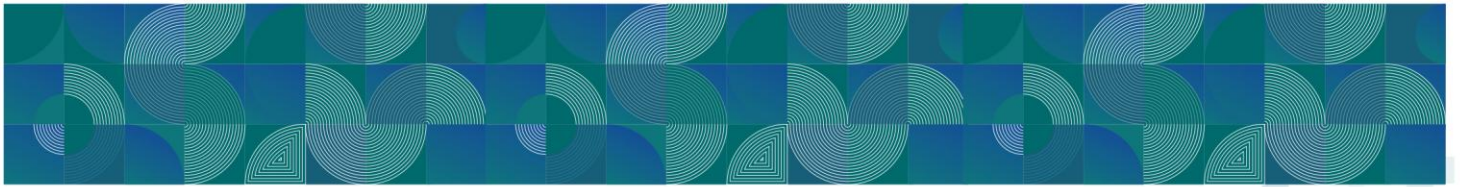
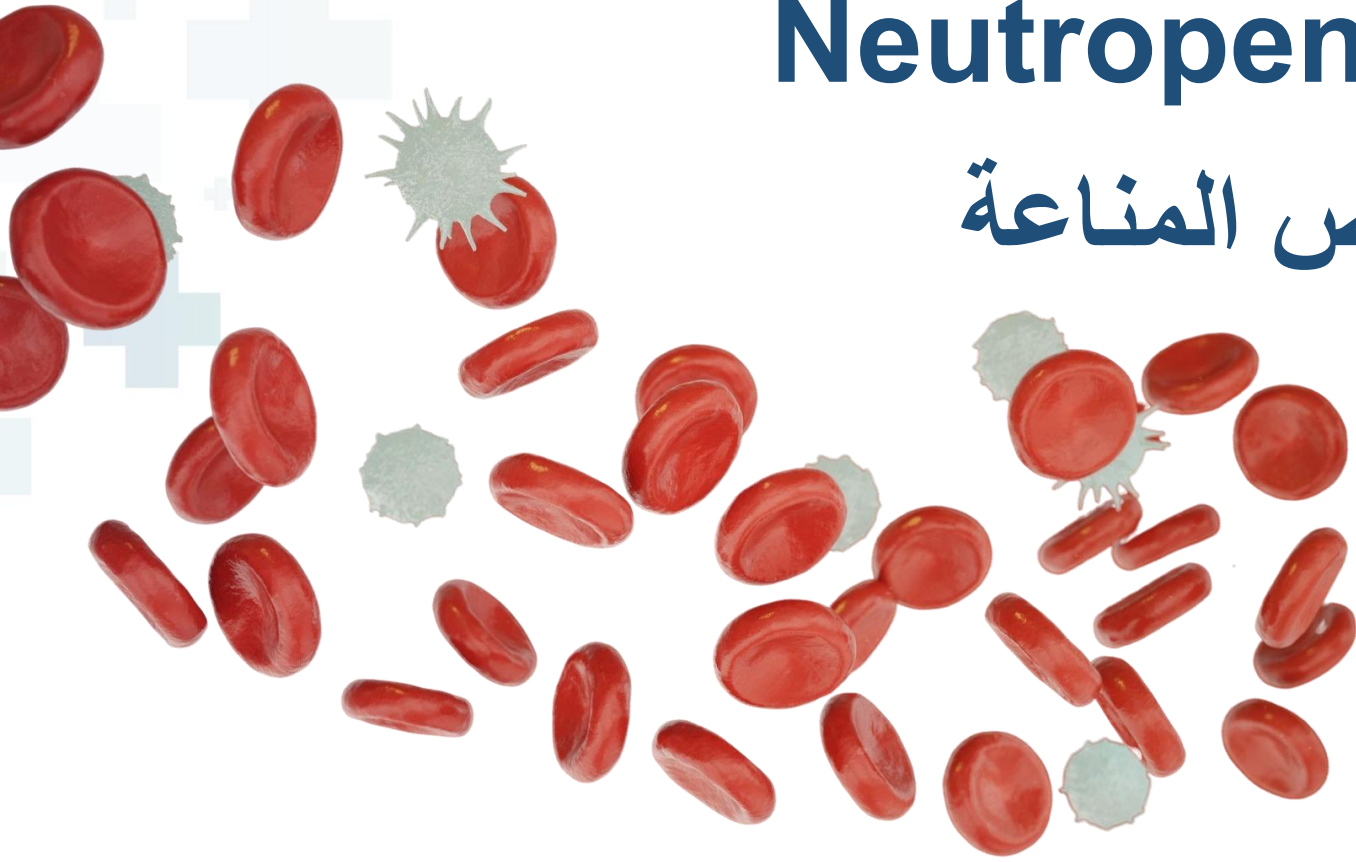


