

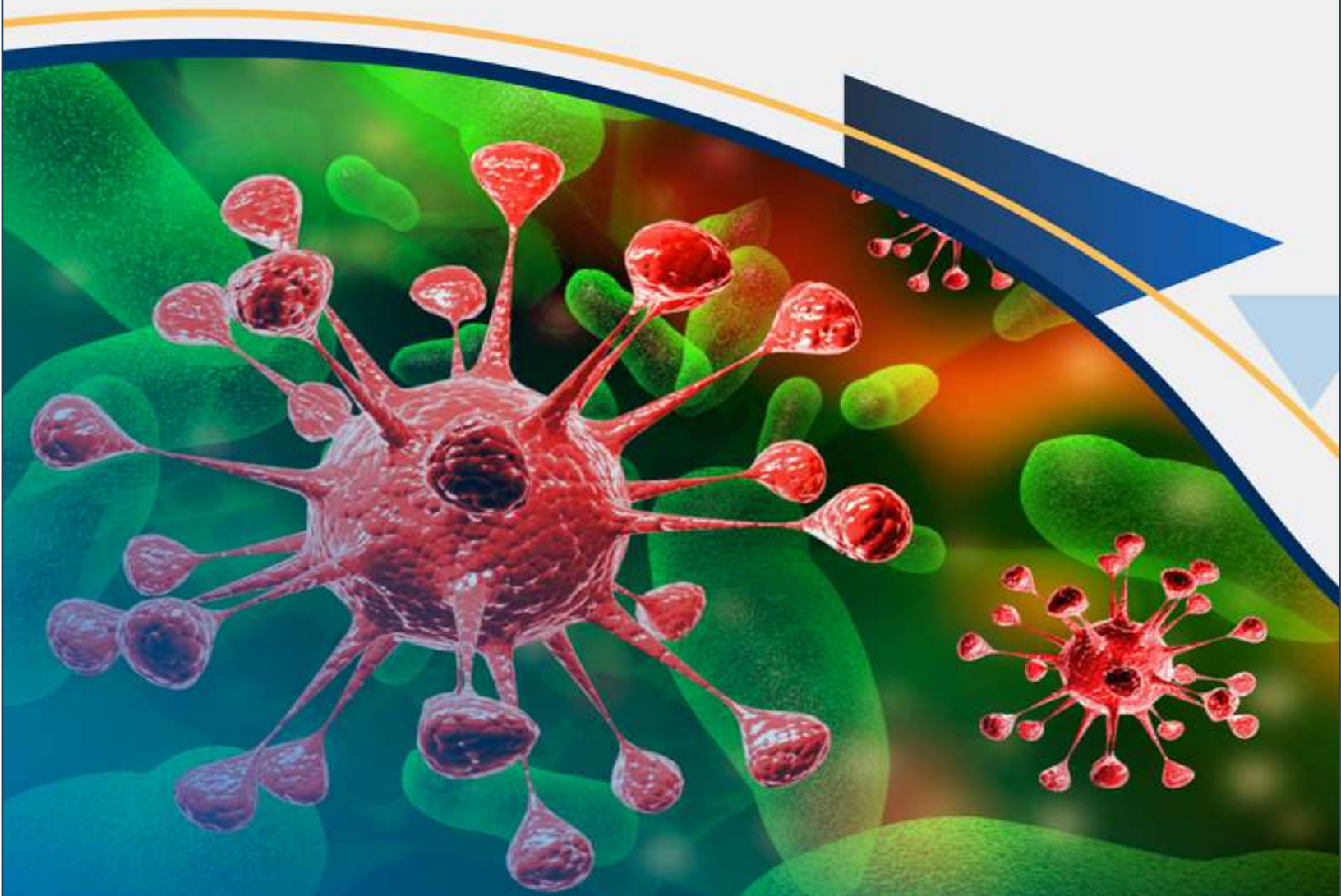
ابر حامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛  
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی  
[www.abrhami.ir](http://www.abrhami.ir)

## عفونت



## عفونت

عفونت زمانی اتفاق می‌افتد که سیستم ایمنی بدن، قادر به مبارزه با باکتری‌ها، ویروس‌ها و سایر عوامل بیماری‌زا نباشد. یک پاتوژن که معمولاً میکروب نامیده می‌شود، باعث بیماری در بدن می‌شود.

