ, ગરમી, સોજો અથવા પીડા (ખાસ કરીને પીઆઈસીસી લાઇન, મધ્ય લાઇન, કાપા અથવા ઘાની આસપાસ).

દાંતમાં ચેપના લક્ષણો

- તમારા દાંત અથવા પેઢામાં અતિશય પીડા જે અચાનક શરૂ થઈ શકે છે અને ધીમે ધીમે વધુ ખરાબ થઈ શકે છે
- દુખાવો કે જે તમારા કાન, જડબા અને ગળામાં તે જ બાજુ એ થાય જે બાજુ પીડાદાયક દાંત અથવા પેઢા છે
- તમારા ચહેરા પર લાલાશ અથવા સોજો.

પાછળથી થતા સેપ્સિસના લક્ષણો – 999 ને કોલ કરો

જો તમને પાછળથી થતા સેપ્સિસના લક્ષણો હોય, તો તમારે તરત જ તબીબી સહાયની જરૂર છે. તમારા જીવનને બચાવવા અને તમારા શરીરને થતા નુકસાનને રોકવા માટે તમારે તબીબી સહાયની જરૂર છે.

જો તમને આમાંના કોઈપણ લક્ષણો હોય, તો 999 પર કોલ કરો:

- અસ્પષ્ટ વાણી અથવા મૂંઝવણ
- આત્યંતિક ધુજારી અથવા સ્નાયુઓમાં પીડા
- પૂરા દિવસમાં પેશાબ ન થવો
- શ્વાસ લેવામાં તીવ્ર સમસ્યા
- ડાઘાંવાળી અથવા ફીકી તવ્યા
- સામાન્ય રીતે ખૂબ જ અસ્વસ્થતા અનુભવો - તમે કદાચ સૌથી ખરાબ અનુભવી હોય તેવી અસ્વસ્થતા.

જ્યારે હું મારી હોસ્પિટલની ટીમને કોલ કરું ત્યારે શું થશે?

ટેલિફોન પર કરાતું મૂલ્યાંકન

તમારી હોસ્પિટલની ટીમ તમારા લક્ષણો અને તમારા તાપમાન વિશે પૂછશે. તેઓ તમને તાત્કાલિક હોસ્પિટલમાં જવા માટે કહી શકે છે અને તમારે ત્યાં રહેવું પડી શકે છે. શક્ય તેટલું વહેલું હોસ્પિટલમાં જવું મહત્વપૂર્ણ છે, જેથી જો તમને જરૂર હોય તો તમારી તપાસ થઈ શકે અને સારવાર આપવામાં આવી શકે.

હોસ્પિટલમાં કરાતું મૂલ્યાંકન

હોસ્પિટલની ટીમ તમને કટોકટીની સ્થિતિ મુજબ સારવાર આપશે, પરંતુ તમને સામાન્ય રીતે અલગ રૂમમાં અલગ રાખવાની જરૂર રહેશે નહીં. હોસ્પિટલની ટીમ સંભવિત રૂપે:

- તમારા આવવાના 1 કલાકની અંદર તમને ઇન્જેક્શન દ્વારા અથવા તમારા લોહીના પ્રવાહમાં (નસોમાં) ડ્રીપ દ્વારા એન્ટિબાયોટિક આપશે.
- તમારી તપાસણી કરશે
- તમારા રક્તમાં ચેપ સામે લડતા સફેદ રક્તકોષોની સંખ્યા જાણવા માટેના નમૂના સહિત કેટલુંક રક્ત લેશે
- તમારા ચિત્તો અને લક્ષણોનાં આધારે અન્ય પરીક્ષણો ગોઠવશે
- નક્કી કરશે કે શું તમારામાં ચેપ સામે લડતા સફેદ રક્તકોષોની સંખ્યા ઓછી છે અને શું તમને ચેપ છે અથવા સેપ્સિસના લક્ષણો છે કે કેમ.

સારવારના વિકલ્પો

સેપ્સિસથી પીડાતા મોટાભાગના લોકોને તેમના રક્તના પ્રવાહમાં એન્ટિબાયોટિક સારવાર માટે હોસ્પિટલમાં રહેવાની જરૂર રહે છે.

જો તમને તમારા ચેપથી કોઈ સમસ્યા થવાની સંભાવના નથી, તો હોસ્પિટલની ટીમ તેના બદલે તમને ઘરે લઈ જવા માટે એન્ટિબાયોટિક ટેબ્લેટ આપી શકે છે. તેઓ તમને જણાવશે કે જો તમને કોઈ સમસ્યા હોય તો ઝડપથી હોસ્પિટલમાં પાછા જવું કેટલું મહત્વનું છે.

