

نقص العدلات و الاحتياطات في حالة نقص العدلات

Neutropenia and Neutropenic Precautions (Arabic)

ما هو نقص العدلات؟ What is neutropenia?

نقص العدلات (نو-ترو-بي-نيا) هي حالة يكون فيها عدد خلايا العدلات في دمك منخفضًا. **العدلات** هي نوع خاص من كريات الدم البيضاء التي تعتبر مهمة لمكافحة العدوى، لذا فإن نقص العدلات يمكن أن يعرضك لخطر العدوى الخطيرة. يمكن أن يضعف الإجهاد وسوء التغذية وعدم الحصول على قسط كافٍ من النوم جهاز المناعة لديك، مما يجعل العدوى أكثر احتمالًا.

Neutropenia (noo-troh-PEE-nee-uh) is a condition where you have a low number of neutrophils in your blood. **Neutrophils** are a special type of white blood cell that are important for fighting infections, so neutropenia can put you at risk for serious infections. Stress, poor nutrition, and not getting enough sleep can also weaken your immune system, making infection more likely.

سنقوم بفحص دمك بحثًا عن نقص العدلات. نقيس عدد العدلات في دمك باستخدام **ANC** (العدد المطلق للعدلات) المبلغ عنه في **CBC** (العد الكامل للدم). سنطلب منك اتباع احتياطات نقص العدلات (التعليمات المذكورة في هذه النشرة التي يمكن أن تساعد في تقليل خطر العدوى) عندما يكون **ANC** أقل من 1.

We will check your blood for neutropenia. We measure the number of neutrophils in your blood by using the **ANC** (absolute neutrophil count) reported on your **CBC** (complete blood count). We will ask you to follow **neutropenic precautions** (the instructions listed in this handout that can help reduce your risk of infection) when your **ANC** is less than 1.

ما هي العدوى؟ What is an infection?

العدوى هي غزو ونمو الجراثيم في الجسم، مثل البكتيريا، الفيروسات، الخمائر، أو الفطريات الأخرى. يمكن أن تبدأ العدوى في أي مكان في جسمك وقد تنتشر في جميع أنحاء جسمك.

An **infection** is the invasion and growth of germs in the body, such as bacteria, viruses, yeast, or other fungi. An infection can start anywhere in your body and may spread throughout your body.

يمكن أن تكون العدوى أثناء علاج السرطان مهددة للحياة، وتحتاج إلى عناية طبية عاجلة. اسأل طبيبك أو ممرضتك قبل تناول أي أدوية جديدة لم يصفها طبيبك - حتى الأسبرين، أو الأسيتامينوفين (مثل تايلينول®)، أو الإيبوبروفين (مثل أدفيل®). يمكن أن تخفض هذه الأدوية الحمى، لكنها قد تخفي أو تخفي علامات مشكلة أكثر خطورة مثل العدوى.

Infections during cancer treatment can be life-threatening, and they need urgent medical attention. Ask your doctor or nurse before taking any new medications that are not prescribed by your doctor - even aspirin, acetaminophen (such as Tylenol®), or ibuprofen (such as Advil®). These medications can lower a fever, but they may also mask or hide signs of a more serious problem like infection.

ما الاحتياطات التي يجب أن أتخذها لمنع العدوى؟

What precautions should I take to prevent infection?

- اغسل يديك غالبًا وبشكل جيد. استخدم الصابون والماء الدافئ لغسل يديك، خاصة قبل الأكل وقبل لمس وجهك. اجعل الأشخاص من حولك يغسلون أيديهم جيدًا أيضًا.

Wash your hands often and well. Use soap and warm water to wash your hands, especially before eating and before touching your face. Have people around you wash their hands well too.



- استحم يوميًا باستخدام الصابون والماء. إذا كان لديك قسرة وريدية مركزية، حافظ على نظافة وجفاف المنطقة المحيطة بها.

Shower daily using soap and water. If you have a central line, keep the area around it clean and dry.

- اغسل أسنانك جيدًا باستخدام فرشاة أسنان ذات شعيرات ناعمة، وتحقق من فمك بحثًا عن تقرحات أو علامات أخرى للعدوى كل يوم.

Brush your teeth well using a soft-bristled toothbrush, and check your mouth for sores or other signs of an infection every day.

- إذا تعرضت للخدش أو جرح قطعي، نظفه جيّدًا بالصابون والماء.

If you get a scrape or cut, clean it well with soap and water.

- تجنب الجراثيم قدر الإمكان. ابتعد عن الحشود والأشخاص الذين يعانون من المرض أو الزكام. لا تشارك أدوات الطعام، أو الأكواب، أو المناشف. ارتد قناعًا كما هو موجه.

Avoid germs as much as possible. Stay away from crowds and people who are sick or have a cold. Do not share eating utensils, cups, or towels.

