

## عفونت (سیپس) اور کینسر

کینسر اور کینسر کے چند ایک علاج آپ کے جسم میں عفونت کے خطرے میں اضافہ کر سکتے ہیں۔ یہ پرچہ وضاحت کرتا ہے:

- عفونت کیا ہوتی ہے
  - آپ کو اپنی ہسپتال کی ٹیم سے کب رابطہ کرنا چاہیے
  - اپنے آپ کو بچانے کے لیے آپ خود کیا کر سکتے ہیں۔
- کوئی اور الفاظ جو خط کشیدہ ہیں، ان کی تشریح اختتام پر الفاظ کی فہرست میں موجود ہے۔ الفاظ کی اس فہرست میں انگریزی کے الفاظ کا تلفظ بھی شامل ہے۔
- اگر آپ کے پاس اس معلومات کے متعلق مزید کوئی سوالات ہوں، تو آپ جس ہسپتال میں زیر علاج ہیں اس کے ڈاکٹر یا نرس سے پوچھیں۔

## یہ معلومات درج ذیل کے متعلق ہے:

- عفونت کیا ہے؟
- مجھے عفونت کیوں ہو سکتی ہے؟
- عفونت کا عمل کب ہو سکتا ہے؟
- مجھے عفونت ہونے کا خطرہ کیا ہے؟
- کیا میرا جسم عفونت سے بچ سکتا ہے؟
- میں اپنی مدد خود کیسے کر سکتا ہوں؟
- کینسر کے علاج سے پہلے اپنی دیکھ بھال کرنا
- کینسر کے علاج کے دوران اپنی دیکھ بھال کرنا
- انفیکشن کی وہ علامات جن سے عفونت ہو سکتی ہے
- عفونت کی تاخیری علامات – 999 پر کال کریں
- اپنی ہسپتال کی ٹیم کو کال کرنے پر کیا ہو گا؟
- میک ملن (Macmillan) آپ کی کیسے مدد کر سکتی ہے
- الفاظ کی فہرست
- [اردو] میں مزید معلومات
- حوالہ جات اور تشکرات

## عفونت کیا ہے؟

عفونت کو بعد اوقات بلڈ پوائزنگ بھی کہا جاتا ہے۔ یہ عمل اس وقت ہوتا ہے جب آپ کا جسم کسی انفیکشن پر ردعمل دکھاتا ہے یعنی انفیکشن سے لڑنے کے بجائے خود پر ہی حملہ آور ہو جاتا ہے۔

عفونت کا ہسپتال میں فوری علاج کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر عفونت کا فوری علاج نہ ہو، تو اس سے لوگ مر بھی سکتے ہیں۔

اگر عفونت کا فوری علاج ہو جائے، تو زیادہ تر لوگ مکمل صحت یاب ہو جاتے ہیں

## مجھے عفونت کیوں ہو سکتی ہے؟

کینسر اور اس کے کچھ علاجوں کی وجہ سے آپ کا جسم انفیکشن سے نہیں لڑ سکتا۔

ہمارے اجسام چھوٹی چھوٹی اینٹوں سے مل کر بنے ہوتے ہیں جنہیں خلیات کہا جاتا ہے۔ ہمارا جسم خلیوں سے مل کر بنا ہوتا ہے، بشمول سرخ خلیے اور سفید خلیے۔

سفید خلیوں کی ایک قسم انفیکشن کے خلاف لڑائی میں ہمارے جسم کی مدد کرتی ہے۔ کینسر کے کچھ علاج ہمارے جسم میں ان سفید خلیوں کی تعداد کو کم کر دیتے ہیں۔ کیموتھراپی کی صورت میں یہ عام مسئلہ ہے مگر کینسر کے علاجوں کی دیگر اقسام میں بھی ایسا ہو سکتا ہے۔

اگر آپ کے جسم میں ان سفید خلیوں کی تعداد کم ہو جائے، تو ایک معمولی سی انفیکشن بھی بگڑ سکتی ہے۔ اس سے چند گھنٹوں میں موت بھی واقع ہو سکتی ہے۔

