Sepsis and cancer: Bengali

সেপসিস এবং ক্যানসার

ক্যানসার এবং কিছু কিছু ক্যানসারের চিকিৎসা আপনার সেপসিস হওয়ার ঝুঁকিকে বাড়িয়ে তুলতে পারে। এই লিফলেটটি ব্যাখ্যা করে:

- সেপসিস কী
- কখন আপনাকে আপনার হাসপাতাল টিমের সাথে যোগাযোগ করতে হবে
- নিজেকে রক্ষা করতে আপনি কী করতে পারেন।

নিচে দাগ দেওয়া যে কোনো শব্দ শেষ দিকের শব্দ তালিকায় ব্যাখ্যা করা হয়েছে। শব্দ তালিকায় শব্দগুলোর ইংরেজি উচ্চারণও অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।

এই তথ্যের বিষয়ে আপনার কোনো প্রশ্ন থাকলে, আপনি যে হাসপাতালে চিকিৎসা করাচ্ছেন সেখানকার ডাক্তার বা নার্সকে জিজ্ঞেস করুন।

এই তথ্য যে বিষয়ে:

- সেপসিস কী?
- কেন আমার সেপসিস হতে পারে?
- সেপসিস কখন হতে পারে?
- আমার সেপসিস হওয়ার ঝুঁকি কতটা?
- আমি কি সেপসিস হওয়া প্রতিরোধ করতে পারি?
- আমি কিভাবে নিজেকে সাহায্য করতে পারি?
- ক্যানসারের চিকিৎসার আগে নিজের দেখাশোনা করা
- ক্যানসারের চিকিৎসা চলাকালীন সময়ে নিজের দেখাশোনা করা
- সংক্রমণের উপসর্গসমূহ যেগুলি সেপসিসের দিকে নিয়ে যেতে পারে
- সেপসিস পরবর্তী উপসর্গসমূহ - 999 কল করুন
- আমি যখন আমার হাসপাতাল টিমকে কল করব তখন কী হবে?
- ম্যাকমিলান (Macmillan) কিভাবে আপনাকে সাহায্য করতে পারে
- শব্দ তালিকা
- বাংলা ভাষায় আরো তথ্য
- সূত্র ও ধন্যবাদ জ্ঞাপন

সেপসিস কী?

সেপসিসকে কখনও কখনও রক্তের বিষক্রিয়া বলা হয়। আপনার শরীর সংক্রমণের বিরুদ্ধে লড়াইয়ের পরিবর্তে নিজেকে আক্রমণ করে সংক্রমণের বিরুদ্ধে প্রতিক্রিয়া জানালে এটি ঘটে।

সেপসিসের চিকিৎসা হাসপাতালে দ্রুত করার প্রয়োজন হয়। দ্রুত চিকিৎসা না করা হলে সেপসিসের কারণে লোকজন মারা যেতে পারে।

সেপসিসের দ্রুত চিকিৎসা করা হলে, বেশিরভাগ লোকজনই সম্পূর্ণরূপে সেরে উঠে

কেন আমার সেপসিস হতে পারে?

ক্যানসার এবং কিছু কিছু ক্যানসারের চিকিৎসা আপনার শরীরকে সংক্রমণের বিরুদ্ধে লড়াই করতে অক্ষম করে তুলতে পারে।

আমাদের দেহগুলি কোষ নামে পরিচিত ক্ষুদ্র বিল্ডিং ব্লক দ্বারা গঠিত। আমাদের রক্ত লোহিত রক্তকণিকা এবং শ্বেত রক্ত কণিকাসহ কোষ দ্বারা গঠিত।

এক ধরণের শ্বেত রক্তকণিকা আমাদের দেহগুলিকে সংক্রমণের বিরুদ্ধে লড়াই করতে সহায়তা করে। কিছু কিছু ক্যানসারের চিকিৎসা আমাদের শরীরে এই শ্বেত রক্তকণিকার সংখ্যা হ্রাস করে। আপনাকে কেমোথেরাপি দেওয়া হলে সেক্ষেত্রে এটি হওয়ার সম্ভাবনাটাই সবচেয়ে সাধারণ, তবে এটি অন্যান্য ক্যানসারের চিকিৎসার ফলেও হতে পারে।

আপনার শরীরে এই শ্বেত রক্ত কণিকার সংখ্যা কম থাকলে, সেক্ষেত্রে একটি ছোটখাটো সংক্রমণ খুব মারাত্মক আকার ধারণ করতে পারে। এটি কয়েক ঘন্টার মধ্যে মৃত্যুর কারণ হতে পারে।

সেপসিস কখন হতে পারে?