જો તમારે હોસ્પિટલમાં રહેવાની જરૂર હોય, તો તમારી હોસ્પિટલની ટીમ તમને કયા એન્ટિબાયોટિક સારવારની જરૂર છે અને કેટલા સમય માટે જરૂર છે તે અંગે તમારી સાથે વાત કરશે. તેઓ તમને તે અંગે પણ વાત કરશે કે તમારે કેટલા સમય માટે હોસ્પિટલમાં રહેવાની જરૂર પડી શકે છે.

મેકમિલન (Macmillan) તમને કેવી રીતે મદદ કરી શકે છે

મેકમિલન (Macmillan) અહીં તમને અને તમારા પરિવારને મદદ કરવા માટે છે. તમે અહીંથી સહાયતા મેળવી શકો છો:

- મેકમિલન (Macmillan) સપોર્ટ લાઇન (0808 808 00 00). અમારી પાસે દુભાષિયા છે, તેથી તમે તમારી ભાષામાં અમારી સાથે વાત કરી શકો છો. તમે જે ભાષાનો ઉપયોગ કરવા માંગો છો, ફક્ત તે અમને અંગ્રેજીમાં જણાવો. અમે તબીબી પ્રશ્નોના જવાબ આપી શકીએ છીએ, નાણાંકીય સહાય વિશે માહિતી આપી શકીએ છીએ અથવા તમારી લાગણી વિશે વાત કરી શકીએ છીએ. ફોન લાઇન અઠવાડિયાના 7 દિવસ, સવારે 8 વાગ્યા થી રાત્રે 8 વાગ્યા સુધી ખુલ્લી છે.
- મેકમિલન (Macmillan) વેબસાઇટ (macmillan.org.uk). અમારી સાઇટમાં કેન્સર અને કેન્સર સાથે જીવવા વિશે ઘણી માહિતી અંગ્રેજીમાં ઉપલબ્ધ છે. અન્ય ભાષાઓમાં વધુ માહિતી macmillan.org.uk/translations પર ઉપલબ્ધ છે.
- માહિતી અને સહાયક સેવાઓ. કોઈ માહિતી અને સહાયક સેવા પર, તમે કેન્સર સહાય નિષ્ણાત સાથે વાત કરી શકો છો અને લેખિત માહિતી મેળવી શકો છો. macmillan.org.uk/informationcentres પરથી તમારી નજીકનું કેન્દ્ર શોધો અથવા અમને ફોન કરો. તમારી હોસ્પિટલમાં એક કેન્દ્ર હોઈ શકે છે.
- સ્થાનીય સહાયતા જૂથ – સહાયતા જૂથમાં તમે અન્ય કેન્સરગ્રસ્ત લોકો સાથે વાત કરી શકો છો. macmillan.org.uk/supportgroups પર તમારી નજીકનું કોઈ જૂથ શોધો અથવા અમને ફોન કરો.
- મેકમિલન (Macmillan) ઓનલાઇન કોમ્યુનિટી – તમે અન્ય કેન્સરગ્રસ્ત લોકો સાથે macmillan.org.uk/community પર ઓનલાઇન પણ વાત કરી શકો છો.

શબ્દ સૂચિ

શબ્દ (ગુજરાતી)	અંગ્રેજીમાં	અંગ્રેજીમાં કેવી રીતે કહેવું (અંગ્રેજી શબ્દનું લિપ્યંતર)	અર્થ
એન્ટિબાયોટિક્સ	Antibiotics	એન્ટિબાયોટિક્સ	દવા જે ચેપ ની સારવાર કરે
મૂત્રાશય	Bladder	બ્લેડર	તમારા શરીરનો અંગ જે જ્યાં સુધી તમે બાથરૂમ ન જાઓ ત્યાં સુધી પેશાબ સંગ્રહ કરે છે.
કોષો	Cells	સેલ્સ	આપણા શરીરમાં અંગો અને પેશીઓ બનાવે છે તે નાના બિલ્ડિંગ બ્લોક્સ (પાચારૂપ ઘટકો).
મધ્ય લાઈન	Central line	સેન્ટ્રલ લાઈન	એક પાતળી ટ્યુબ જે તમારી છાતીની એક નસમાં જાય છે. તે કીમોથેરાપી આપવા માટે વપરાય છે.. એક છેડો શરીરની બહાર રહે છે.
કીમોથેરાપી	Chemotherapy	કીમોથેરાપી	કેન્સરની એક સારવાર જે કેન્સરના કોષનો નાશ કરવા માટે દવાઓનો ઉપયોગ કરે છે.
અછબડાં	Chicken pox	ચીકન પોક્સ	એક ચેપ જે તાવ, ત્વચા પર ફોલ્લીઓ અને ખંજવાળવાળી ત્વચાનું કારણ બને છે. લોકોને સામાન્ય રીતે આ બાળપણમાં થાય છે.
ઝડા	Diarrhoea	ડાયરિયા	એટલે કે 24 કલાકમાં 4 અથવા વધુ વખત પાતળા, પાણી જેવા ઝડા.

