MACMILLAN CANCER SUPPORT

Sepsis and cancer: Pashto

سپېسېس او سرطان

سرطان او د سرطان ځيني درملنې کولای شي ستاسو د سپېسېس خطر لوړ کړي. دغه معلوماتي پاڼه لاندې شيان تشريح کوي:

- سپېسېس څه ته وايي
- تاسو کله بايد خپل د روغتون له ټيم سره اړيکه ونيسئ
- تاسو بايد د ځان د خوندي کولو لپاره څه وکړئ.

ټول هغه توري چې د لاندې يې کرښه ايستل شوې ده په پای کې د تورو په لېست کې تشريح شوي دي. د تورو په لېست کې دا هم شامل دي چې په انګليسۍ کې به دغه توري څنګه وايې.

که تاسو د دې معلوماتو په اړه څه پوښتنې لرئ، په کوم روغتون کې چې ستاسو درملنه کيږي، هلته له خپل ډاکټر يا نرس څخه پوښتنه وکړئ.

تاسو کولای شئ د Macmillan د سرطان له ملاتړ سره په **0808 808 00 00** وړيا شمېره، 7 ورځې په اونۍ کې د سهار له 8 بجو څخه د ماښام تر 8 بجو پورې اړيکه ونيسئ. موږ ژباړونکي لرو، نو تاسو کولی شئ چې زموږ سره په خپله ژبه خبرې وکړئ. کله چې موږ ته زنګ ووهئ، په مهربانۍ سره موږ ته په انګليسي ژبه ووياست چې تاسو کومې ژبې ته اړتيا لرئ.

په نورو ژبو کې د سرطان په اړه معلومات په **macmillan.org.uk/translations** کې شتون لري

دا معلومات د لاندې مواردو په هکله دي:

- سېپسېس څه ته وايي؟
- زه ولې ښايي سېپسېس ولرم؟
- سېپسېس کله رامنځ ته کېږي؟
- د سېپسېس د لرلو خطر څه دی؟
- آیا زه کولای شم د سېپسېس مخنیوی وکړم؟
- زه څنګه کولای شم له خپل ځان سره مرسته وکړم؟
- د سرطان له درملنې مخکې ځان ته پاملرنه کول
- د سرطان د درملنې په جریان کې ځان ته پاملرنه کول
- د عفونت هغه نښې نښانې چې کېدی شي د سېپسېس لامل شي
- د سېپسېس وروستی نښې نښانې – 999 ته زنګ ووهئ
- کله چې زه د روغتون خپل ټیم ته زنګ ووهم څه به پېښ شي؟
- د خپل ځان لپاره د سمې پاملرنې او ملاتړ ترلاسه کول
- Macmillan څنګه کولای شي له تاسو سره مرسته وکړي
- د نورو لیست
- ستاسو په ژبه کې نور معلومات
- حوالې او مننه

سېپسېس څه ته وايي؟

سېپسېس ځیني وختونه د وینې د مسمومیت په نامه هم یادېږي. دا هغه مهال پېښېږي چې ستاسو بدن د عفونت پر وړاندې غبرګون ښیي او په خپلو غړو او انساجو باندې حمله کوي.

د سېپسېس درملنه باید په چټکۍ سره په روغتون کې وشي. که چېرې سېپسېس په لومړیو کې تداوي نه شي، خلک ورڅخه مړه کېږي.

کله چې سېپسېس په چټکۍ سره تداوي شي، ډېر خلک په بشپړ ډول ښه کېږي.

زه ولې ښايي سېپسېس ولرم؟

سرطان او ځیني د سرطان درملنې له عفونت سره د مبارزې لپاره تاسو کمزوري کوي.

زموږ بدن له کوچنیو واحدونو څخه جوړ شوی دی چې د حجرو په نامه یادېږي. زموږ وینه له حجرو څخه جوړه شوې ده چې د وینې سره حجرات او د وینې سپین حجرات پکې شامل دي.

د وینې سپین حجرات زموږ له بدن سره مرسته کوي چې د عفونت پر وړاندې وجنګېږي. دغه حجرات د نیوټروفیل په نامه یادېږي. د سرطان ځیني ډولونه زموږ په بدن کې د وینې د سپینو حجرو یا کرویاتو شمېر کموي. دا هغه مهال ډېر عام دی کله چې تاسو کیموترایي، ولرئ اما دا د سرطان له نورو درملنو سره هم پېښېدی شي.

که تاسو دغه نیوټروفین لږ شمېر ولرئ، یو وړوکی عفونت کېدی شي په جدي ستونزه واوړي. دا په څو ساعتونو کې د مړینې سبب کېدی شي.