সংক্রমণ বা সেপসিস যে কোনো সময় হতে পারে। আপনার সংক্রমণের বিরুদ্ধে লড়াই করা শ্বেত রক্তকণিকার সংখ্যা যখন সর্বনিম্ন থাকে তখন আপনার ঝুঁকিটি সাধারণত সর্বোচ্চ থাকে। একেবারে নির্ভুল সময়টির তারতম্য হতে পারে, তাই আপনি কখন সবচেয়ে বেশি ঝুঁকির মধ্যে থাকেন সেই ব্যাপারে আপনার হাসপাতাল টিমকে জিজ্ঞাসা করুন।

আমার সেপসিস হওয়ার ঝুঁকি কতটা?

আপনার সংক্রমণ এবং সেপসিস হওয়ার ঝুঁকি আপনি যে ধরণের ক্যানসারের ওষুধ খাচ্ছেন সেটির উপর নির্ভর করে। এটি আরো নির্ভর করে:

- কী ধরণের ক্যানসার আপনার আছে
- ক্যানসারের আকার
- ক্যানসারটি আপনার শরীরের যে অংশে শুরু হয়েছিল সেখান থেকে অন্য অংশে ছড়িয়ে পড়েছে কিনা
- আপনার বয়স
- আপনার সাধারণ স্বাস্থ্য।

আমি কি সেপসিস হওয়া প্রতিরোধ করতে পারি?

সংক্রমণ কম হওয়ার জন্য লড়াই করে এমন শ্বেত রক্তকণিকার সংখ্যা আপনি বন্ধ করতে পারবেন না। এর অর্থ হলো আপনি সেপসিস হওয়া প্রতিরোধ করতে পারবেন না।

আপনি করতে পারেন এমন সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ কাজটি হলো যদি আপনার কোনো ধরণের উদ্বেগ থাকে সেক্ষেত্রে সরাসরি আপনার হাসপাতাল টিমের 24 ঘন্টার হেল্পলাইনে কল করা। এটি আপনার সংক্রমণ **থেকে মারাত্মক সমস্যা হওয়ার ঝুঁকিকে হ্রাস করে এবং** আপনার জীবন বাঁচাতে পারে।

আমি কিভাবে নিজেকে সাহায্য করতে পারি?

আপনার নিজের হাসপাতাল টিমের 24-ঘন্টার হেল্পলাইন নম্বরটি সর্বদা আপনার কাছে রাখতে হবে। আপনার ক্যানসারের ধরণের উপর নির্ভর করে আপনার হাসপাতাল টিমটি ক্যানসার টিম বা হেমাটোলজি টিম হতে পারে।

আপনার জন্য যদি অন্য কারোর হাসপাতালে ফোন করার প্রয়োজন হয়, তবে তাদের কাছেও 24-ঘন্টার হেল্পলাইন নম্বরটি থাকতে হবে। এই নম্বরটির প্রয়োজন হতে পারে এমন ব্যক্তিরা হলেন:

- আপনার পরিবারের সদস্যরা
- আপনার বন্ধুরা
- আপনার কর্মক্ষেত্রের সহকর্মীরা।

দেরি করবেন না - সবসময়ই হাসপাতালে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব কল করবেন। প্রাথমিক পর্যায়ে চিকিৎসা শুরু করা হলে সেপসিসের চিকিৎসা করা সহজ।

এছাড়া অন্যান্য উপায়ও রয়েছে যেভাবে আপনি নিজেকে সহায়তা করতে পারেন:

- আপনার পরিবার, বন্ধু এবং কর্মক্ষেত্রের সহকর্মীদের আপনার সেপসিস হওয়ার ঝুঁকি সম্পর্কে বলুন।
- কিভাবে আপনি দ্রুত হাসপাতালে যেতে পারবেন সেটির পরিকল্পনা করুন, যেমন কে আপনার বাচ্চাদের দেখাশোনা করবে বা আপনাকে হাসপাতালে নিয়ে যেতে সহায়তা করবে।
- কোনো সংক্রমণ প্রাথমিক পর্যায়ে (প্রাথমিক সংক্রমণ) থাকার সময় সেই উপসর্গগুলি পরীক্ষা করে দেখুন। আমরা এই তথ্যে এইগুলি বর্ণনা করছি।
- সেপসিসের উপসর্গগুলি পরীক্ষা করে দেখুন। আমরা এই তথ্যে এইগুলি বর্ণনা করছি।
- আপনার মধ্যে সংক্রমণের যে কোনো একটি লক্ষণও থাকলে জরুরিভিত্তিতে আপনার ক্যানসার টিমকে কল করুন।