## عفونت کا عمل کب ہو سکتا ہے؟

کوئی انفیکشن یا عفونت کسی بھی وقت ہو سکتی ہے۔ آپ کا خطرہ اس وقت عام طور پر بلند ترین ہو جاتا ہے جب آپ کے خون میں انفیکشن سے لڑنے والے سفید خلیے کم ترین ہو جاتے ہیں۔ درست وقت بتانا مشکل ہے، لہذا اپنی ہسپتال ٹیم سے پوچھیں کہ آپ کو کب زیادہ خطرہ ہو سکتا ہے۔

## مجھے عفونت ہونے کا خطرہ کیا ہے؟

آپ کو ہونے والی انفیکشن اور عفونت کا انحصار آپ کے زیر استعمال کینسر کی دوا پر ہوتا ہے۔ اس کا تعلق درج ذیل سے بھی ہے:

- آپ کو لاحق ہونے والے کینسر کی قسم
- کینسر کا سائز
- آیا آپ کا کینسر جہاں سے شروع ہوا تھا، وہاں سے جسم کے دیگر کسی حصے میں پھیلا ہے یا نہیں
- آپ کی عمر
- آپ کی عمومی صحت۔

## کیا میرا جسم عفونت سے بچ سکتا ہے؟

آپ انفیکشن سے لڑنے والے اپنے خون کے سفید خلیوں میں کمی آنے کے عمل کو نہیں روک سکتے۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ عفونت کو نہیں روک سکتے۔

اگر آپ کے کوئی خدشات ہوں، تو سب سے اہم کام جو آپ کر سکتے ہیں، وہ یہ ہے کہ اپنی ہسپتال ٹیم کی 24 گھنٹے ہیلپ لائن پر فوری پر کال کریں۔ اس سے آپ انفیکشن سے پیدا ہونے والے گھمبیر مسائل کے خطرے میں کمی لا سکتے ہیں اور آپ کی زندگی بچ سکتی ہے۔

## میں اپنی مدد خود کیسے کر سکتا ہوں؟

آپ کو اپنی ہسپتال ٹیم کا 24 گھنٹے کا ہیلپ لائن نمبر پر وقت اپنے پاس رکھنا چاہیے۔ آپ کی کینسر کی قسم کے لحاظ سے آپ کی ہسپتال ٹیم یا کینسر ٹیم ہو گی یا پھر ہیماتالوجی ٹیم بھی ہو سکتی ہے۔

اگر دیگر کوئی شخص آپ کی جگہ فون کرے گا، تو اس کے پاس بھی 24 گھنٹے ہیلپ لائن کا نمبر موجود ہونا چاہیے۔ درج ذیل لوگوں کو نمبر کی ضرورت پیش آ سکتی ہے:

• آپ کے خاندان کے لوگ

• آپ کے دوست

• آپ کے رفقاءے کار۔

تاخیر نہ کریں – دیر کرنے کے بجائے ہسپتال کو ہمیشہ جلدی فون کریں۔ اگر علاج جلدی شروع ہو جائے، تو عفونت کا علاج آسان ہوتا ہے۔

آپ درج ذیل طریقوں سے بھی اپنی مدد کر سکتے ہیں:

• اپنے اہل خانہ، دوستوں اور رفقاءے کار کو بتائیں کہ آپ کو عفونت کا خطرہ ہے۔

• فوراً ہسپتال پہنچنے کا منصوبہ بنا کر رکھیں مثلاً آپ کے بچوں کا خیال کون رکھے گا یا ہسپتال لے کر جانے میں آپ کی مدد کون کرے گا۔

• انفیکشن جب اپنی ابتدائی حالت میں ہو (ابتدائی انفیکشن)، تو اسی وقت اس کی علامات کو چیک کریں۔ اس معلومات میں ہم نے ان کی وضاحت کر دی ہے۔