سېپسېس کله رامنځ ته کیږي؟

عفونت یا سېپسېس هر مهال واقع کېدی شي. کله چې ستاسو په بدن کې د نیوټروفیل کچه ټیټه وي ستاسو پوستکی معمولاً په تر ټولو لوړه کچه کې وي او دقیق وخت توپیر کوي، نو خپل د روغتون ټیم وپوښتئ چې تاسو کله له لوړ خطر سره مخ یاست.

د سېپسېس د لرلو خطر څه دی؟

ستاسو د عفونت او سېپسېس خطر د سرطان د درمل په ډول پورې چې تاسو یې کاروئ اړه لري. دا همدارنګه په لاندې موارد پورې اړه لري:

- د سرطان ډول چې تاسو یې لرئ
- د سرطان مرحله
- ستاسو عمر
- ستاسو عمومي روغتیا.

آیا زه کولای شم د سېپسېس مخنیوی وکړم؟

تاسو نشئ کولای د وینې د سپینو کرویاتو د شمېر د راکمولو مخنیوی وکړئ. دا په دې مانا چې تاسو نشئ کولای د سېپسېس مخنیوی وکړئ.

تر ټولو مهم کار چې تاسو کولای شئ ترسره یې کړئ خپل د روغتون ټیم ته د 24 ساعته تلفوني کرښې له لارې زنګ وهل دي که چېرې تاسو اندېښنه لرئ.

دا له عفونت څخه د جدي ستونزې د رامینځته کیدو خطر کموي او کولی شي ستاسو ژوند وژغوري.

زه څنګه کولای شم له خپل ځان سره مرسته وکړم؟

تاسو باید د خپل روغتون د ټیم 24 ساعته د مرستي تلفوني شمېره همېشه له ځان سره ولرئ. دغه شېمره په خپل مبایل کې ثبت کړئ. تاسو همدارنګه کولای شئ له کورنۍ یا ملګرو څخه غوښتنه وکړئ چې تلفوني شمېرې ولیکي. ستاسو د روغتون ټیم به، ستاسو د سرطان ډول ته کتو سره، یا د سرطان یا هیمالوژۍ ټیم وي.

مه یې ځنډوئ – همېشه روغتون ته د ناوخته پر ځای وختي زنګ وهئ. سېپسېس آسانه تداوي کېږي که چېرې یې درملنه ژر وشي.

دا همدارنګه نورې لارې دي چې تاسو کولای شئ له خپل ځان سره مرسته وکړئ:

- ستاسو د سېپسېس د خپل خطر په اړه خپلې کورنۍ، ملګرو او د کار همکارانو ته ووایاست.
- پلان جوړ کړئ چې څنګه کولای شئ ژر روغتون ته ورسېږئ، د بېلګې په توګه څوک به له تاسو سره روغتون ته په رسېدو کې مرسته کوي یا به څوک ستاسو د ماشومانو پالنه کوي.
- د خپلو ترسره شوو درملنو او د خپلې وروستۍ درملنې سوابق وساتئ.
- د عفونت ابتدايي نښې نښانې چک کړئ. موږ دغه نښې نښانې په دې معلوماتو کې تشرېح کوو.
- د سېپسېس نښې نښانې چک کړئ. موږ دغه نښې نښانې په دې معلوماتو کې تشرېح کوو.
- که تاسو د عفونت هر ډول نښې نښانې ولرئ، په سملاسي توګه خپل د سرطان ټیم ته زنګ ووهئ.

په دې پوهېدل به سخت وي چې آیا کومې نښې نښانې چې تاسو يې لرئ عفونت دی که د درملنې نښې نښانې. خپل د روغتون له ټیم سره اړیکه ټینګول مه ځنډوئ. نه تاسو او نه هم ستاسو ډاکټر کولای شي ووایي چې کوم عفونتونه د سېپسېس لامل کیږي. ټول هغه عفونته چې خلکو ته د سرطان د درملنې په جریان کې پیدا کیږي په عاجله توګه تداوي کیږي.

عفونتونه پخپله نه ښه کیږي. ابتدايي عفونت په انټيبيوټيک سره په آسانۍ تداوي کیږي. اما د عفونت لپاره درملنه ځنډول کېدی شي خطرناک وي.

د سرطان له درملنې مخکې ځان ته پاملرنه کول

تاسو کولای شئ د لاندې کارونو په ترسره کولو سره له درملنې مخکې د خپل ځان پاملرنه وکړئ:

- د زوکام (انفلونزا) واکسین اود کوویډ د واکسینو د ترلاسه کولو په هکله له خپل ډاکټر یا نرس سره خبرې وکړئ. هغه لویان چې تاسو ورسره اوسېږئ هغوی هم باید دغه واکسین وکړي.
- د ترمامېټر په واسطه تاسو کولای شئ د خپل بدن د حرارت درجه په کور کې چک کړئ.
- مخکې له دې چې د سرطان درملنه پیل کړئ د خپلو غاښونو معاینه وکړئ.