আপনার মধ্যে যে উপসর্গগুলি দেখা গিয়েছে সেগুলি কী সংক্রমণজনিত নাকি অন্য কোনো চিকিৎসার পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া তা জানা মুশকিল। আপনার হাসপাতাল টিমের সাথে যোগাযোগ করতে দেরি করবেন না। কোন সংক্রমণের জন্য সেপসিস হতে পারে তা আপনি বা আপনার ডাক্তার কেউই বলতে পারবেন না। এ কারণেই ক্যানসারের চিকিৎসার সময় লোকজনদের যে সব সংক্রমণ হয় জরুরিভাবে সেগুলির চিকিৎসা দেওয়া হয়।

সংক্রমণ নিজে নিজেই ভালো হয়ে যায় না। প্রাথমিক সংক্রমণগুলির চিকিৎসা সহজেই অ্যান্টিবায়োটিক দিয়ে করা যেতে পারে। কিন্তু সংক্রমণের চিকিৎসার বিলম্ব করা বিপজ্জনক হতে পারে।

ক্যানসারের চিকিৎসার আগে নিজের দেখাশোনা করা

চিকিৎসার আগে নিম্নলিখিতগুলি করে আপনি নিজের যত্ন নিতে পারেন:

- ফ্লু (ইনফ্লুয়েঞ্জা) এর টিকা নেওয়ার ব্যাপারে আপনার ডাক্তার বা নার্সের সাথে কথা বলুন।
- থার্মোমিটার কিনুন, যাতে আপনি আপনার তাপমাত্রা পরীক্ষা করতে পারেন।
- ক্যানসারের চিকিৎসা শুরু করার আগে দাঁত পরীক্ষা করিয়ে নিন।

ক্যানসারের চিকিৎসা চলাকালীন সময়ে নিজের দেখাশোনা করা

স্বাভাবিকভাবে আপনার জীবন যাপন করতে ভয় পাবেন না। আপনার ভিড়যুক্ত জায়গা এড়ানো বা পরিবার এবং বন্ধুবান্ধবদের সাথে সাক্ষাৎ করা বন্ধ করার দরকার নেই যতক্ষণ না আপনার হাসপাতাল টিম আপনাকে তা করতে বলছেন। কেমোথেরাপির সময় হওয়া সংক্রমণগুলি সাধারণত আপনার নিজের দেহে প্রাকৃতিকভাবে উপস্থিত ব্যাকটেরিয়ার কারণে হয়ে থাকে।

চিকিৎসা চলাকালীন সময়ে নিম্নলিখিতগুলি করে আপনি নিজের যত্ন নিতে পারেন:

- যে কোনো কাটা ছেঁড়া বা আঁচড় সাথে সাথেই পরিষ্কার করে ফেলুন এবং সেটিকে প্লাস্টার দিয়ে ঢেকে দিন।
- দিনে কমপক্ষে দুইবার করে দাঁত পরিষ্কার করুন।
- অসুস্থ ব্যক্তিদের এড়িয়ে চলুন, যেমন চিকেন পক্স, ডায়রিয়া বা জ্বরে আক্রান্ত ব্যক্তিদের।
- আপনি চিকেন পক্সে আক্রান্ত লোকের সাথে একই জায়গায় থেকে থাকলে আপনার হাসপাতাল টিমের হেল্পলাইনে কল করুন।
- টয়লেট ব্যবহারের পরে এবং খাওয়ার আগে এবং পরে আপনার হাত ধুয়ে ফেলুন।
- প্রাণীজ বর্জ্য স্পর্শ করার বা অপসারণের পরে সাথে সাথে আপনার হাত ধুয়ে নিন।
- বাগান করার জন্য এবং যেখানে আপনার নিজের শরীর কেটে ফেলতে পারেন এমন অন্য কোনো ক্রিয়াকলাপের জন্য পরিষ্কার গ্লাভস ব্যবহার করুন।
- সঠিক তাপমাত্রায় খাবার রান্না করুন এবং সঠিক তাপমাত্রায় খাদ্য মজুত করুন।
- আপনার ডায়েট সম্পর্কে আপনাকে দেওয়া যে কোনো পরামর্শ মেনে চলুন। সব রোগীদেরই তাদের ডায়েটে পরিবর্তন আনার প্রয়োজন নেই। আপনার ডায়েট পরিবর্তন করতে হলে আপনার চিকিৎসার শুরুতে আপনাকে এ সম্পর্কে বলা হবে।