• عفونت کی علامات کی جانچ کریں۔ اس معلومات میں ہم نے ان کی وضاحت کی ہے۔

• اگر آپ میں انفیکشن کی کوئی علامات پائی جاتی ہوں، تو اپنی کینسر ٹیم کو فوری طور پر کال کریں۔

یہ جاننا مشکل ہو سکتا ہے کہ آیا آپ کی علامات انفیکشن کی وجہ سے ہیں یا یہ دیگر کسی علاج کے ضمنی اثرات ہیں۔ اپنی ہسپتال ٹیم سے رابطہ کرنے میں تاخیر نہ کریں۔ نہ آپ کو اور نہ آپ کے ڈاکٹر کو معلوم ہو سکتا ہے کہ کون سی انفیکشنز کی وجہ سے عفونت ہو سکتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ کینسر کے دوران ہونے والی تمام انفیکشنز کا فوری علاج کیا جاتا ہے۔

کوئی بھی انفیکشن خود بخود ٹھیک نہیں ہوتی۔ انفیکشن شروع مینائیتی بائیوٹکس کے ساتھ آسانی سے ٹھیک ہو سکتی ہے۔ مگر انفیکشن کے علاج میں تاخیر خطرناک ہو سکتی ہے۔

## کینسر کے علاج سے پہلے اپنی دیکھ بھال کرنا

درج ذیل کام کر کے آپ اپنے علاج سے پہلے اپنا فائدہ کر سکتے ہیں:

- اپنے ڈاکٹر یا نرس کے ساتھ فلو (زکام) کی ویکسین لگوانے کے بارے میں بات کریں۔
- ایک تھرمامیٹر خرید لیں تاکہ آپ اپنا بخار چیک کر سکیں۔
- کینسر کا علاج شروع ہونے سے پہلے اپنے دانتوں کا معائنہ کرا لیں۔

## کینسر کے علاج کے دوران اپنی دیکھ بھال کرنا

اپنی زندگی معمول کے مطابق گزارنے سے نہ گھبرائیں۔ آپ کو پُرہجوم مقامات پر جانے یا اپنے دوستوں سے ملاقاتیں کرنے سے گریز نہیں کرنا چاہیے، ماسوائے یہ کہ آپ کی ہسپتال ٹیم نے آپ کو ایسا کہا ہو۔ کیموتھراپی کے دوران ہونے والی انفیکشنز عام طور پر انہی بیکٹیریا سے ہو جاتی ہے جو قدرتی طور پر آپ کے اپنے جسم میں پائے جاتے ہیں۔

درج ذیل کام کر کے آپ اپنے علاج کے دوران اپنی مدد خود کر سکتے ہیں:

- ہر قسم کے زخموں اور خراشوں کو فوراً صاف کریں اور ان پر پلستر وغیرہ لگا دیں۔
- دن میں کم از کم دو مرتبہ اپنے دانت صاف کریں۔
- بیمار لوگوں مثلاً چیچک، بیچش یا بخار کے مریضوں سے دور رہنے کی کوشش کریں۔
- اگر آپ کسی ایسی جگہ گئے ہوں جہاں پر چیچک کے مریض بھی تھے، تو اپنی ہسپتال ٹیم کی ہیلپ لائن پر فوراً کال کریں۔
- کچھ بھی کھانے سے پہلے اور بعد میں اور ٹائیلٹ استعمال کرنے کے بعد اپنے ہاتھ ضرور دھوئیں۔
- جانوروں کا فضلہ وغیرہ صاف کرنے کے بعد فوراً اپنے ہاتھوں کو دھوئیں۔
- اگر آپ کو باغبانی یا دیگر کسی سرگرمی میں زخم لگنے کا خطرہ ہو، تو صاف ستھرے دستانے پہنیں۔
- کھانا درست درجہ حرارت پر پکائیں اور درست درجہ حرارت پر ہی ذخیرہ کریں۔
- اپنی غذا کے متعلق مشوروں پر عمل کریں۔ سب مریضوں کو اپنی غذا میں تبدیلی کی ضرورت نہیں ہوتی۔ اگر آپ کی غذا میں تبدیلی کی ضرورت ہوئی، تو آپ کو یہ بات آپ کے علاج کے آغاز میں بتا دی جائے گی۔