તાવ	Fever	ફિવર	જ્યારે તમારા શરીરનું તાપમાન <u>ચેપસામે</u> લડવા માટે સામાન્ય કરતાં વધુ ગરમ થાય છે. આનાથી તમને પરસેવો અને નબળાઈ તથા ચક્કર પણ આવી શકે છે.
ફ્લુ (ઈન્ફ્લ્યુએન્ઝા)	Flu (influenza)	ફ્લુ (ઈન્ફ્લ્યુએન્ઝા)	ફેફસાં અને વાયુમાર્ગ (આપણે શરીરમાં જે માર્ગેથી શ્વાસ લઈએ છીએ) નો ચેપ. આનાથી તમને <u>તાવ</u> અને શરીરમાં દુખાવો પણ થઈ શકે છે.
ફ્લુની રસી	Flu vaccine	ફ્લુ વેક્સીન	એવી રસી કે જે તમને <u>ફ્લુ</u> (ઈન્ફ્લ્યુએન્ઝા) થવાથી બચાવે છે.
હોસ્પિટલની ટીમ	Hospital team	હોસ્પિટલ ટીમ	ડોક્ટોરો, નર્સો અને અન્ય વ્યવસાયીઓની ટીમ જે હોસ્પિટલમાં તમારી દેખરેખ રાખે છે.
ચેપ	Infection	ઈન્ફેક્શન	જ્યારે બેક્ટેરિયા તમારા શરીરમાં પ્રવેશ કરે છે અને બીમારીનું કારણ બને છે.
પીઆઈસીસી લાઈન	PICC line	પીઆઈસીસી લાઈન	એક પાતળી ટ્યુબ જે તમારા હાથની એક નસમાં જાય છે. તે <u>કીમોથેરાપી</u> આપવા માટે વપરાય છે.. એક છેડો શરીરની બહાર રહે છે.
લાલ રક્તકોષો	Red blood cells	રેડ બ્લડ સેલ્સ	આપણા શરીરની અંદરના કોષો જે શરીરની અંદર ઓક્સીજન <u>લઈ</u> જાય છે.

આડ અસરો	Side effects	સાઈડ ઇફેક્ટ્સ	કેન્સરની સારવારની અનિચ્છનીય અસરો, ઉદાહરણ તરીકે વાળ ખરવા, માંદગી અથવા થાકની લાગણી.
રસી	Vaccine	વેક્સીન	એવી સારવાર જેનો હેતુ તમારા શરીરને કોઈ ખાસ <u>ચેપથી</u> રક્ષણ (રોગપ્રતિકારક શક્તિ) આપવાનું છે. તે ઘણીવાર ઇન્જેક્શન દ્વારા આપવામાં આવે છે.
સફેદ રક્તકોષો	White blood cells	વ્હાઈટ બ્લડ સેલ્સ	આપણા રક્તમાં રહેલ <u>કોષ</u> જે <u>ચેપ સામે</u> લડે છે.

ગુજરાતી ભાષામાં વધુ માહિતી

અમારી પાસે ગુજરાતી ભાષામાં નીચેની બાબતો વિશે માહિતી ઉપલબ્ધ છે:

કેન્સરના પ્રકારો	કેન્સરનો સામનો કરવો
<ul style="list-style-type: none">સ્તન કેન્સરમોટા આંતરડાનું કેન્સરફેફસાનું કેન્સરપ્રોસ્ટેટ કેન્સર	<ul style="list-style-type: none">જો તમને કેન્સર હોવાનું નિદાન કરવામાં આવ્યું હોય – એક ત્વરિત માર્ગદર્શિકાખોરાક સંબંધી સમસ્યાઓ અને કેન્સરજીવનનો અંતનાણાંકીય સહાય - લાભોનાણાંકીય સહાય - ખર્ચ માટે સહાયઆરોગ્યપ્રદ આહાર લેવોથાક લાગવો (થકાવટ) અને કેન્સરકેન્સરની સારવારની આડ અસરોપોતાની જાતની મદદ કરવા માટે તમે શું કરી શકો છો
<p>સારવારો</p> <ul style="list-style-type: none">કીમોથેરેપીરેડિયોથેરેપીસર્જરી	

આ માહિતી જોવા માટે macmillan.org.uk/translations પર જાઓ

અમારી સાથે ગુજરાતીમાં વાત કરો

તમે મેકમિલન (Macmillan) ને **0808 808 00 00** પર નિ:શુલ્ક ફોન કરી શકો છો અને દુભાષિયાની મદદ વડે ગુજરાતીમાં અમારી સાથે વાત કરી શકો છો. તમે તમારી ચિંતા અને તબીબી પ્રશ્નો વિશે અમારી સાથે વાત કરી શકો છો. જ્યારે તમે ફોન કરો ત્યારે ફક્ત અંગ્રેજીમાં ગુજરાતી કહો (કહો "ગુજરાતી").