د سرطان د درملنې په جریان کې ځان ته پاملرنه کول

اندېښنه مه کوئ او خپل ژوند په عادي توګه مخ ته وړئ. تاسو اړتیا نلرئ له خپلې کورنۍ او ملګرو څخه ډډه وکړئ، مګر دا چې هغوی ناروغ وي.هغه عفونتونه چې د کیموتراپۍ جریان کې پیدا کېږي معمولاً د هغېباکتریاوو له امله دي چې په طبیعي ډول ستاسو په بدن کې شتون لري.

تاسو کولای شئ د لاندې کارونو په ترسره کولو سره د درملنې په جریان کې پخپله د خپل ځان پاملرنه وکړئ:

- هغه خلک مه درپرېږدئ چې ناروغان دي، د بېلګې په توګه هغه خلک چې کرونا وایروس، شبرې، مردارداني، اسهال یا تبه لري.
- که تاسو له عفونت لرونکو خلکو سره له نږدې اړیکه لرلې وي، د خپل روغتون د ټیم د مرستې کرښې ته زنګ ووهئ.
- تاسو چې د خپل غذایي رژیم په اړه هر ډول لارښوونه کېږي تعقیب یې کړئ. ټول ناروغان اړتیا نه لري چې په خپل غذایي رژیم کې بدلون راولي. که تاسو غواړئ په غذایي رژیم کې مو بدلون راولئ، تاسو ته به په دې هکله د درملنې په پیل کې وویل شي.
- خپل لاسونه د ډوډۍ له خوړلو مخکې او وروسته او تشناب ته له تګ وروسته ومینځئ.
- خپل لاسونه د حیواناتو د فضوله موادو د له لرې کولو یا لمس کولو وروسته په سملاسي توګه ومینځئ.
- د باغدارۍ یا نورو فعالیتونو لپاره چې تاسو ښایي خپل ځان پکې غوڅ کړئ، له پاکو دستکشو څخه استفاده وکړئ.
- هر ډول غوڅېدنې په سملاسي توګه پاکې کړئ او په پلستر باندې یې وپوښئ.
- خپل غاښونه په ورځ کې لږ تر لږه دوه ځلې پاک کړئ.
- خواړه په مناسبه درجه سره پاخه کړئ او خواړه په مناسبه درجه سره ذخیره کړئ.

د عفونت هغه نښې نښانې چې کېدی شي د سپېسېس لامل شي

که تاسو د عفونت هره یوه له لاندې نښو نښانو ولرئ عاجله توګه د خپل روغتون له ټیم سره اړیکه ټینګه کړئ:

- تاسو له معمول څخه لږ د روغتیا احساس کوئ.
- کله چې ستاسو د بدن د حرارت درجه له 37.5°C (99.5°F) څخه لوړېږي.
- کله چې ستاسو د بدن د حرارت درجه له 36°C (96.8°F) څخه ټیټه کېږي.
- که تاسو د یخنۍ، او سړه لرې احساس کوئ او ځان نشئ ګرمولی، داسې لکه زوکام (انفلوونزا) چې ولرئ.
- تاسو اسهال لرئ. اسهال په دې مانا چې له معمول څخه ډېر ادرار (غټې میتیازې) دفعه کوئ، یا مو قضوله مواد اوبلن او بمبوسي دي. که تاسو نفس تنلرئ، دا به له معمول څخه ډېر فعال شي.

د عفونت ځیني داسې ډولونه شتون لري چې بل ډول نښې نښانې لري. که تاسوهره یوه له لاندې نښو نښانو څخه ولرئ، باید په عاجله توګه د خپل روغتون له ټیم سره اړیکه ټینګه کړئ:

د ادرار د عفونت نښې نښانې

- د ادار (د اخراج کولو) پر مهال درد یا ناراحتي
- له معمول څخه ډېر میتیازې کول
- د ادرار له خارجولو وروسته داسې احساس لرل چې مسانه مو نده خالي شوې
- د دې وړتیا نه لرل چې انتظار وباسئ مسانه مو تشه کړئ
- بې اختیاره د ادرار وتل (د ادرار بې نظمي)
- د ګېډې په ښکتنۍ برخه (نس) کې درد لرل
- داسې ادرار چې رنګ یې پیکه وي، بد بوی ولري، یا وینه پکې وي.