## انفیکشن کی وہ علامات جن سے عفونت ہو سکتی ہے

اگر آپ میں انفیکشن کی درج ذیل میں سے کوئی علامت ہو، تو فوراً اپنی ہسپتال ٹیم کو کال کریں

- آپ کی طبیعت معمول سے زیادہ بوجھل ہو یا آپ بستر سے اٹھ نہ سکتے ہوں۔
- آپ کا درجہ حرارت  $37.5^{\circ}\text{C}$  ( $99.5^{\circ}\text{F}$ ) یا اس سے زیادہ ہو۔
- آپ کا درجہ حرارت  $36^{\circ}\text{C}$  ( $96.8^{\circ}\text{F}$ ) سے کم ہو جاتا ہے۔
- آپ کانپ رہے ہوں، بہت ٹھنڈ لگ رہی ہو اور جسم گرم نہ ہوتا ہو، جیسا آپ کے ساتھ فلور (زکام) میں ہوتا ہے۔
- آپ کو پیچش لگ جائیں: اس کا مطلب ہے کہ 24 گھنٹوں میں 4 یا اس سے زیادہ پانی نما نرم پاخانوں کی ضرورت پیش آنا۔

انفیکشن کی کچھ ایسی اقسام بھی ہوتی ہیں جن کی علامات مختلف ہو سکتی ہیں۔ اگر آپ میں درج ذیل میں سے کوئی علامت موجود ہو، تو فوراً اپنی ہسپتال ٹیم سے رابطہ کریں:

### پیشاب کی انفیکشن کی علامات

- پیشاب کرتے وقت آپ کو درد یا تکلیف ہوتی ہو
- معمول سے زیادہ پیشاب آتا ہو
- ایسا محسوس ہونا کہ شاید آپ کا مٹانہ خالی نہیں ہوا
- اپنا مٹانہ خالی کرنے کے لیے انتظار نہ کر سکتا
- پیشاب رسنا (غیر ارادی)
- آپ کے شکم (پیٹ) کے زیریں حصے میں درد
- پیشاب کا غبار آلود یا بدبودار ہونا، جس میں خون آتا ہو۔

### چھاتی کی انفیکشن کی علامات

- سانس کا پھولنا
- چھاتی کی خراش
- کھانسی میں سبز رنگ کا بلغم آنا۔

### جلد کی انفیکشن کی علامات۔

- سرخی، گرمائش، سوجن یا درد (خاص طور پر PICC لائن، سنٹرل لائن، گھاؤ یا زخم) کے ارد گرد۔

## دانتوں کی انفیکشن کی علامات

- آپ کے دانتوں یا مسوڑوں میں دھڑکنے والا درد جو اچانک شروع ہوتا ہے اور بتدریج تیز ہوتا ہے
- ایسا درد جو آپ کے کان، جبڑے اور گردن میں اسی جانب پھیلتا ہے جس جانب دانت یا مسوڑے میں تکلیف ہو
- آپ کے چہرے پر سرخی یا سوجن۔

## عفونت کی تاخیری علامات – 999 پر کال کریں

اگر آپ میں عفونت کی تاخیری علامات پائی جاتی ہیں، تو آپ کو فوری طور پر طبی مدد کی ضرورت ہے۔ اپنی جان بچانے اور اپنے جسم کو پہنچنے والے شدید نقصان سے بچنے کے لیے آپ کو طبی مدد کی ضرورت ہے۔

اگر آپ میں درج ذیل میں سے کوئی علامات ہو، تو 999 پر کال کریں:

- بول چال میں دشواری یا الجھن
- انتہائی کپکپی یا عضلاتی درد
- پورا دن پیشاب نہ آنا
- شدت سے سانس اکھڑنا
- جلد کی پڑمردگی یا رنگ خراب ہونا
- طبیعت انتہائی ناساز محسوس کرنا - جیسا آپ نے شاید اس سے پہلے کبھی محسوس نہ کیا ہو۔