Neutropenia

نقص المناعة



Neutropenia patient: care instructions

You need to know that:

Neutropenia is a decrease in the number of white blood cells. These cells are the body's main defense against infection. Neutropenia is common after receiving chemotherapy and increases your risk for infections.

When will I be most likely to have neutropenia?

Neutropenia often occurs between 7 and 12 days after you receive chemotherapy. This period can be different depending upon the chemotherapy you get. Your doctor or nurse will let you know exactly when your white blood cell count is likely to be at its lowest. You should carefully watch for signs and symptoms of infection during this time.

How can I prevent neutropenia?

There is not much you can do to prevent neutropenia from occurring, but you can decrease your risk for getting an infection while your white blood cell count is low.

How can I prevent an infection?

In addition to receiving treatment from your doctor, the following suggestions can help prevent infections:

- Clean your hands frequently.
- Stay away from people who are sick. This includes people with COVID, colds, flu, measles, or chicken pox or other contagious infection. You also need to stay away from children who just had a "live virus" vaccine for chicken pox or polio.
- Do not share food, drink cups, utensils or other personal items, such as toothbrushes.
- Shower or bathe daily and use an unscented lotion to prevent your skin from becoming dry and cracked.
- Eat freshly cooked foods; avoid raw or undercooked foods (fish, seafood, meat and eggs) and unpasteurized milk; wash fruits and vegetables well before eating.
- Be careful not to cut or nick yourself. Do not cut or tear your nail cuticles. Use an electric shaver instead of a razor. And be extra careful when using scissors, needles, or knives.
- Watch for signs of infection around your catheter. Signs to look for include drainage, redness, swelling, or soreness.
- Protect your skin from direct contact with pet bodily waste (urine or feces) by wearing vinyl or household cleaning gloves when cleaning up after your pet. Wash your hands immediately afterwards.
- Use gloves for gardening.
- Clean your teeth and gums with a soft toothbrush, and if your doctor or nurse recommends one, use a mouthwash to prevent mouth sores. Avoid eating too much sweets and foods containing artificial sweeteners to avoid tooth decay.
- Try and keep all your household surfaces clean.
- check with your doctor about having flu and COVID-19 vaccines
- You should not have any 'live' vaccines while you are receiving treatment, such as the shingles vaccine. (this can

- Do not take any drugs (aspirin, acetaminophen (such as Tylenol), ibuprofen products, or any other drugs) that reduce fever without first talking with your doctor

What are the signs and symptoms of an infection?

For patients with neutropenia, even a minor infection can quickly become serious.

Call your doctor right away if you have:

- Fever that is (40°C) or higher for more than one hour, or a one-time temperature of (38°C) or higher.
- Chills and sweats.
- Change in cough or new cough.
- Sore throat or new mouth sore.
- Shortness of breath.
- Nasal congestion.
- Stiff neck.
- Burning or pain with urination.
- Unusual vaginal discharge or irritation.
- Increased urination.
- Redness, soreness, or swelling in any area, including surgical wounds and ports.
- Diarrhea.
- Vomiting.
- Pain in the abdomen or rectum.
- New onset of pain.
- Changes in skin, urination, or mental status.

إرشادات العناية بمريض يعاني نقص المناعة (Neutropenia)

يجب أن تعرف أن:

نقص المناعة هو انخفاض في عدد خلايا الدم البيضاء، وهي الخلايا الرئيسية في الجسم التي تحارب العدوى. يعد نقص المناعة أمرًا شائعًا بعد تلقي العلاج الكيميائي ويزيد من خطر الإصابة بالعدوى.

متى من المحتمل أن يحدث نقص المناعة ؟

يحدث نقص المناعة عادة بين 7 و 12 يومًا بعد تلقيك العلاج الكيميائي. قد يختلف هذا الفاصل الزمني حسب نوع العلاج الكيميائي الذي تتلقاه. سيخبرك الطبيب أو الممرض بالوقت الذي من المرجح أن يكون فيه عدد خلايا الدم البيضاء في أدنى مستوى له. يجب عليك مراقبة الأعراض والعلامات الدالة على العدوى خلال هذه الفترة.