সংক্রমণের উপসর্গসমূহ যেগুলি সেপসিসের দিকে নিয়ে যেতে পারে

নিম্নলিখিত সংক্রমণের উপসর্গগুলির কোনো একটিও যদি আপনার মধ্যে দেখা দেয় তবে জরুরিভিত্তিতে আপনার হাসপাতাল টিমের সাথে যোগাযোগ করুন:

- আপনি স্বাভাবিকের চেয়ে কম ভাল বোধ করলে বা বিছানা থেকে উঠতে অক্ষম হলে
- আপনার তাপমাত্রা 37.5 ডিগ্রি সেলসিয়াস (99.5 ডিগ্রি ফারেনহাইট) এর উপরে হলে।
- আপনার তাপমাত্রা 36 ডিগ্রি সেন্টিগ্রেড (96.8 ডিগ্রি ফারেনহাইট) এর নিচে হলে।
- আপনার কাঁপুনি হচ্ছে, অত্যন্ত ঠাণ্ডা লাগছে এবং গা গরম হচ্ছে না বলে মনে হলে, যেমনটি আপনার যখন 'ফ্লু' (ইনফ্লুয়েঞ্জা) হলে হয়ে থাকে।
- আপনার ডায়রিয়া হলে। এর অর্থ 24 ঘন্টার মধ্যে 4 বার বা তার চেয়ে বেশি বার নরম, পাতলা পায়খানা হওয়া।

আরো অন্য কিছু ধরণের সংক্রমণ রয়েছে যেগুলিতে অন্য ধরণের উপসর্গ দেখা গিয়ে থাকে। আপনার এই উপসর্গগুলির কোনো একটিও থাকলে আপনার জরুরি ভিত্তিতে আপনার হাসপাতাল টিমের সাথে যোগাযোগ করতে হবে:

প্রস্রাবের সংক্রমণ হওয়ার লক্ষণ

- আপনার প্রস্রাব (মূত্র ত্যাগ) করার সময় ব্যথা বা অস্বস্তি হওয়া
- স্বাভাবিকের চেয়ে ঘন ঘন প্রস্রাব হওয়া
- আপনার মূত্রথলি পুরোপুরি খালি হচ্ছে না বলে অনুভব করা
- আপনার মূত্রথলিটি খালি করার জন্য অপেক্ষা করতে অক্ষম হওয়া
- ফোঁটা ফোঁটা হয়ে প্রস্রাব পড়া (নিয়ন্ত্রণ না থাকা)
- আপনার পেটের নিচের দিকে (তলপেট) ব্যথা করা
- প্রস্রাব ঘোলা বা দুর্গন্ধযুক্ত হওয়া, বা এতে রক্ত থাকা।

বুকের সংক্রমণের উপসর্গসমূহ

- শ্বাস নিতে কষ্ট হওয়া
- বুকে ব্যথা হওয়া
- কাশির সাথে সবুজ কফ আসা।

ত্বক সংক্রমণের উপসর্গসমূহ।

- লালচে ভাব, গরম হওয়া, ফোলা বা ব্যথা (বিশেষত পিআইসিসি লাইন, সেন্ট্রাল লাইন, কাটা বা ক্ষতকে ঘিরে)

দাঁতের সংক্রমণের উপসর্গসমূহ

- আপনার দাঁতে বা মাড়িতে টনটনে ব্যথা যা হঠাৎ করে শুরু হয়ে ধীরে ধীরে আরো খারাপ হতে থাকে
- ব্যথা যা আপনার যন্ত্রণাদায়ক দাঁত বা মাড়ির পাশের দিকের কান, চোয়াল এবং ঘাড়ে ছড়িয়ে পড়ে
- আপনার মুখে লালচে বা ফোলা ভাব থাকা।

সেপসিস পরবর্তী উপসর্গসমূহ - 999 কল করুন

আপনার মধ্যে সেপসিসের পরবর্তী উপসর্গসমূহ দেখা দিলে, আপনার তাৎক্ষণিকভাবে চিকিৎসা সহায়তার প্রয়োজন। আপনার জীবন বাঁচাতে এবং আপনার দেহের মারাত্মক ক্ষতি হওয়া রোধ করতে আপনার চিকিৎসা সহায়তার প্রয়োজন।

আপনার এই উপসর্গগুলির যে কোনো একটিও হয়ে থাকলে তবে 999 এ কল করুন:

- কথা বলা জড়িয়ে আসা বা বিভ্রান্তি হওয়া
- মারাত্মক কাঁপুনি হওয়া বা পেশী ব্যথা করা
- সারাদিনে প্রস্রাব না হওয়া
- মারাত্মক শ্বাসকষ্ট হওয়া
- ত্বকে নানাবর্ণের ছাপ পড়া বা বর্ণহীন হয়ে যাওয়া
- সাধারণভাবে খুব অসুস্থ বোধ করা - এটি সম্ভবত আপনার জীবনে সবচেয়ে খারাপ অনুভব করা হতে পারে।

আমি যখন আমার হাসপাতাল টিমকে কল করব তখন কী হবে?