د سینې د عفونت نښې نښانې

- د ساه لنډۍ احساس لرل
- په سینه کې درد لرل
- له شنه بلغم سره ټوخی

د پوستکي د عفونت نښې نښانې.

- سوروالی، ګرمي، خولې کېدل یا در (په ځانګړې توګه دPICC کرښې، مرکزي کرښې شاوخوا، غوځېدنه، یا ټپ).

د غاښونو د عفونت نښې نښانې

- د غاښونو یا ژامې شدید درد چې ښایي په ناڅاپي ډول پیل شي او په تدریجي ډول شدید شي.
- داسې درد چې د غاښ او اورۍ له درد سره هممهاله ستاسو غوږ، ژامې او غاړې ته سرایت کوي
- ستاسو په مخ کې سوروالی او سوی.

د سېپسېس وروستۍ نښې نښانې – 999 ته زنګ ووهئ

که تاسو د سېپسېپس وروستۍ نښې نښانې لرئ، تاسو په سملاسي توګه طبي مرسته ته اړتیا لرئ. تاسو د خپل ژوند د خوندي کولو او خپل بدن د جدي زیان اړولو د مخنیوي لپاره طبي مرستې ته اړتیا لرئ.

که تاسو هر یوه له دغو نښو نښانو څخه لرئ، په سملاسي توګه 999 ته زنګ ووهئ.

- بې مفهومه خبرې یا ګیچتوب
- شدیده لړزېدا یا د عضلاتو درد
- په ورځ کې هېڅ ادرار نه خارجول
- شدیده ساه لنډي
- د پوست خالداره کېدل یا یې په رنګ کې تغیر راتلل
- په عمومي ډول د ډېرې ناروغی احساس لرل – دا کېدی شي تر ټولو بده ناروغي وي چې په ژوند کې مو لرلې وي.

کله چې زه د روغتون خپل ټیم ته زنګ ووهم څه به پېښ شي؟

د تلفون ارزونه
ستاسو د روغتون ټیم به له تاسو د نښو نښانو او د بدن د حرارت د درجې په اړه پوښتنې وکړي. هغوی ښایي له تاسو څخه غوښتنه وکړي چې په عاجله توګه روغتون ته لاړ شئ او تاسو ښایي هلته پاتې شئ. دا مهمه ده چې څومره ژر چې امکان ولري روغتون ته لاړ شئ، ځکه چې تاسو به کتل کېږئ او د اړتیا په صورت کې به درمل درکول کېږي.

د روغتون ارزونه
د روغتون ټیم به د بېړني وضعیت په توګه ستاسو درملنه کوي. د روغتون ټیم ښایي لاندې کارونه وکړي:

- تاسو معاینه کړي
- ښایي ستاسو له بدن څخه د وینې نمونه واخلي ترڅو ستاسو په بدن کې د وینې د سپینو کرویاتو شمېر معلوم کړي
- ستاسو نښو نښانو ته په پام سره به ستاسو لپاره نورې آزموینې ترسره کوي
- پرېکړه به کوي چې ایا تاسو ډېر کم شمېر نیوټروفیل لرئ او که آیا تاسو عفونت یا د سپېسېس نښې نښانې لرئ.
- تاسو ته به ستاسو له رارسېدو وروسته په 1 ساعت کې د تزریق له لارې یا ستاسو د وینې په جریان کې (په رګ کې) انټي بیوټیک درکړي.

د درملنې اختیارونه:
ګڼ شمېر سېپسېس لرونکي خلک خپل د وینې په جریان کې د انټي بیوټیک درملنې لپاره په روغتون کې پاتې کېږي.

ستاسو د روغتون ټیم به له تاسو سره خبرې وکړي چې تاسو کوم ډول انټي بیوټیک درملنې ته او د څومره مودې لپاره اړتیا لرئ. هغوی به همدارنګه له تاسو سره په دې هکله خبرې وکړي چې تاسو به څومره موده په روغتون کې پاتې کېږئ.

که احتمال وي چې تاسو ته به له عفونت څخه ستونزه نه پیدا کیږي، د روغتون ټیم ښايي تاسو ته د انټي بیوټیک تابلېټ درکړي چې د روغتون پر ځای يې په کور کې وخورئ. هغوی به همدارنګه تاسو ته ووايي چې که چیرې کوم مشکل درته پیدا کیږي په چټکه توګه روغتون ته تګ څورمره مهم دی.

د خپل ځان لپاره د سمې پاملرنې او ملاتړ ترلاسه کول

که تاسو سرطان لرئ او په انګلیسي ژبه خبرې نه کوئ، تاسو ښايي اندېښنه ولرئ چې دا به ستاسو د سرطان په درملنه او مراقبت باندې اغېز وکړي. اما ستاسو د روغتیاپالنې ټیم باید تاسو ته داسې مراقبت، ملاتړ او معلومات وړاندې کړي چې ستاسو اړتیاوې پوره کړي.