كيف يمكنني الوقاية من نقص المناعة ؟

لا يمكن الوقاية من نقص المناعة بشكل كبير، ولكن يمكنك تقليل خطر الإصابة بالعدوى عندما يكون عدد خلايا الدم البيضاء منخفضًا.

كيف يمكنني الوقاية من العدوى؟

إضافة إلى تلقي العلاج من الطبيب، يمكن أن تساعد النصائح التالية في الوقاية من العدوى:

- اغسل يديك بشكل متكرر.
- تجنب الاختلاط مع الأشخاص المرضى (مثل المصابين بكوفيد، الزكام، الإنفلونزا، الحصبة، الجدري، أو أي أمراض معدية أخرى). كما يجب عليك أيضًا الابتعاد عن الأطفال الذين تلقوا للتو لقاح "فيروس حي" ضد جدري الماء أو شلل الأطفال.
- لا تشارك الطعام أو المشروبات أو الأكواب أو الأدوات أو أي من الأشياء الشخصية الأخرى مثل فرش الأسنان.
- استحم أو اغتسل يوميًا واستخدم مرطبًا خاليًا من العطور لمنع جفاف الجلد وتشققه.
- تناول الأطعمة المطبوخة الطازجة. تجنب الأطعمة النيئة أو غير المطهية جيدًا (الأسماك والمأكولات البحرية واللحوم والبيض) والحليب غير المبستر؛ اغسل الفواكه والخضروات جيدًا قبل تناولها.
- احرص على عدم جرح نفسك. تجنب قطع أو تمزيق الجلد حول الأظافر. استخدم ماكينة حلاقة كهربائية بدلاً من الشفرة. وكن حذرًا عند استخدام المقصات أو الإبر أو السكاكين.
- انتبه لأي علامات للعدوى حول القسرة، مثل خروج إفرازات، الاحمرار، التورم، أو الألم.
- احم جلدك من ملامسة مخلفات الحيوانات الأليفة (البول أو البراز) بارتداء قفازات فينيل أو قفازات تنظيف المنزل أثناء تنظيف مخلفات الحيوانات. اغسل يديك فورًا بعد ذلك.
- استخدم القفازات في أعمال البستنة.
- نظف أسنانك ولثتك باستخدام فرشاة أسنان ناعمة، وإذا أوصى طبيبك أو ممرضتك بذلك، استخدم غسول فم لتجنب تقرحات الفم. تجنب تناول الكثير من الحلويات والأطعمة التي تحتوي على المحليات الصناعية لتجنب تسوس الأسنان.
- حاول إبقاء جميع أسطح منزلك نظيفة.
- استشر طبيبك بشأن حصولك على لقاحات الأنفلونزا وكوفيد-19.
- لا ينبغي أخذ أي لقاحات "حية" أثناء العلاج الكيميائي، مثل لقاح جدري الماء.
- لا تتناول أدوية (مثل الأسبرين، أو الأدوية الخافضة للحرارة) دون استشارة طبيبك.

ما هي علامات وأعراض العدوى؟

بالنسبة للمرضى الذين يعانون من نقص المناعة، حتى العدوى البسيطة يمكن أن تصبح خطيرة بسرعة. اتصل بطبيبك فورًا إذا كنت تعاني من:

- حمى تصل إلى (40 درجة مئوية) أو أعلى لأكثر من ساعة، أو درجة حرارة لمرة واحدة تصل إلى (38 درجة مئوية) أو أعلى.
- القشعريرة والتعرق.
- تغير في السعال أو سعال جديد.
- التهاب الحلق أو تقرحات فم جديدة.

- ضيق في التنفس.
- احتقان الأنف.
- تصلب الرقبة.
- شعور بالحرقان أو الألم عند التبول.
- إفرازات مهبلية غير طبيعية أو تهيج.
- زيادة في التبول.
- احمرار أو ألم أو تورم في أي منطقة، بما في ذلك الجروح الجراحية والمنافذ.
- الإسهال.
- القيء.
- ألم في البطن أو المستقيم.
- ظهور ألم جديد.
- تغييرات في الجلد أو التبول أو الحالة العقلية.