টেলিফোনে মূল্যায়ন

আপনার হাসপাতাল টিম আপনার উপসর্গসমূহ এবং তাপমাত্রা সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করবে। তারা আপনাকে জরুরি ভিত্তিতে হাসপাতালে যেতে বলতে পারে এবং আপনাকে সেখানে থাকতে হতে পারে। যত তাড়াতাড়ি সম্ভব হাসপাতালে যাওয়াটা জরুরি, যেন আপনাকে প্রয়োজনে দেখা এবং চিকিৎসা দেওয়া যেতে পারে।

হাসপাতালে মূল্যায়ন
হাসপাতাল টিম আপনাকে ইমার্জেন্সি হিসাবে বিবেচনা করবে, তবে সাধারণত আপনাকে আলাদা ঘরে আলাদা করা রাখা হবে না। হাসপাতাল টিম সম্ভবত যা করবে:

- আপনার আসার 1 ঘন্টার মধ্যে ইনজেকশনের মাধ্যমে বা একটি ড্রিপের মাধ্যমে আপনার রক্ত প্রবাহে (শিরার মাধ্যমে) অ্যান্টিবায়োটিক দেবে
- আপনাকে পরীক্ষা করা
- আপনার রক্তে সংক্রমণের বিরুদ্ধে লড়াই করা শ্বেত রক্ত কণিকার সংখ্যা নির্ধারণের জন্য নমুনাসহ, কিছুটা রক্ত নেওয়া
- আপনার মধ্যে যে লক্ষণ এবং উপসর্গগুলি রয়েছে সেগুলির উপর নির্ভর করে অন্যান্য পরীক্ষার ব্যবস্থা করা
- আপনার সংক্রমণের বিরুদ্ধে লড়াই করা শ্বেত রক্তকণিকার সংখ্যা খুব কম কিনা এবং আপনার মধ্যে কোনো সংক্রমণ বা সেপসিসের লক্ষণ রয়েছে কিনা তা স্থির করা।

বিকল্প চিকিৎসাসমূহ
সেপসিস আক্রান্ত বেশিরভাগ লোকদের রক্তের প্রবাহে অ্যান্টিবায়োটিক চিকিৎসার জন্য হাসপাতালে থাকতে হয়।

আপনার সংক্রমণ থেকে যদি আর কোনো সমস্যা না হওয়ার সম্ভাবনা থাকে সেক্ষেত্রে হাসপাতাল টিম আপনাকে এর পরিবর্তে বাড়িতে থেকে খাওয়ার অ্যান্টিবায়োটিক ট্যাবলেট দিতে পারে। তারা আপনাকে বলবে যদি আপনার কোনো সমস্যা হয় সেক্ষেত্রে দ্রুত হাসপাতালে ফিরে যাওয়া কতটা জরুরি।

আপনার যদি হাসপাতালে থাকতে হয় সেক্ষেত্রে আপনার হাসপাতাল টিম আপনাকে কোন অ্যান্টিবায়োটিক দিয়ে এবং কতদিন ধরে চিকিৎসা করার প্রয়োজন সেই ব্যাপারে বলবে। আপনার কতদিন হাসপাতালে থাকতে হতে পারে সেই ব্যাপারেও তারা আপনার সাথে কথা বলবে।

ম্যাকমিলান (Macmillan) কিভাবে আপনাকে সাহায্য করতে পারে

আপনাকে এবং আপনার পরিবারকে সাহায্য করতে ম্যাকমিলান (Macmillan) এখানে আছে। আপনি যেখান থেকে সহায়তা পেতে পারেন:

- **দ্যা ম্যাকমিলান সাপোর্ট লাইন (The Macmillan Support Line) (0808 808 00 00)**। আমাদের দোভাষী আছে, তাই আপনি আমাদের সাথে আপনার ভাষায় কথা বলতে পারেন। আপনি যে ভাষাটি ব্যবহার করতে চান, শুধু তার নাম ইংরেজিতে আমাদেরকে বলুন। আমরা মেডিকেল প্রশ্নগুলোর উত্তর দিতে পারি, আপনাকে আর্থিক সহায়তার বিষয়ে তথ্য দিতে পারি, বা আপনার অনুভূতিগুলোর বিষয়ে আপনার সাথে কথা বলতে পারি। সপ্তাহে 7 দিন, সকাল 8 থেকে সন্ধ্যা 8টা পর্যন্ত ফোন লাইন খোলা থাকে।