موږ پوهیږو چې ځینې وختونه خلک ښايي د سم ملاتړ په ترلاسه کولو کې له اضافي ننګونو سره مخ شي. د بېلګې په توګه، که تاسو کار کوئ یا کورنۍ لرئ نو دا به سخته وي چې د روغتون ملاقاتونو ته د تګ لپاره وخت ولرئ. تاسو همدارنګه ښايي د پیسو او د ترانسپورتي لګښتونو په اړه اندېښنه ولرئ. دغه ټول شیان سټرېس رامنځ ته کوي او مبارزه ورسره سخته ده.

اما مرسته شتون لري. زموږ د مرستې وړیا تلفوني کرښه **0808 808 00 00** کولای شي ستاسو د وضعیت په هکله، ستاسو په ژبه، تاسو ته لارښووني وړاندې کړي. تاسو کولای شئ له نرسانو، مالي لارښوونکو، د هوساینې د حقونو له مشاورینو او د کار د ملاتړ له مشاورینو سره خبرې وکړئ.

موږ همدارنګه په سرطان باندې د اخته کسانو لپاره د Macmillan Grants مرستې وړاندې کوو. دغه یو ځلي تادیات دي چې د روغتن د پارکېنګ، سفري لګښتونو، د ماشوم د مراقبت یا د ګرمولو د بېل په شان شیانو لپاره استفاده ځنې کیږي.

Macmillan څنګه کولای شي

په Macmillan کې له تاسو سره مرسته وکړي، موږ پوهیږو چې د سرطان تشخیص څنګه کولای شي په هر څه اغېز وکړي، او موږ دلته ستاسو د ملاتړ لپاره شتون لرو.

د Macmillan د ملاتړ مرکز تلفوني کرښه
موږ ژباړونکي لرو، نو تاسو کولای شئ له موږ سره په خپله ژبه باندې خبرې وکړئ. یوازې موږ ته په انګلیسي ژبه د هغې ژبې په هکله وواياست چې تاسو خبرې پرې کوئ. موږ کولای شو د طبي پوښتو په برخه کې له تاسو سره مرسته وکړو، د مالي مرسته په هکله معلومات درکړو، او که غواړئ له چا سره خبرې وکړئ، موږ ستاسو غوښتنو ته غوږ ونیسو. د تلفون وړیا او محرمه کرښه په اونۍ کې 7 ورځې د سهار له 8 بجو د شپې تر 8 بجو پورې پرانیستې ده. موږ ته په **0808 808 00 00** شمېره زنګ ووهئ

وېب چېټ
تاسو کولای شئ موږ ته د وېب چېټ پیغام واستوئ او موږ ته وواياست چې ژباړن ته اړتیا لرئ. موږ ته په انګلیسي کې د هغې ژبې په هکله وواياست چې اړتیا ورته لرئ، او زموږ کس به له تاسو سره اړیکنه ونیسي. په ' Chat to us' بټنه باندې کلیک وکړئ چې د وېب پاڼې په ټولو پاڼو باندې څرګندیږي. یا **macmillan.org.uk/talktous** ته لاړ شئ

د Macmillan وېب پاڼه
زموږ وېب پاڼه د سرطان په هکله په انګلیسي ژبه ډېر معلومات لري. همدارنګه په نورو ژبو باندې هم په **macmillan.org.uk/translations** کې معلومات شتون لري

موږ همدارنګه کولای شو یوازې ستاسو لپاره د ژباړې خدمات وړاندې کړو. د هغه څه په اړه چې اړتیا ورته لرئ، موږ ته په **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** باندې برېښنالیک واستوئ.

د معلوماتو مرکز

زموږ د معلوماتو او ملاتړ مرکزونه په روغتونونو، کتابتونونو او د تلفون په مرکزونو کې دي. د اړتیا وړ معلوماتو د ترلاسه کولو لپاره زموږ یوه معلوماتي مرکز ته مراجعه وکړئ او مخامخ له یو چا سره خبرې وکړئ. خپل تر ټولو نږدې مرکز په **macmillan.org.uk/informationcentres** کې وموميئ یا موږ ته په **0808 808 00 00** شمېره زنګ ووهئ.

د ملاتړ محلي ګروپونه

د ملاتړ په ګروپ کې، تاسو کولا شئ له نورو هغو خلکو سره خبرې وکړئ چې له سرطان څخه اغېزمن شوي دي. په خپله سیمه کې د ملاتړ د ګروپونو په هکله په **macmillan.org.uk/supportgroups** کې معلومات ولولئ یا موږ ته په **0808 808 00 00** شمېره زنګ ووهئ.