## اپنی ہسپتال کی ٹیم کو کال کرنے پر کیا ہو گا؟

### بذریعہ ٹیلیفون جائزہ

آپ کی ہسپتال ٹیم آپ سے آپ کی علامات اور درجہ حرارت کے بارے میں پوچھے گی۔ ہو سکتا ہے کہ وہ آپ کو فوراً ہسپتال پہنچنے کا کہیں اور آپ کو وہاں پر داخل کر لیا جائے۔ جلد سے جلد ہسپتال پہنچنا ضروری ہوتا ہے تاکہ آپ کا معائنہ کیا جائے اور اگر ضرورت ہو، تو آپ کا علاج کیا جائے۔

### ہسپتال کا جائزہ

ہسپتال ٹیم آپ کا علاج ہنگامی طور پر کرے گی مگر آپ کو عام طور پر دوسرے مریضوں سے علیحدہ کمرے میں نہیں رکھا جاتا۔ ہسپتال ٹیم درج ذیل کام کر سکتی ہے:

- آپ کی آمد کے 1 گھنٹے کے اندر آپ کو بذریعہ انجیکشن یا ڈرپ کے ذریعے آپ کے خون میں (درون وریڈی) اینٹی بائیوٹکس ادویات دی جائیں گی
- آپ کا معائنہ کیا جائے گا
- سفید خلیات جو آپ کے خون میں انفیکشن سے لڑتے ہیں، کی تعداد معلوم کرنے کے لیے آپ کے خون کا نمونہ لیا جائے گا
- آپ کی علامات کے مطابق، کچھ دیگر ٹیسٹوں کا بندوبست کریں گے
- یہ فیصلہ کریں گے کہ آیا آپ کے خون میں انفیکشن کے ساتھ لڑنے والے سفید خلیوں کی تعداد بہت کم تو نہیں ہے اور یہ کہ آپ کو کوئی انفیکشن تو نہیں ہے یا عفونت کی کوئی علامات تو موجود نہیں ہیں۔

## علاج کے انتخابات

عفونت کے حامل زیادہ تر لوگوں کو خون میں اینٹی بائیوٹکس ادویات لگانے کی وجہ سے ہسپتال میں رکھا جاتا ہے۔

اگر آپ کی انفیکشن زیادہ بگڑنے کا امکان نہ ہو، تو ہو سکتا ہے کہ ہسپتال ٹیم آپ کو اینٹی بائیوٹک گولیاں گھر پر استعمال کرنے کے لیے تجویز کر دے۔ وہ آپ کو بتائیں گے کہ اگر آپ کو کوئی مسائل ہونے، تو جلدی سے ہسپتال واپس جانا کتنا ضروری ہے۔

اگر آپ کو ہسپتال میں رکھا جاتا ہے، تو آپ کی ہسپتال ٹیم آپ کو درکار اینٹی بائیوٹک علاج اور اس کی مدت استعمال کے بارے میں بتائے گی۔ وہ آپ کو یہ بھی بتائیں گے کہ علاج کے لیے آپ کو ہسپتال میں کتنے دن ٹھہرنا ہو گا۔

## میک ملن (Macmillan) آپ کی کیسے مدد کر سکتی ہے

میک ملن (Macmillan) آپ اور آپ کے خاندان کی مدد کے لیے موجود ہے۔ آپ درج ذیل سے مدد حاصل کر سکتے ہیں:

- **میک ملن سپورٹ لائن (00 00 808 0808) (The Macmillan Support Line)**۔ ہمارے پاس ترجمان موجود ہیں، لہذا آپ ہمارے ساتھ اپنی زبان میں بات کر سکتے ہیں۔ آپ جو زبان استعمال کرنا چاہتے ہیں، ہمیں انگریزی میں صرف اس کا نام بتائیں۔ ہم آپ کے طبی سوالات کے جوابات دے سکتے ہیں، معاشی معاونت کے متعلق معلومات فراہم کر سکتے ہیں یا آپ کے احساسات پر بھی آپ کے ساتھ بات چیت کر سکتے ہیں۔ فون لائن ہفتہ کے 7 دن، صبح 8 تا شام 8 بجے تک کھلی ہوتی ہے۔
- **میک ملن (Macmillan) کی ویب سائٹ (macmillan.org.uk)**۔ ہماری سائٹ پر کینسر اور کینسر کے ساتھ زندگی گزارنے کے متعلق انگریزی زبان میں کافی معلومات موجود ہے۔ اس کے بارے میں [macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations) پر دیگر زبانوں میں مزید معلومات موجود ہیں۔
- **معلومات اور مدد کی سروسز**۔ کسی معلوماتی اور مدد کی سروس پر، آپ کسی کینسر اسپورٹ اسپیشلسٹ سے بات کر سکتے ہیں اور تحریری معلومات حاصل کر سکتے ہیں۔ اپنا قریب ترین مرکز [macmillan.org.uk/informationcentres](http://macmillan.org.uk/informationcentres) پر تلاش کریں یا ہمیں کال کریں۔ آپ کے ہسپتال میں بھی مرکز موجود ہو سکتا ہے۔
- **مقامی مدد کے گروپ** – مدد کے کسی گروپ میں آپ ایسے دیگر افراد سے بات چیت کر سکتے ہیں جو کینسر سے متاثرہ ہوں۔ اپنے ارد گرد [macmillan.org.uk/supportgroups](http://macmillan.org.uk/supportgroups) پر جا کر کوئی گروپ تلاش کریں یا ہمیں کال کریں۔
- **میک ملن (Macmillan) آن لائن کمیونٹی** – آپ کینسر سے متاثرہ دیگر لوگوں سے [macmillan.org.uk/community](http://macmillan.org.uk/community) پر آن لائن بات کر سکتے ہیں

## الفاظ کی فہرست

لفظ اردو	انگریزی میں	انگریزی میں کیسے کہیں (انگریزی کے لفظ کی نقلِ حرفی)	معنی
انفیکشن	Infection	انفیکشن	جب بیکٹیریا آپ کے جسم میں گھس جاتا ہے اور کسی بیماری کی وجہ بنتا ہے۔
اینٹی بائیوٹکس	Antibiotics	اینٹی بائیوٹکس	وہ دوا جو <b>انفیکشن</b> کا علاج کرتی ہے۔
بخار	Fever	فیور	جب <b>انفیکشن</b> سے لڑائی کے دوران آپ کے جسم کا درجہ حرارت معمول سے زیادہ ہو جاتا ہے۔ اس کی وجہ سے آپ کے پسینے چھوٹ سکتے ہیں اور آپ کمزوری اور چکر محسوس ہو سکتے ہیں۔
پی آئی سی سی لائن	PICC line	پی آئی سی سی لائن	ایک پتلی ٹیوب جو آپ کے بازو سے ورید میں ڈالی جاتی ہے۔ یہ <b>کیمو تھراپی</b> دینے کے لیے استعمال ہوتی ہے۔ ایک حصہ جسم کے باہر رہتا ہے۔
پیچش	Diarrhoea	ڈائریا	24 گھنٹوں میں 4 یا اس سے زیادہ مرتبہ پانی نما نرم پاخانوں کی ضرورت پیش آنا۔
چیچک	Chicken pox	چکن پاکس	ایک <b>انفیکشن</b> جس میں <b>بخار</b> ، جلد پر خراش اور خارش شروع ہو جاتی ہے۔ لوگوں کو یہ عام طور پر بچپن میں ہوتا ہے۔
خلیے	Cells	سیلز	یہ چھوٹی اینٹوں کی مانند ہوتے ہیں، جن سے ہمارے جسم کے اعضاء اور بافتیں بنتی ہیں۔
خون کے سرخ خلیے	Red blood cells	ریڈ بلڈ سیلز	<b>ہمارے خون میں وہ خلیے جو جسم میں آکسیجن کو گردش کراتے ہیں۔</b>
خون کے سفید خلیے	White blood cells	وائٹ بلڈ سیلز	<b>ہمارے خون کے خلیے جو انفیکشن سے لڑتے ہیں۔</b>
مٹانہ	Bladder	بلیڈر	آپ کے جسم کا وہ عضو جو پیشاب کا ذخیرہ کرتا ہے جب تک آپ ٹوائلٹ نہیں جاتے ہیں۔
سنٹرل لائن	Central line	سنٹرل لائن	ایک پتلی ٹیوب جو آپ کی چھاتی میں ورید سے ڈالی جاتی ہے۔ یہ <b>کیمو تھراپی</b> دینے کے لیے استعمال ہوتی ہے۔ ایک حصہ جسم کے باہر رہتا ہے۔