- **ম্যাকমিলান (Macmillan) ওয়েবসাইট (macmillan.org.uk)**। ক্যানসার এবং ক্যানসার নিয়ে বেঁচে থাকার বিষয়ে আমাদের সাইটে ইংরেজিতে অনেক তথ্য আছে। www.macmillan.org.uk/translations **ওয়েবসাইটে অন্যান্য ভাষায় আরো তথ্য আছে**

- **তথ্য ও সহায়তা পরিষেবা**। তথ্য ও সহায়তা কেন্দ্রে, আপনি একজন ক্যানসার সহায়তা বিশেষজ্ঞের সাথে কথা বলতে পারেন এবং লিখিত তথ্য পেতে পারেন। **macmillan.org.uk/informationcentres** ওয়েবসাইটে আপনার সবচেয়ে নিকটস্থ কেন্দ্র খুঁজে বের করুন বা আমাদের কল করুন। আপনার হাসপাতালে একটি কেন্দ্র থাকতে পারে।

- **স্থানীয় সাপোর্ট গ্রুপ** - সাপোর্ট গ্রুপে আপনি ক্যানসারে আক্রান্ত অন্যান্য লোকজনের সাথে কথা বলতে পারেন। **macmillan.org.uk/supportgroups ওয়েবসাইটে আপনার কাছাকাছি একটি গ্রুপ খুঁজে নিন** বা আমাদেরকে কল করুন।

- **ম্যাকমিলান (Macmillan) অনলাইন কমিউনিটি** – আপনি একই ধরনের পরিস্থিতিতে থাকা ব্যক্তিদের সাথে **macmillan.org.uk/community-এ কথা বলতে পারেন।**

শব্দ তালিকা

শব্দ **(উদ্দিষ্ট ভাষা)**	**ইংরেজিতে**	**ইংরেজিতে কিভাবে বলতে হয়** (ইংরেজি শব্দের ট্রান্সলিটারেশন)	**অর্থ**
অ্যান্টিবায়োটিকস	Antibiotics	অ্যান্টিবায়োটিকস	যে ওষুধ সংক্রমণের চিকিৎসা করে।
কেমোথেরাপি	Chemotherapy	কেমোথেরাপি	ক্যানসারের চিকিৎসা যা দিয়ে ক্যানসার কোষগুলো ধ্বংস করার জন্য ওষুধ ব্যবহার করা হয়।
কোষ	Cells	সেলস	ক্ষুদ্র বিল্ডিং ব্লক যা আমাদের দেহের অঙ্গ এবং কলা তৈরি করে।
চিকেন পক্স	Chicken pox	চিকেন পক্স	এমন একটি সংক্রমণ যার কারণে জ্বর, ত্বকে ফুসকুড়ি এবং চুলকানি হয়। লোকজনের সাধারণত শিশুকালে এটি হয়।
জ্বর	Fever	ফিভার	সংক্রমণের বিরুদ্ধে লড়াই করার জন্য যখন আপনার দেহের তাপমাত্রা স্বাভাবিকের চেয়ে বেশি গরম হয়ে যায়। এটির কারণে আপনি ঘামতে এবং দুর্বল ও অস্থির বোধ করতে পারেন।
টীকা	Vaccine	ভ্যাকসিন	এমন একটি চিকিৎসা যার লক্ষ্য হচ্ছে আপনার দেহকে নির্দিষ্ট সংক্রমণ থেকে সুরক্ষা (ইমিউনিটি) দেয়। এটি প্রায়শই ইনজেকশন দিয়ে দেওয়া হয়।
ডায়রিয়া	Diarrhoea	ডায়রিয়া	24 ঘণ্টার মধ্যে 4 বার বা তার চেয়ে বেশি বার নরম, পাতলা পায়খানা হওয়া।
পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াসমূহ	Side effects	সাইড এফেক্টস	ক্যানসারের চিকিৎসার অবাঞ্ছিত প্রভাবসমূহ যেমন চুল পড়া, অসুস্থ বা ক্লান্তি অনুভব করা।
পিআইসিসি লাইন	PICC line	পিআইসিসি লাইন	একটি সরু টিউব যা আপনার বাহুর শিরার মধ্যে চলে যায়। এটি কেমোথেরাপি দেবার জন্য ব্যবহৃত হয়। অন্য প্রান্ত শরীরের বাইরে থাকে।