د Macmillan آنلاین ټولنه

تاسو همدارنګه کولای شئ په آنلاین ډول له نورو هغو خلکو سره چې د سرطان له امله اغېزمن شوي دي د **macmillan.org.uk/community** له لارې خبرې وکړئ چې تاسو کولای شئ د شپې یا ورځې په هر وخت کې لاسرسی ورته ولرئ. تاسو کولای شئ خپلې تجربې شریکې کړئ، پوښتنې وکړئ، یا فقط د خلکو د پوستونو له لارې معلومات ولولئ.

د تورو لیست

کلمه	په انګلیسي	په انګلیسي کې څنګه ویل کیږي	مانا
PICC کرښه	PICC line	پی آیي سي سي لاین	یو نازک ټیوب چې ستاسو په لاس کې په رګ کې ځي. دا د **کیموتراپۍ** د ورکړې لپاره کارول کیږي. یو اړخ یې له بدن څخه د باندې ساتل کیږي.
اسهال	Diarrhoea	ډایریا	په 24 ساعتونو کې 4 ځله یا ډېر د کلمو اوبه لرونکې حرکات.
انټي بیوټیک	Antibiotics	اینټي بایوټیکس	داسي درمل چې **عفونت** تداوي کوي.
تبه	Fever	فیور	کله چې ستاسو د بدن د حرارت درجه له معمول څخه زیاتیږي ترڅو وکولای شي د **عفونت** پر وړاندې وجنګیږي. دا کولای شيْ تاسو خولې کړي او د کمزورۍ او بې سېکۍ احساس درکړي.
جانبي عوارض	Side effects	سایډ افېکټس	د سرطان د درملنې غیرمطلوبې اغېزې، د بېلګې په توګه د وېښتانو تویېدل، د ناروغۍ یا ستړیا احساسول.
حجرې	Cells	سیلز	د جوړولو کوچنې واحدونه چې زموږ د بدن غړي او انساج تشکیلوي.
د روغتون ټیم	Hospital team	هاسپیټل ټیم	د ډاکټرانو، نرسانو او نورو متخصیصینو ټیم چې په روغتون کې به ستاسو پالنه کوي.
د زوکام واکسین	Flu vaccine	فلو وېکسین	داسې یو واکسین دی چې تاسو له زکام (انفلوونزا) څخه ژغوري.
د کووېډ واکسین	Covid vaccine	کووېډ وېکسین	داسې واکسین چې تاسو له کووېډ (کرونا وایروس) څخه خوندي ساتي.
د مرض سرایت	Infection	انفېکشن	کله چې باکتریا ستاسو بدن ته داخلیږي او د ناروغۍ سبب کیږي.
د وینې سپینې حجرې	White blood cells	وایټ بلډ سیلز	داسې حجرې دي زموږ په بدن کې چې د عفونت. پر وړاندې جنګیږي.
د وینې سرې حجرې	Red blood cells	رېډ بلډ سیلز	زموږ په بدن کې حجرات چې اوکسیجن د بدن شاوخوا ته رسوي.
زکام (انفلوونزا)	Flu (influenza)	فلو (انفلوینزا)	د سږو او د هوا د لارې عفونت (هغه مسیر چې موږ یې له لارې خپل بدن هوا د ننه کوو). دا هم کېدای شي په بدن کې د **تبې** او درد سبب شي.

شری	Chicken pox	چیکن پوکس	داسي یو عفونت چې د تبې، د پوستکي د دانو او بخار سبب ګرځي. خلک معمولاً کله چې ماشومان وي په دې باندې اخته کېږي.
کیموتراپي	Chemotherapy	کېمو تیراپي	د سرطان داسې درملنه چې له درملو څخه په استفادې سره سرطاني حجرې له منځه وړي.
مثانه	Bladder	بلېډر	ستاسو په بدن کې داسې یو کڅوړه ده چې میتیازې ذخیره کوي تر هغې چې تاسو تشناب ته لاړ شئ.
مرکزي کرښه:	Central line	سنټرل لاین	یو نازک ټیوب چې ستاسو په سینه کې په رګ کې ځي. دا د کیموتراپي د ورکړې لپاره کارول کېږي. یو اړخ یې له بدن څخه د باندې ساتل کېږي.
نیوټروفیلز	Neutrophils	نیوټرو فیلز	یو ډول د وینې سپین کرویات دي چې د عفونت پر وړاندې جنګېږي.
واکسین	Vaccine	وېکسین	یو ډول درملنه ده چې ستاسو بدن د یوه ځانګړي **عفونت** پر وړاندې خوندیتوب (د بدن د دفاعي سیستم پیاوړتیا) ورکوي. دا معمولاً د تزریق له لارې ورکول کېږي.