کینسر کے علاج کے ناخوشگوار اثرات مثلاً بال گرنا، بیمار یا تھکا ہوا محسوس کرنا۔	سائیڈ افیکٹس	Side effects	ضمنی اثرات
پھیپھڑوں اور ہوا کی نالیوں (وہ راستے جن سے ہم سانس لیتے ہیں) کی ایک انفیکشن۔ اس میں آپ کو <u>بخار</u> اور جسم میں درد بھی ہو سکتے ہیں۔	فلو (انفلوئنزا)	Flu (influenza)	فلو (زکام)
ایسی <u>ویکسین</u> جو آپ کو <u>فلو (زکام)</u> ہونے سے محفوظ رکھتی ہے۔	فلو ویکسین	Flu vaccine	فلو ویکسین
کینسر کا ایک علاج، جو ادویات کے استعمال سے کینسر کے خلیوں کو مارتا ہے۔	کیموتھراپی	Chemotherapy	کیموتھراپی
ایک ایسا علاج جس کا مقصد آپ کے جسم کو کسی خاص <u>انفیکشن</u> سے تحفظ (مدافعت) فراہم کرنا ہوتا ہے۔ یہ اکثر بذریعہ ٹیکہ لگائی جاتی ہے۔	ویکسین	Vaccine	ویکسین
ڈاکٹروں، نرسوں اور دیگر پیشہ وارانہ ماہرین کی ٹیم جو ہسپتال میں آپ کی دیکھ بھال کریں گے۔	ہاسپٹل ٹیم	Hospital team	ہسپتال ٹیم

## اردو میں مزید معلومات

ہمارے پاس ان موضوعات پر [اردو] میں معلومات موجود ہیں:

کینسر کی اقسام	کینسر سے نمٹنا
<ul style="list-style-type: none"> <li>• چھاتی کا کینسر</li> <li>• بڑی آنت کا کینسر</li> <li>• پھیپھڑوں کا کینسر</li> <li>• پراسٹیٹ کینسر</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• اگر آپ میں کینسر کی تشخیص ہو جائے – فوری رہنماء کتابچہ</li> <li>• کھانے پینے کے مسائل اور کینسر</li> <li>• زندگی کا اختتام</li> <li>• مالی معاونت - بینیفٹس</li> <li>• مالی امداد - اخراجات میں مدد</li> <li>• صحت بخش غذا</li> <li>• تھکاوٹ (تھکن) اور کینسر</li> <li>• کینسر کے علاج کے ضمنی اثرات</li> <li>• آپ اپنی مدد کرنے کے لیے خود کیا کر سکتے ہیں</li> </ul>
<p>علاج</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• کیموتھراپی</li> <li>• ریڈیو تھراپی</li> <li>• سرجری</li> </ul>	

یہ معلومات ملاحظہ کرنے کے لیے، درج ذیل پر جائیں [macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations)