Wear a mask as directed.

- تجنب الحصول على اللقاحات الحية (اللقاحات التي تستخدم شكلًا ضعيفًا من الجرثوم الذي يسبب المرض، مثل لقاحات جدري الماء، وشلل الأطفال، أو الحصبة). تجنب أيضًا التواجد بالقرب من الأشخاص الذين حصلوا للتو على لقاح حي. يرجى الاتصال بعيادتك إذا كان لديك أسئلة حول اللقاحات.

Avoid getting live vaccines (vaccines that use a weakened form of the germ that causes the disease, like chicken pox, polio, or measles vaccines). Also avoid being around people who have just had a live vaccine. Please call your clinic with questions about vaccines.

- اتبع إرشادات سلامة الغذاء. تأكد من أن اللحم، والأسماك، والبيض التي تأكلها مطبوخة تمامًا. احتفظ بالأطعمة في الثلاجة حتى تكون مستعدًا لطهيها. قم بتبريد الطعام المتبقي في أسرع وقت ممكن وتناوله خلال 1-2 يومًا. اغسل جميع الفواكه والخضروات النيئة جيدًا. تجنب تناول الأطعمة المشتركة، مثل الحفلات والبوفيه المفتوح.

Follow food safety guidelines. Make sure the meat, fish, and eggs you eat are cooked completely. Keep foods refrigerated until you're ready to cook them. Refrigerate leftover food as soon as possible and eat within 1-2 days. Wash all raw fruits and vegetables very well. Avoid eating shared foods, such as potlucks and buffets.



- تجنب المناطق التي بها تراب فضفاض، مثل حول مواقع البناء أو أثناء البستنة، أو جز العشب، أو كنس الأوراق.

Avoid areas where there is loose dirt, such as around construction sites or during gardening, mowing grass, or raking leaves.

- تجنب النشاط الجنسي مع أشخاص آخرين. تجنب أيضًا تقبيل أي شخص لديه تقرحات في الفم أو أي شخص مريض.

Avoid sexual activity with other people. Also avoid kissing anyone who has any mouth sores or anyone who is sick.

- لا تضعي أي شيء في المستقيم أو المهبل (مثل السدادات القطنية، أو الألعاب الجنسية، أو التحاميل، أو الدوش، إلخ).

Do not put anything into your rectum or vagina (such as tampons, sex toys, suppositories, douches, etc.).

- أخبر طبيبك أو ممرضتك إذا كان لديك ألم أو نزيف في المؤخرة، حيث يمكن أن يزيد ذلك من خطر الإصابة بالعدوى.

Let your doctor or nurse know if your butt is sore or bleeding, as this could increase your risk of infection.

- تجنب الاتصال ببراز الحيوانات (البراز) والأقفاص وصناديق القمامة. تجنب التعامل مع طعام الحيوانات الأليفة النيء. لا تتعامل مع الزواحف. اطلب من أحد أفراد الأسرة أو مقدم الرعاية مساعدتك في هذه المهام أثناء كونك ناقص العدلات.

Avoid contact with animal feces (poop), cages, litter boxes. Avoid handling raw pet food. Do not handle reptiles. Ask a family member or caregiver to help you with these tasks while you are neutropenic.

- قد يصف لك طبيبك أدوية (مثل الأدوية المضادة للفيروسات، والفطريات، والمضادات الحيوية) للمساعدة في منع العدوى. قد يصفون أيضًا أدوية تسمى عوامل النمو لزيادة عدد كريات الدم البيضاء لديك. تناول أدويةك كما وُصفت لك.

Your doctor may prescribe medications (such as antiviral, antifungal, and antibiotic medications) to help prevent infection. They may also prescribe medications called growth factors to increase your number of white blood cells. Take your medications as prescribed.

ما هي علامات العدوى؟ What are signs of infection?

اتصل بالعيادة على الرقم 647-8902 (734) إذا كان لديك أي من علامات العدوى التالية:

Call the clinic at (734) 647-8902 if you have any of these signs of infection:

- حمى تزيد عن 100.4 درجة فهرنهايت Fever greater than 100.4 degrees Fahrenheit
- قشعريرة، تعرق، أو ارتعاش Chills, sweats, or shakes
- إرهاق غير عادي، شعور بعدم الارتياح، أو ارتباك Unusual fatigue, feeling unwell, or confusion
- تغير في سعالك أو سعال جديد Change in your cough or a new cough
- ضيق في التنفس Shortness of breath