ستاسو په ژبه کې نور معلومات

موږ د دغو موضوعاتو په هکله ستاسو په ژبه کې معلومات لرو:

د سرطان ډولونه	له سرطان سره ژوند کول
• د سینې سرطان • د لویو کولمو سرطان • د سږي سرطان • د پروستات سرطان **درملنې** • کیموتراپي • رادیوتراپي • جراحي عملیات	• سرطان او کرونا وایروس • د مزایاوو غوښتنه کله چې سرطان لرئ • د خوړلو ستونزې او سرطان • د ژوند پای • سالم خوراک کول • د مصارفو مرسته کله چې سرطان لرئ • که ستاسو سرطان تشخیص شوی وی - لنډه لارښوونه • سېپسس او سرطان • د سرطان د درملنې جانبي عوارض

د دغو معلوماتو د کتلو لپاره، **macmillan.org.uk/translations** ته مراجعه وکړئ

حوالي او مننه

دغه معلومات د Macmillan د سرطان د ملاتړ د سرطان د معلوماتي پراختیا د ټیم په واسطه لیکل او تحریر شوي دي. دا د ژباړي د کمپنی په واسطه ژباړل شوی دی.

دا معلومات د Macmillan د کتابګي پراساس شامل شوي دي **د سرطان درملنه او سپېسېس**. موږ کولای شو تاسو ته یوه کاپي واستوو، اما بشپړ کتابګوټی یوازې په انګلیسي ژبه شتون لري.

دا معلومات د اړونده متخصیصینو لخوا بیاکتل شوي دي او زموږ د ارشد طبي کره کتونکي لخوا تایید شوي دي، پروفیسور تیم آویسون، طبي مشاور سرطان پوه او د Macmillan ارشد طبي کره کتونکی.

له هغو خلکو څخه ډېره مننه چې د سرطان له امله اغېزمن شوي دي او د دغو معلوماتو بیاکتنه یې کړې ده.

زموږ ټول معلومات د غوره شته شواهدو په اساس دي. د هغو سرچینو په هکله د ډېرو معلوماتو لپاره چې موږ یې کاروو، په مهربانۍ سره له موږ سره **د** cancerinformationteam@macmillan.org.uk له لارې اړیکه ونیسئ

MAC18335_Pashto

محتوی بیا کتل شوې: 2022
راتلونکي پلان شوي بیاکتنه: 2025

موږ هره هڅه کوو ترڅو ډاډ ترلاسه کړو چې هغه معلومات چې موږ یې چمتو کوو دقیق او وروستي معلومات دي اما دا باید ستاسو د وضعیت سره سم د متخصصي مسلکي مشورې د بدیل په توګه ونه کارول شي. تر هغه ځایه چې د قانون لخوا اجازه ورکړل شوې، Macmillan په دې خپرونه کې د هر هغه معلوماتو د کارولو یا د دریمې ډلې د معلوماتو یا د وېب پاڼې د شاملو معلومات یا راجع شویو معلوماتو مسؤلیت نه مني.

د Macmillan سرطان ملاتړ2022، په انګلستان او ویلز (261017)، سکاټلینډ (SC039907) او آئل آف مین (604) کې ثبت شوې خیریه موسسه. همداراز په شمالی ایرلنډ کې فعالیت کوي. د ضمانت په واسطه محدوده شوې کمپني، چې په انګلستان او ویلز کې په 2400969 شمېره ثبت شوې ده. آئېلز آف من کمپني نمبر 4694F. ثبت شوی دفتر: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

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 how to say 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.

You can also call Macmillan Cancer Support on freephone **0808 808 00 00**, 7 days a week, 8am to 8pm. We have interpreters, so you can speak to us in your own language. When you call us, please tell us in English which language you need.

There is more cancer information in other languages at **macmillan.org.uk/translations**

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?
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in your language
- References and thanks

What is sepsis?

Sepsis is sometimes called blood poisoning. It happens when your body reacts to an infection and attacks its own organs and tissues..

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

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. These cells are called neutrophils. 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 neutrophils, a minor infection can become very serious. It could 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 the number of neutrophils in your blood is low 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 stage of the cancer
- your age
- your general health.

Can I prevent sepsis?

You cannot stop the number of white blood cells 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 are worried.

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. Save the number in your mobile phone. You can also ask family and friends to keep a note of the number. Your hospital team will be either a cancer team or a haematology team, depending on the type of cancer you have.