અમે અઠવાડિયામાં 7 દિવસ, સવારે 8 વાગ્યાથી રાત્રે 8 વાગ્યા સુધી કાર્યરત છીએ.

અમને આશા છે કે તમને આ માહિતી મદદરૂપ લાગી હશે. જો તમને કોઈ પ્રશ્નો હોય, તો અમે તમને તમારી ભાષામાં ટેલિફોન દ્વારા માહિતી અને સહાય આપી શકીએ છીએ. અમારી સેવાઓ નિ:શુલ્ક છે. અમને 0808 808 00 00 પર કોલ કરો (અઠવાડિયાના 7 દિવસ, સવારે 8 વાગ્યાથી રાત્રે 8 વાગ્યા સુધી) અને તમારી પસંદગીની ભાષાની માંગણી અંગ્રેજીમાં કરો.

સંદર્ભ અને આભારદર્શન

આ માહિતી મેકમિલન કેન્સર સપોર્ટ (Macmillan Cancer Support) ની કેન્સર માહિતી વિકાસ ટીમ (Cancer Information Development team) દ્વારા લખવામાં અને સંપાદિત કરવામાં આવી છે. એક ભાષાંતર કંપની દ્વારા તેનું ગુજરાતી માં ભાષાંતર કરવામાં આવ્યું છે.

સમાવેશ કરાયેલ માહિતી મેકમિલન (Macmillan) પુસ્તિકા કેન્સર સારવાર અને સેપ્સિસ પર આધારિત છે. અમે તમને તેની નકલ મોકલી શકીએ છીએ, પરંતુ સંપૂર્ણ પુસ્તિકા તો ફક્ત અંગ્રેજીમાં જ ઉપલબ્ધ છે.

આ માહિતી ની સમીક્ષા સંબંધિત નિષ્ણાતો દ્વારા કરવામાં આવી છે અને અમારા મુખ્ય મેડિકલ સંપાદક, પ્રોફેસર ટિમ આઈવેસન (Tim Iveson), કન્સલ્ટન્ટ મેડિકલ ઓન્કોલોજિસ્ટ અને મેકમિલન (Macmillan) ચીફ મેડિકલ સંપાદક દ્વારા મંજૂર કરવામાં આવ્યું છે.

કેન્સરગ્રસ્ત લોકોનો પણ આભાર જેઓએ આ માહિતીની સમીક્ષા કરી છે.

અમારી તમામ માહિતી ઉપલબ્ધ શ્રેષ્ઠ પુરાવા પર આધારિત છે. અમારા દ્વારા ઉપયોગ કરાતાં સ્ત્રોત વિશે વધુ માહિતી માટે, કૃપા કરીને cancerinformationteam@macmillan.org.uk પર અમારો સંપર્ક કરો

MAC18335_ Gujarati

સાહિત્યની સમીક્ષા કરવામાં આવી: ઓક્ટોબર 2018

આગામી આયોજિત સમીક્ષા: 2021

અમે જે માહિતી પૂરી પાડી રહ્યાં છીએ તે ચોક્કસ છે તેની ખાતરી કરવા માટે અમે પૂરતા પ્રયત્નો કરેલ છે પરંતુ તબીબી સંશોધનની વર્તમાન પરિસ્થિતિને દર્શાવવા માટે તેના પર આધાર રાખવો ન જોઈએ, જે સતતપણે બદલતી રહે છે. જો તમે તમારા આરોગ્ય વિશે ચિંતિત હો, તો તમારે તમારા ડૉક્ટરનો સંપર્ક કરવો જોઈએ. મેકમિલન (Macmillan) આ માહિતીમાં અથવા ત્રાહિત પક્ષની માહિતી જેમ કે અમે જે વેબસાઇટને લિંક કરીએ છીએ તે માહિતીની અચોકસાઈમાંથી પરિણમતી કોઈ પણ ખોટ અથવા નુકસાન માટે જવાબદારી સ્વીકારી શકતા નથી.

© મેકમિલન કેન્સર સપોર્ટ (Macmillan Cancer Support) 2020. ઇંગ્લેન્ડ અને વેલ્સ (261017), સ્કોટલેન્ડ (SC039907) અને આઇલ ઓફ મેન (604) માં નોંધાયેલ ચેરિટી સંસ્થા. નોંધાયેલી ઓફિસ 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

MAC18335_ Gujarati

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