- سيلان الأنف، أو العطس، أو احتقان (انسداد الأنف)
Runny nose, sniffles, or congestion (stuffy nose)
- ألم في الأذن، صداع، ألم في الجيوب الأنفية، أو رقبة متصلبة أو مؤلمة
Ear pain, headache, sinus pain, or a stiff or sore neck
- التهاب الحلق، ألم في الفم، غلاف أبيض في فمك أو على لسانك، أو صعوبة في البلع
Sore throat, mouth pain, a white coating in your mouth or on your tongue, or painful swallowing
- غثيان، قيء، أو إسهال Nausea, vomiting, or diarrhea
- ألم جديد في البطن أو ألم في البطن يزداد سوءاً
New belly pain or belly pain that gets worse
- طفح جلدي، احمرار، أو تورم بالقرب من موقع القسطرة الوريدية المركزية لديك
Skin rash, redness, or swelling near your central line site
- ألم المفاصل، تورم، أو احمرار Joint pain, swelling, or redness
- ألم عند التبول أو حركات الأمعاء
- Pain with urination (pain when you pee) or bowel movements
- بول دموي أو عكر
Urine that is bloody or cloudy

ما هي الحمى النيوتروبينية؟ What is a neutropenic fever?

هذا عندما يصاب الشخص بحمى تزيد عن 100.4 درجة فهرنهايت عندما يكون لديه عدد منخفض من العدلات.

This is when a person develops a fever greater than 100.4 degrees Fahrenheit when they have a low neutrophil count.

ماذا أفعل إذا كنت أعتقد أنني مصاب بحمى أو علامات عدوى؟

What do I do if I think I have a fever or signs of an infection?

اتصل فورًا بالعيادة أو الطبيب المناوب على الرقم 647-8902 (734). ابحث عن موقع قسم الطوارئ المحلي لديك، حيث من المحتمل أن يطلبوا منك الذهاب إلى هناك للحصول على الرعاية.

Immediately call the clinic or on-call doctor at (734) 647-8902. Find out where your local emergency department is, as they will likely ask you to go there to get care.

Adult BMT and Leukemia Clinic
Neutropenia and Neutropenic Precautions (Arabic)

إخلاء المسؤولية: تحتوي هذه الوثيقة على معلومات و/ أو مواد تعليمية قامت بتطويرها صحة جامعة ميتشيجان للمريض الإعتيادي المصاب بمثل حالتك. وقد تحتوي على روابط لمحتوى موجود على الإنترنت لم تقم صحة جامعة ميتشيجان بإشائه ولا تتحمل صحة جامعة ميتشيجان مسؤوليته. وهي لا تحل محل الاستشارة الطبية التي تحصل عليها من مقدم رعايتك الصحية لأن تجربتك قد تختلف عن تلك الخاصة بالمريض الإعتيادي. تحدث مع مقدم رعايتك الصحية إذا كانت لديك أي أسئلة حول هذه الوثيقة أو حالتك أو خطتك العلاجية.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan (U-M) Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Authors: Jaclyn Jirasek, BSN, RN, OCN, BMTCN, Nicole Kowalkowski, BSN, RN, OCN and Michelle Myers, BSN, RN

Edited by: Brittany Batell, MPH MSW

Adapted from "Infection and Neutropenia during Cancer Treatment," originally published by the National Cancer Institute and from Michigan Medicine patient education titles: "Febrile Neutropenia: Information for Children Diagnosed," "Infection Precautions for BMT and Hem/Onc Patients," and "Discharge Instructions: Infection Precautions for BMT."

Image attributions: "[wash-hands](#)" by [gea79on](#) via Flickr (CC BY-SA 2.0) and "[Woman washing fresh and organic carrots](#)" by [gpoinstudio](#) via Freepik

المؤلفون: جاكلين جيراسيك، BSN، RN، OCN، BMTCN، نيكول كوالكوفسكي، BSN، RN، OCN، ميشيل مايرز، BSN، RN، تم تحريره من قبل: بريثاني باتيل، ماجستير في الاختصاص الاجتماعي وماجستير في الصحة العامة مقتبس من "العدوى والنيتروبينية خلال علاج السرطان"، الذي نُشر أصلاً من قبل المعهد الوطني للسرطان ومن عناوين تعليم المرضى في جامعة ميتشيجان: "النيتروبينية الحموية: معلومات للأطفال الذين تم تشخيصهم،" احتياطات العدوى لمرضى BMT و Hem/Onc، و "تعليمات الخروج: احتياطات العدوى لمرضى BMT." نسب الصور: "[wash-hands](#)" بواسطة [gea79on](#) عبر فليكر (CC BY-SA 2.0) و "امرأة تغسل الجزر الطازج والعضوي" بواسطة [gpoinstudio](#) عبر فريبيك

الترجمة: خدمات الترجمة الشفوية بطب ميتشيجان

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

تعليم المرضى بواسطة صحة جامعة ميتشيجان [U-M Health](#) مُرخصة بموجب رخصة دولية عمومية [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). تمت آخر مراجعة في: 2023/04

Patient Education by [U-M Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 04/2023