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.
- Keep a record of the treatment you are having and when you last had it.
- Check for early symptoms of an 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 an infection or a treatment side effect. Do not delay contacting your hospital team. Neither you or your doctor can tell which infections might lead to sepsis. 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 and covid vaccine. Adults you live with should also get these vaccines.
- Buy a thermometer, so you can check your temperature at home.
- 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 family and friends, unless they are unwell. 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:

- Avoid people who are unwell, for example people with coronavirus, chicken pox, shingles, diarrhoea or a fever.
- Call your hospital team's helpline if you have been exposed to people with an infection.
- 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.
- 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.
- Clean any cuts or grazes straight away and cover them with a plaster.
- Clean your teeth at least twice a day.
- Cook food at the correct temperature and store food at the correct temperature.

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.
- 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 passing more stools (poo) than is usual for you or having watery or loose stools. If you have a stoma, it will be more active than usual.

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 empty after peeing
- 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

- feeling short of breath
- having 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 start 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 shortness of breath
- 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. The hospital team are likely to:

- examine you
- take some blood, including a sample to find out the number of white blood cells in your blood
- arrange other tests, depending on the signs and symptoms you have
- decide whether you have too low a number of neutrophils and whether you have an infection or signs of sepsis.
- give you antibiotics by injection or through a drip into your bloodstream (intravenously) within 1 hour of your arrival

Treatment options
Most people with sepsis will stay in hospital for antibiotic treatment into their bloodstream.

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.

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.

Getting the right care and support for you

If you have cancer and do not speak English, you may be worried that this will affect your cancer treatment and care. But your healthcare team should offer you care, support and information that meets your needs.

We know that sometimes people may face extra challenges in getting the right support. For example, if you work or have a family it can be hard to find time to go to hospital appointments. You might also have worries about money and transport costs. All of this can be stressful and hard to cope with.

But help is available. Our free support line **0808 808 00 00** can offer advice, in your language, about your situation. You can speak to nurses, financial guides, welfare rights advisers and work support advisers.

We also offer Macmillan Grants to people with cancer. These are one-off payments that can be used for things like hospital parking, travel costs, childcare or heating bills.

How Macmillan can help you

At Macmillan, we know how a cancer diagnosis can affect everything, and we are here to support you.

Macmillan Support Line
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 help with medical questions, give you information about financial support, or be there to listen if you need someone to talk to. The free, confidential phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm. Call us on **0808 808 00 00**.

Web chat
You can send us a web chat message saying you would like an interpreter. Tell us, in English, the language you need, and we will arrange for someone to contact you. Click on the 'Chat to us' button, which appears on pages across the website. Or go to **macmillan.org.uk/talktous**

Macmillan website
Our website has lots of information in English about cancer. There is also more information in other languages at **macmillan.org.uk/translations**

We can also arrange translations just for you. Email us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** to tell us what you need.

Information centres
Our information and support centres are based in hospitals, libraries and mobile centres. Visit one to get the information you need and speak with someone face to face. Find your nearest centre at **macmillan.org.uk/informationcentres** or call us on **0808 808 00 00**.

Local support groups
At a support group, you can talk to other people affected by cancer. Find out about support groups in your area at **macmillan.org.uk/supportgroups** or call us on **0808 808 00 00**.

Macmillan Online Community
You can also talk to other people affected by cancer online at **macmillan.org.uk/community** You can access it at any time of day or night. You can share your experiences, ask questions, or just read through people's posts.

Word list

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 tissuesof 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.
Covid vaccine	A vaccine that helps protect you from covid (coronavirus).
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.
Neutrophils	A type of white blood cell that fights infection.
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 your language

We have information in your language about these topics:

Types of cancer	Living with cancer
• Breast cancer • Large bowel cancer • Lung cancer • Prostate cancer **Treatments** • Chemotherapy • Radiotherapy • Surgery	• Cancer and coronavirus • Claiming benefits when you have cancer • Eating problems and cancer • End of life • Healthy eating • Help with costs when you have cancer • If you're diagnosed with cancer – A quick guide • Sepsis and cancer • Side effects of cancer treatment •

To see this information, go to **macmillan.org.uk/translations**

References and thanks

This information has been written and edited by Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development team. It has been translated 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_Pashto

Content reviewed: 2022

Next planned review: 2025

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate and up-to-date but it should not be relied upon as a substitute for specialist professional advice tailored to your situation. So far as is permitted by law, Macmillan does not accept liability in relation to the use of any information contained in this publication or third party information or websites included or referred to in it.

© Macmillan Cancer Support 2022, registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Also operating in Northern Ireland. A company limited by guarantee, registered in England and Wales company number 2400969. Isle of Man company number 4694F. Registered office: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

Trusted Information Creator
Patient Information Forum