

Kisa pou w fè pou Ti kantite Globil Wouj nan San

Anemi se lè w pa gen ase globil wouj nan kò w. Selil sa yo pote oksijèn nan tout kò w. Si w gen nivo ba globil wouj nan san w, ou ka santi w trè fatige epi gen pwoblèm pou fè aktivite abityèl ou yo.



Kisa ki lakòz anemi?

Anpil bagay ka lakòz kantite globil wouj ki ba. Sa yo enkli:

- Kansè ki afekte mwèl zo a, tankou lesemi ak lenfom
- Pèt san nan aksidan oswa lòt pwoblèm
- Tretman kansè, tankou chimyoterapi oswa terapi radyasyon
- Maladi ki afekte mwèl zo a
- Timè k ap senyen
- Pwoblèm nitritif, tankou nivo ba fè, vitamin b12, oswa folat
- Medikaman, tankou medikaman anti enflamatwa non esteroyidyen (NSAIDs), aspirin, estewoyid, ak antibyotik



Ki siy ak sentòm anemi?

Gen kèk siy ak sentòm komen nan kantite globil wouj ki se:

- Fatig ekstrèm (fatig)
- Batman kè rapid
- Souf kout
- Santi vètij di, espesyalman lè w kanpe
- Po ak jansiv pal



Kijan yo trete anemi?

Tretman pou kantite globil wouj ki ba depann de kòz la. Tretman ki pi komen yo se:

- Yon transfizyon globil wouj
- Terapi sipleman fè
- Medikaman ki ede kò a pwodwi plis globil wouj nan san
- Vitamin B12 oswa sipleman asid folik

Si chimyoterapi oswa lòt tretman an lakòz anemi, ekip swen kansè w ka bese dòz la. Oswa yo ka chanje oswa sispann tretman pou bay kò w yon chans pou refè.



Ki sa w ka fè pou ede w jere anemi?

Si ou pa gen ase globil wouj, gen bagay ou ka fè pou ede w jere kondisyon an.

- Balanse aktivite w epi repoze w. Pa fè twòp.
- Bwè anpil dlo sof si ekip swen kansè w di w pou limite likid ou.
- Manje manje ki gen anpil pwoteyin ak fè, tankou:
 - Vyann wouj, pwason gra, poul, ak kodenn
 - Nwa, fèy vèt tankou epina ak chou frize
 - Pwa, lantiy, ak tofu
 - Fwi sèk, tankou rezen ak pèch
 - Sereyal anrichi ak pat anrichi oswa diri



Kilè pou pale ak ekip swen kansè w

Pale ak ekip swen kansè w si ou:

- Ap vomi koulè mawon fonsè oswa wouj vif
- Ap pou pou koulè wouj oswa nwa
- Gen vètij, toudisman, oswa te sot tonbe
- Gen yon batman kè rapid
- Pa ka leve nan kabann ou plis pase 24 èdtan



Lè pou rele 911 oswa ale nan ijans

Rele 911 oswa ale nan ijans si ou gen:

- Senyen ki pa janm sispann
- Nouvo oswa konfizyon ki vin pi mal
- Souf kout, menm lè w ap repoze
- Doulè nan pwatrin oswa batman kè iregilye



Pou plis enfòmasyon ak sipò, vizite sit entènèt American Cancer Society nan cancer.org/haitiancreole oswa rele nou nan **1-800-227-2345**.
Nou la lè w bezwen nou.