

Sa pou Fè pou Fèb Emogram

What to Do for Low Blood Counts - Haitian Creole

Kèk kansè ak tretman kansè kapab lakòz youn oswa plis kalite nivo globil san an bese. Globil blan, globil wouj ak plakèt ki ba kapab lakòz pwoblèm, tankou enfeksyon, fatig, oswa senyman. Men gen kèk aksyon ou kapab fè pou pwoteje tèt ou si ou gen fèb emogram.



Kantite globil blan ki ba (netwopeni)

Netwopeni se yon pwoblèm medikal kote gen kantite globil blan ki ba (netwofil) nan sistèm defans kò a. Netwofil yo ede pwoteje nou kont jèm ak maladi. Lè nou malad oswa lè nou pran chòk, yo netwofil yo ede kò a batay kont enfeksyon oswa domaj.

Yon kantite globil blan ki ba se yon efè segondè kèk tretman kansè, sitou chimyoterapi. Si ou pa gen ase globil blan, gen kèk aksyon ou kapab fè pou pwoteje tèt ou.

- Lave men ou souvan. Si ou pa gen dlo tiyo pwòp, itilize dezenfektan oswa lenjèt pou men.
- Evite gwo foul moun ak moun ki malad. Mete yon mask si ou ale deyò.
- Pa kite lòt moun itilize bwòsdan ou, fouchèt ou, vè ou oswa chalimo ou.
- Pa manje sa ki kri oswa sa ki pa pasterize, tankou lèt, fwomaj, yogurt, epi ji fwi ak legim.
- Mande ekip swen kansè ou ki vaksen ou ta dwe pran epi kilè.

Selon fason globil blan ou yo ye, ekip swen kansè ou ta ka sijere ou pou itilize kèk medikaman pou evite enfeksyon oswa pou ede kò ou fè nouvo globil blan.

Lè pou chèche jwenn èd si ou gen fèb kantite globil blan:

- Tanperati kò ou depase 100.4 degre Farenhayt
- Frison oswa transpirasyon
- Nouvo konfizyon oswa konfizyon grav
- Doulè nan pwatrin
- Twoub pou respire, menm lè ou repoze
- Si ou pa kapab leve sou kabann pandan plis pase 24 èdtan



Fèb kantite globil wouj ki ba (anemi)

Anemi se yon pwoblèm medikal kote ou gen kantite globil wouj ki ba. Globil wouj yo gen yon pwoteyin ki rele emoglobin, ki mennen oksijèn toupatou nan kò ou. Nivo globil wouj ki ba kapab fè ou fatige, gen souf-kout, pal oswa menm gen vètij.

Yon kantite globil blan ki ba se yon efè segondè kèk tretman kansè, sitou chimyoterapi. Kèk kalite kansè kapab lakòz anemi tou. Si ou gen yon kantite globil wouj ki ba, blan, gen kèk aksyon ou kapab fè pou kontwole sa epi pou pwoteje tèt ou.

- Balanse aktivite ak repo ou. Pa egzajere.
- Manje sa ki gen anpil pwoteyin ak fè, tankou pwason, vyann, ze, sereyal fòtifye, fwi sèk, nwa, pwa, tofi epi legim ki gen fèy vèt fonse.

Selon sentòm ou yo ak sa ki lakòz kantite globil blan ou fèb, ekip swen kansè ou ta ka sijere ou pou pran san oswa yon lòt medikaman.

Lè pou chèche jwenn èd si ou gen fèb kantite globil blan:

- Nouvo konfizyon oswa konfizyon grav
- Si ou gen vomisman ki gen koulè bren fonse oswa wouj
- Si ou fè pou pou ki gen koulè wouj, wouj fonse, oswa nwa
- Senyman ki p ap sispann
- Si ou santi ou gen vètij, toudisman, oswa w ap tonbe
- Doulè nan pwatrin
- Twoub pou respire, menm lè ou repoze
- Si ou pa kapab leve sou kabann pandan plis pase 24 èdtan



Fèb kantite plakèt (twonbositopeni)

Twonbositopeni se yon pwoblèm medikal kote ou gen kantite plakèt ki ba nan san ou. Yon plakèt se yon kalite globil ki ede san ou kaye ak sispann senyen lè ou blese. Lè kantite plakèt yo ba, ou ka grafouyen oswa senyen fasil. Ou ka gen doule nan jwenti yo oswa miskilati yo, oswa ou ka wè san nan krache, vomisman, pipi oswa pou pou ou.

Kantite plakèt ki fèb kapab se yon efè segondè kèk kansè, chimyoterapi, radyasyon, sèten pwoblèm sante, oswa medikaman. Si ou gen yon kantite plakèt ki ba, gen kèk aksyon ou kapab fè pou pwoteje tèt ou kont senyman grav.

- Evite fè aktivite ki ta lakòz ou pran chòk oswa tonbe.
- Itilize yon razwa elektrik (pa yon lam) pou fè bab.
- Itilize yon bwòs dan ki mou. Mande ekip swen kansè ou si yo dakò pou ou pase fil dantè nan dan ou.
- Poze yo kesyon sou laksatif pou ede ou evite konstipasyon.
- Pa mete anyen nan twou dèyè ou, tankou sipozitwa, lavman oswa tèmomèt.
- Evite anti-kowagilan yo sof si ekip swen kansè ou di ou bezwen pran yo. Sa gen ladan anti-kowagilan sou preskripsyon, epi aspirin ak NSAID (non-estewoyid kont anflamasyon) tankou ibuprofen ak naproxen.
- Si w ap senyen, chita epi mete presyon sou kote a pandan anpil minit.

- Si ou tonbe epi ou frape tèt ou pandan kantite plakèt ou yo ba chèche èd medikal pou asire ou pa senyen nan sèvo ou.

Selon fason kantite plakèt ou yo ye epi si ou pa gen pwoblèm senyman, ekip swen kansè ou ta sijere pou fè on transfizyon plakèt oswa san.

Lè pou chèche jwenn èd si ou gen kantite plakèt ki ba:

- Nouvo konfizyon oswa konfizyon grav
- Si ou gen vomisman ki gen koulè bren fonsè oswa wouj fonsè
- Si ou fè pou pou ki wouj oswa nwa
- Senyman ki p ap sispann
- Si ou santi ou gen vètij, toudisman, oswa w ap tonbe
- Si ou pa kapab leve sou kabann pandan plis pase 24 èdtan



Pale avèk Ekip Swen Kansè Ou.

Se pa tout kansè oswa tout tretman kansè ki lakòz fèb emogram. Se kèk ladan yo sèlman ki ka Lakòz yon kalite emogram vin fèb. Lòt yo ka lakòz plis pase yon kalite emogram vin fèb.

Mande ekip swen kansè ou:

- Ki rezilta tès laboratwa pou siveye ak kote pou jwenn yo
- Lè pou espere emogram ou vin fèb epi pou konbyen tan
- Sa yon rezilta ki nòmal oswa yon rezilta ki pa nòmal vle di pou ou



Pou jwenn enfòmasyon ak repons sou kansè, ale sou sitwèb Sosyete Ameriken pou Kansè (American Cancer Society) [cancer.org](https://www.cancer.org) oswa rele nou nan nimewo **1-800-227-2345**. Nou la lè ou bezwen nou.