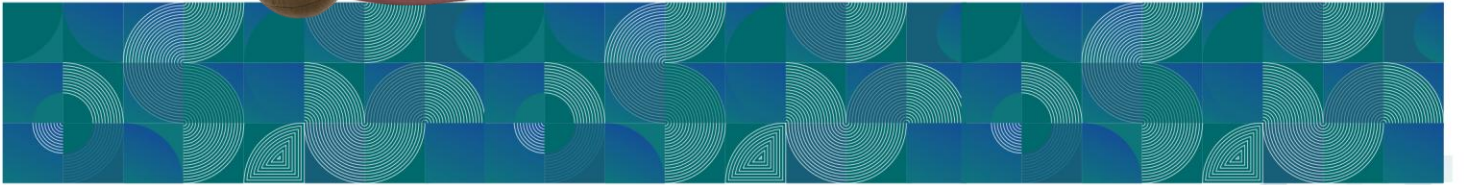




Hemato-Onco Patients

سرطان الأطفال



نظرة عامة تعليمات الوقاية لمرضى سرطان الأطفال

مضاعفات العلاج الكيميائي:

- التعب والارهاق.
- اللعيان، الاستفراغ، فقدان الشهية على الكل.
- تساقط الشعر.
- تقرحات جلدية أو ظهور بقع زرقاء جلدية.
- ضعف جهاز المناعة.
- هبوط الدم والصفائح.
- ترقق العظام.
- ضعف في الجهاز العصبي.

الرجاء اتباع التعليمات الوقائية التالية التي يمكن ان تساعد في تعزيز صحة، رفاهية، وجودة حياة طفلك:

الحفاظ على التغذية السليمة من خلال:

- نظام غذائي متوازن غني بالفيتامينات والمعادن_ ادخال الفواكه والخضراوات كجزء أساسي من النظام الغذائي.
- تقليل الاطعمة المصنعة والمشروبات الغازية.
- **(اللحومات النية ممنوعة منعاً باتاً)**
- شرب كميات كافية من السوائل خاصة المياه.
- تحضير العصير طازجاً في البيت وتجنب شرائه.

الحفاظ على النظافة من خلال:

- الاستحمام بانتظام
- غسل اليدين بالماء والصابون بعد استخدام الحمام، قبل تناول الطعام وبعده.
- غسل الفم عن طريق المخمضة بكربونات الصودا و Medistan . مع الحرص على عدم استخدام فرشاة الاسنان.
- العناية بجهاز البوليسايت (polysite) وذلك من خلال عدم تعرضه للماء لمدة 24 ساعة بعد الخروج من المستشفى، أما بكلين (Piccline) يجب تغطيته كاملاً أثناء الاستحمام.
- مراقبة علامات العدو التي تشمل الاحمرار، السخونة، أو افرازات (قيح) في ال POLYSITE او PICCLINE مع ضرورة ابلاغ الطبيب فوراً
- استخدام الاواني النظيفة كاستعمال شخصي وعدم المشاركة مع الآخرين
- اصطحاب المعقم عند الخروج من المنزل.

توفير الرعاية الطبية بمتابعة ما يلي:

- مواعيد الفحص الدوري وزيارة الطبيب.
- مراقبة اي تغيرات او مستجدات في حالة الطفل أهمهم الحرارة، الكدمات أو النزيف غير المبرر (مثلا نزيف الأنف المتكرر، الدم في البول أو البراز) مع ضرورة إبلاغ الطبيب فوراً في حال ظهورهم.
- متابعة برنامج اللقاحات بعد أخذ الموافقة من الطبيب المختص.

تخفيف الاجهاد من خلال:

- توفير بيئة هادئة ومريحة وتخفيف الضغط النفسي عن طفلك
- تشجيعه على ممارسة الانشطة الخفيفة التي يحبها بحيث تمنحه الاسترخاء وتخلصه من الطاقة السلبية.

مراقبة الحرارة:

- قياس حرارة طفلك تتم عن طريق الفم أو تحت البط عندما تشعر بسخونة جسمه، او عندما يصاب بمرض ما، أو إذا شعر بالعباء
- ابلاغ الطبيب فوراً في حال كانت الحرارة 38° أو أكثر
-

محاولة احتواء موضوع تساقط الشعر من خلال:

- مساعدة الطفل في التخلص من اللحظات الصعبة اثناء تساقط الشعر بواسطة حلق الشعر كاملاً مع الحرص على استخدام ماكينة حلاقة كهربائية وعدم استخدام الشفرات.
- ارتداء الشعر المستعار، القبعات، الشالات لتغطية الرأس وإبقائه دافئاً.
- اقناع طفلك ان الشعر ينمو ويتساقط مراراً حتى انتهاء العلاج حيث يعود وينمو بشكل سليم.