ফ্লু (ইনফ্লুয়েঞ্জা)	Flu (influenza)	ফ্লু (ইনফ্লুয়েঞ্জা)	ফুসফুস এবং শ্বাসনালীর সংক্রমণ (আমাদের দেহের যে নালীগুলির মাধ্যমে আমরা শ্বাস নেই)। এটির কারণে আপনার জ্বর এবং শরীরে ব্যথা হতে পারে।
ফ্লু ভ্যাকসিন	Flu vaccine	ফ্লু ভ্যাকসিন	একটি ভ্যাকসিন যা আপনাকে ফ্লু (ইনফ্লুয়েঞ্জা) থেকে রক্ষা করে।
মূত্রথলি	Bladder	ব্ল্যাডার	আপনি টয়লেটে না যাওয়া পর্যন্ত আপনার দেহের যে অঙ্গটি প্রস্রাব মজুত করে রাখে।
লোহিত রক্ত কণিকা	Red blood cells	রেড ব্লাড সেলস	আমাদের শরীরের সেই কোষসমূহ যা শরীরে অক্সিজেন পরিবহণ করে।
শ্বেত রক্ত কণিকা	White blood cells	হোয়াইট ব্লাড সেলস	আমাদের রক্তের কোষসমূহ যা সংক্রমণের বিরুদ্ধে লড়াই করে।
সংক্রমণ	Infection	ইনফেকশন	যখন ব্যাকটেরিয়া আপনার শরীরে প্রবেশ করে এবং অসুস্থতার কারণ হয়।
সেন্ট্রাল লাইন	Central line	সেন্ট্রাল লাইন	একটি সরু টিউব যা আপনার বুকের একটি শিরার মধ্যে চলে যায়। এটি কেমোথেরাপি দেবার জন্য ব্যবহৃত হয়। অন্য প্রান্ত শরীরের বাইরে থাকে।
হাসপাতাল টিম	Hospital team	হসপিটাল টিম	ডাক্তার, নার্স এবং অন্যান্য পেশাদারদের দল যারা আপনাকে হাসপাতালে দেখাশোনা করবে।

[বাংলা] ভাষায় আরো তথ্য আছে

এই বিষয়গুলো সম্বন্ধে আমাদের বাংলা ভাষায় তথ্য আছে:

ক্যানসারের ধরন	**ক্যানসারের মোকাবিলা করা**
• স্তন ক্যানসার • বৃহদান্ত্রের ক্যানসার • ফুসফুসের ক্যানসার • প্রোস্টেট ক্যানসার **চিকিৎসাসমূহ** • কেমোথেরাপি • রেডিওথেরাপি • সার্জারি	• যদি আপনার ক্যানসার নির্ণয় হয়ে থাকে - একটি চটজলদি নির্দেশিকা • খাবার সমস্যা এবং ক্যানসার • জীবনের অবসান • আর্থিক সহায়তা - বেনিফিটসমূহ • আর্থিক সহায়তা - খরচ মেটানোর জন্য সাহায্য • স্বাস্থ্যকর খাদ্যাভ্যাস • ক্লান্তি (অবসন্নতা) এবং ক্যানসার • ক্যানসার চিকিৎসার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াসমূহ • নিজেকে সাহায্য করার জন্য আপনি কী করতে পারেন

এই তথ্য দেখতে, **macmillan.org.uk/translations-এ** যান

আমাদের সাথে বাংলায় কথা বলুন

আপনি **0808 808 00 00** নম্বরে বিনামূল্যে ম্যাকমিলান (Macmillan)-এ ফোন করতে পারেন এবং একজন দোভাষীর সাহায্যে আমাদের সাথে বাংলায় কথা বলতে পারেন। আপনার উদ্বেগ ও চিকিৎসা সম্পর্কিত প্রশ্নগুলো নিয়ে আপনি আমাদের সাথে কথা বলতে পারেন। যখন আপনি কল করবেন শুধু ইংরেজিতে বলুন 'বাংলা](বলুন "বেঙ্গলি")।