ہم سے اردو میں بات کریں

آپ میک ملن کو **00 00 808 0808** پر مفت کال کر سکتے ہیں اور ایک ترجمان کے ذریعے ہمارے ساتھ اردو میں بات کر سکتے ہیں۔ آپ ہمارے ساتھ اپنی پریشانیوں اور طبی سوالات کے متعلق گفتگو کر سکتے ہیں۔ کال کرتے وقت، انگریزی زبان میں بس 'اردو' کا نام لیں ('اردو' بولیں)۔

ہمارے دفاتر ہفتہ کے 7 دن، صبح 8 تا شام 8 بجے تک کھلے ہوتے ہیں۔

ہمیں امید ہے کہ آپ ان معلومات کو مفید پائیں گے۔ اگر آپ کوئی سوالات پوچھنا چاہتے ہیں، تو ہم آپ کو آپ ہی کی زبان میں بذریعہ فون مدد فراہم کر سکتے ہیں۔ ہماری خدمات مفت ہیں۔ ہمیں اس نمبر **0808 808 00 00** پر فون کریں (ہفتہ کے 7 دن، صبح 8 تا شام 8 بجے تک) اور انگریزی میں اپنی ترجیحی زبان کا نام بتائیں۔

## حوالہ جات اور تشکر

یہ معلومات میک ملن کینسر اسپورٹ (Macmillan Cancer Support) کی کینسر انفارمیشن ڈویلپمنٹ ٹیم کی جانب سے تحریر اور مرتب کی گئی ہیں۔ اس کا اردو میں ترجمہ ایک ٹرانسلیشن کمپنی نے کیا ہے۔

اس میں موجود معلومات میک ملن (Macmillan) کے کتابچہ دی کینسر ٹریٹمنٹس اینڈ سیپس پر مبنی ہے۔ ہم آپ کو ان کی نقل بھیج سکتے ہیں مگر مکمل کتابچہ صرف انگریزی میں دستیاب ہے۔

اس کتابچہ میں موجود معلومات متعلقہ ماہرین اور ہمارے چیف میڈیکل ایڈیٹر پروفیسر ٹم آئیوسن کنسلٹنٹ آنکالوجسٹ اور میک ملن چیف میڈیکل ایڈیٹر کی طرف سے تصدیق شدہ ہے۔

کینسر سے متاثرہ ان لوگوں کا بھی شکریہ جنہوں نے اس معلومات پر نظر ثانی کی۔

ہماری تمام معلومات دستیاب شدہ بہترین ثبوتوں پر مبنی ہے۔ ہمارے استعمال کیے گئے ذرائع کے بارے میں مزید جاننے کے لیے ہم سے [cancerinformationteam@macmillan.org.uk](mailto:cancerinformationteam@macmillan.org.uk) پر رابطہ کریں

MAC18335\_Urdu

مواد پر نظر ثانی: اکتوبر 2018

اگلی نظر ثانی: 2021

ہم یہ یقینی بنانے کے لیے بھرپور کوشش کرتے ہیں کہ ہماری فراہم کردہ معلومات درست ہوں مگر تسلسل کے ساتھ تبدیل ہونے والی طبی تحقیق کی تازہ ترین صورت حال کے پیش نظر ان معلومات پر انحصار نہیں کیا جا سکتا۔ اگر آپ کو اپنی صحت کے حوالے سے کوئی خدشہ ہو، تو آپ کو اپنے ڈاکٹر سے رابطہ کرنا چاہیے۔ ان معلومات کی غیر درستگی یا فریق ثالث کی معلومات مثلاً ان ویب سائٹس پر موجود معلومات، جن کے ساتھ ہم مربوط ہیں، کی غیر درستگی کی بناء پر ہونے والے کسی طرح کے نقصان کے لیے میک ملن (Macmillan) کوئی ذمہ داری قبول نہیں کر سکتی۔

© میک ملن کینسر اسپورٹ 2020 (Macmillan Cancer Support)۔ انگلینڈ اور ویلز (261017)، سکاٹ لینڈ (SC039907) اور دی آئل آف مین میں (604) پر رجسٹر شدہ چیریٹی۔ رجسٹر شدہ دفتر 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ

MAC18335\_Urdu

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

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