توفير الدعم النفسي من خلال:

- تخصيص وقتاً للتحدث مع الطفل وامنحه الفرصة للتعبير عن مشاعره والاجابة على أسئلته بصراحة.
- خلق جوا إيجابيا وتجنب استخدام العاطفة المفرطة.
- التحدث إلى أصدقاء الطفل ومدرسيه حول إصابته، فذلك يساعده على التخلص من التئمر والطاقة السلبية ويعطيه دعماً معنوياً وأملاً بالشفاء.
- مساعدة طفلك في متابعة دراسته كباقي الأطفال.

الرجاء تجنب ما يلي:

- الاماكن المزدحمة حيث يمكن أن يكون هناك مخاطر أكبر للإصابة بالعدوى
- الاشخاص المرضى ولديهم عوارض كالسعال ، الرشح، والحمى.
- التعرض لاشعة الشمس الضارة لفترات طويلة.

Overview of Preventive Instructions for Pediatric Cancer Patients

Common Side Effects of Chemotherapy:

- Fatigue and exhaustion.
 - Nausea, vomiting, and loss of appetite.
 - Hair loss.
 - Skin ulcers or skin bruises.
 - Immune suppression.
 - Anemia (low hematocrit and hemoglobin levels) and low platelet levels.
 - Osteoporosis (decreased bone strength)
 - Nervous system weakness.
-

Please Follow the Below Preventive Instructions to Promote Your Child's Health, Well-being, and Quality of Life:

1. Maintain Proper Nutrition:

- Provide a balanced diet rich in vitamins and minerals. Incorporate fruits and vegetables as an essential part of the diet.
- **Raw meat is strictly prohibited**
- Limit processed foods and carbonated beverages.
- Ensure adequate hydration, especially water.
- Prepare fresh juice at home and avoid store-bought options.

2. Prioritize Hygiene:

- Ensure regular bathing.
- Encourage handwashing with soap and water after using the restroom and before and after eating.
- Rinse the mouth using a bicarbonate soda and Medistan; avoid using a toothbrush.
- Take special care of the **Polysite** or **PICC line**:
 - Avoid exposing the Polysite to water for 24 hours after hospital discharge.
 - Keep the PICC line dry by fully covering it during bathing.
- Monitor for signs of infection (e.g., redness, warmth, or discharge at the Polysite or PICC line) and report to the doctor immediately.
- Use clean, personal utensils and avoid sharing with others.
- Carry hand sanitizer when leaving the house.

3. Follow Medical Care Guidelines:

- Adhere to scheduled check-ups and doctor visits.

- Monitor any changes in your child's condition, especially fever, bruising, or unexplained bleeding (e.g., nosebleeds, blood in urine or stool). Report these to the doctor immediately.
- Follow the vaccination program only after obtaining approval from the specialist.

4. Reduce Stress:

- Provide a calm, comfortable environment to minimize psychological pressure on your child.
- Encourage light activities your child enjoys to help relax and release negative energy.

5. Monitor Fever:

- Check your child's temperature orally or under the arm if they feel warm, unwell, or fatigued.
 - Notify the doctor immediately if the temperature reaches **38°C** or higher.
-

6. Hair Loss:

- Support your child during this difficult phase by shaving their head completely using an electric razor (avoid blades).
 - Use wigs, hats, or scarves to cover and keep the head warm.
 - Reassure your child that hair loss is temporary and that hair will grow back normally once treatment is completed.
-

7. Psychological Support:

- Dedicate time to talk with your child, allowing them to express their feelings and ask questions openly.
 - Foster a positive environment while avoiding excessive emotional responses.
 - Engage with your child's friends and teachers about their condition to prevent bullying and provide emotional support and hope.
 - Help your child continue their education as much as possible, like their peers.
-

Please Avoid the Following:

- Crowded places where the risk of infection is higher.
- Sick individuals showing symptoms such as cough, cold, or fever.
- Prolonged exposure to harmful sunlight.