আমরা সপ্তাহে 7 দিন, সকাল 8 থেকে সন্ধ্যা 8টা পর্যন্ত খোলা থাকি।

আমরা আশা করি যে আপনার নিকট এই তথ্য সহায়ক হয়েছে। আপনার কোনো প্রশ্ন থাকলে, আমরা আপনার ভাষায় টেলিফোনের মাধ্যমে তথ্য ও সহায়তা দিতে পারি। আমরা বিনামূল্যে পরিষেবা দিয়ে থাকি। আমাদেরকে শুধুমাত্র 0808 808 00 00 নম্বরে (সপ্তাহে 7 দিন, সকাল 8টা থেকে রাত 8টা পর্যন্ত) কল করুন এবং ইংরেজিতে আপনার পছন্দের ভাষার জন্য বলুন।

সূত্র ও ধন্যবাদ জ্ঞাপন

এই সকল তথ্য রচনা ও সম্পাদনা করেছে ম্যাকমিলান ক্যানসার সাপোর্ট (Macmillan Cancer Support)-এর ক্যানসার তথ্য উন্নয়ন (Cancer Information Development) দল। একটি অনুবাদ কোম্পানি এটি বাংলায় অনুবাদ করেছে।

এই তথ্য ম্যাকমিলানের (Macmillan) পুস্তিকা **ক্যানসারের চিকিৎসা এবং সেপসিস**-এর ভিত্তিতে। আমরা আপনাকে একটি কপি পাঠাতে পারি, কিন্তু সম্পূর্ণ পুস্তিকাটি শুধু ইংরেজিতে পাওয়া যায়।

এই পুস্তিকার তথ্য প্রাসঙ্গিক বিশেষজ্ঞেরা পর্যালোচনা করেছেন এবং আমাদের চিফ মেডিকেল এডিটর, প্রফেসর টিম ইভসন, কনসালট্যান্ট মেডিক্যাল অঙ্কোলোজিস্ট এবং ম্যাকমিলান (Macmillan) চিফ মেডিক্যাল এডিটর তা অনুমোদন করেছেন।

সেই সব ক্যানসার আক্রান্ত ব্যক্তিদেরও ধন্যবাদ জানাচ্ছি যারা এই তথ্য পর্যালোচনা করেছেন।

আমাদের সকল তথ্য প্রাপ্ত সেরা প্রমাণের ভিত্তিতে নেওয়া হয়েছে। আমাদের ব্যবহার করা উৎসগুলোর বিষয়ে আরো তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** ঠিকানায় আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন।

MAC18335_Bengali

বিষয়বস্তুর পর্যালোচনা: অক্টোবর 2018

পরবর্তী পর্যালোচনার জন্য পরিকল্পিত সময়সূচী: 2021

আমরা সব সময় সঠিক তথ্য দেওয়ার বিষয়টি নিশ্চিত করার জন্য সব রকমভাবে চেষ্টা করে থাকি কিন্তু প্রতিনিয়ত পরিবর্তনশীল মেডিকেল গবেষণার বর্তমান অবস্থার প্রতিফলনের জন্য এর উপর নির্ভর করা উচিত হবে না। আপনি আপনার স্বাস্থ্য সম্পর্কে উদ্বিগ্ন থাকলে, আপনার ডাক্তারের সাথে আলোচনা করুন। এই তথ্যে বা তৃতীয় পক্ষের কোনো তথ্যে, যেমন আমাদের লিংক করা ওয়েবসাইটের তথ্যে, কোনো ভুল থাকার কারণে সৃষ্ট কোনো ক্ষতি বা হানির জন্য ম্যাকমিলান (Macmillan) কোনো দায়-দায়িত্ব গ্রহণ করবে না।

© ম্যাকমিলান ক্যানসার সাপোর্ট (Macmillan Cancer Support) 2020। ইংল্যান্ড ও ওয়েলস (261017), স্কটল্যান্ড (SC039907) এবং আইল অব ম্যান (604)-এ নিবন্ধিত দাতব্য প্রতিষ্ঠান। রেজিস্টার্ড অফিস: 89 Albert Embankment,
London SE1 7UQ।

MAC18335_Bengali

Sepsis and cancer:
Language

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 infection.
	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 chemotherapy. One end stays outside the body.
	Chemotherapy		A cancer treatment that uses drugs to kill cancer cells.
	Chicken pox		An infection that causes a fever, 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 infection. 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 fever and aches in your body.
	Flu vaccine		A vaccine that protects you from getting the flu (influenza).

	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 chemotherapy. One end stays outside the body.
	Red blood cells		Cells 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 infection. It is often given by injection.
	White blood cells		Cells in our blood that fight infection.

More information in [language]

We have information in [language] about these topics:

Types of cancer	Coping with cancer
• Breast cancer • Large bowel cancer • Lung cancer • Prostate cancer **Treatments** • Chemotherapy • Radiotherapy • Surgery	• 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**

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