سیستم ایمنی بدن، مسئول مبارزه با عوامل بیماری‌زا است. این فرایندی است که سلول‌ها، اندام‌ها و پروتئین‌ها را درگیر می‌کند. هنگامی که سیستم ایمنی بدن شما به درستی کار می‌کند، گلبول‌های سفید خون، میکروب‌های مضر را از بین می‌برند. هنگامی که سیستم ایمنی ضعیف است، گلبول‌های سفید خون شما کار سخت‌تری برای مبارزه با عفونت دارند.

سرطان و درمان آن می‌تواند سیستم ایمنی بدن را ضعیف‌تر کند و سطح گلبول‌های سفید خاصی را کاهش دهد. اگر سرطان دارید و در حال حاضر تحت درمان سرطان هستید، احتمال ابتلا به عفونت در شما بیشتر است.

عفونت‌ها قابل درمان هستند، اما می‌توانند جدی و برای زندگی، تهدیدکننده باشند. اگر علائمی از عفونت یا تغییری در علائم خود تجربه کردید، با تیم مراقبت‌های سلامتی خود صحبت کنید.

### علائم عفونت چیست؟

تقریباً در هر نقطه‌ای از بدن، ممکن است به عفونت مبتلا شوید. برخی از مکان‌های رایج عبارت‌اند از: دهان، پوست و ریه‌ها. عفونت‌ها همچنین می‌توانند در دستگاه ادراری، راست‌روده و اندام تناسلی شایع باشند.

علائم عفونت عبارت‌اند از:

- تب - دمای بدن ۱۰۰.۵ درجه فارنهایت (۳۸ درجه سانتیگراد) یا بالاتر
- لرز یا عرق کردن
- زخم‌های دهان، گلو یا دندان‌درد
- درد شکم (شکم).
- درد در نزدیکی مقعد - همچنین ممکن است زخم یا اسهال داشته باشید
- درد یا سوزش هنگام ادرار کردن یا احساس اجبار به دفع مکرر ادرار
- سرفه یا مشکل در تنفس به طور معمول
- قرمزی، تورم یا درد، به‌ویژه در اطراف بریدگی یا جایی که جراحی کرده‌اید یا کاتتر دارید
- خارش در واژن، گاهی همراه با ترشح

پزشکان می‌توانند عفونت‌ها را درمان کنند. اما آنها می‌توانند جدی باشند و برخی حتی می‌توانند باعث مرگ شوند. دریافت فوری درمان برای عفونت مهم است.

درمان عفونت، بخش مهمی در مراقبت از سرطان است. درمان عوارض جانبی سرطان، **مراقبت تسکینی** یا مراقبت حمایتی نامیده می‌شود. اگر فکر می‌کنید ممکن است عفونت داشته باشید، با تیم مراقبت‌های سلامتی خود صحبت کنید.

### عوامل خطر ابتلا به عفونت چیست؟

برخی چیزها سیستم ایمنی بدن را ضعیف‌تر می‌کند. آنها شامل مواردی از زندگی روزمره مانند استرس، مشکلات خواب و خوب غذا نخوردن هستند. برخی از درمان‌های سرطان نیز خطر ابتلا به عفونت را افزایش می‌دهند. این درمان‌ها شامل:

- شیمی‌درمانی و سایر داروهای سرطان
  - پرتودرمانی در نواحی بزرگ بدن از جمله لگن، پاها، قفسه سینه یا شکم
  - عمل جراحی
  - پیوند مغز استخوان / سلول‌های بنیادی
- برخی سرطان‌ها، مراحل سرطان و شرایط سلامتی نیز می‌توانند خطر ابتلا را افزایش دهند. این شامل:
- سرطان‌هایی که بر مغز استخوان تأثیر می‌گذارند، مانند لوسمی و لنفوم
  - سرطان‌هایی که به استخوان سرایت کرده‌اند
  - سایر شرایط سلامتی مانند دیابت، بیماری کلیوی، فشارخون بالا، نارسایی احتقانی قلب، بیماری کبد و بیماری انسدادی مزمن ریه

### عفونت چگونه درمان می‌شود؟

اگر درمان سرطان، خطر عفونت را افزایش دهد، ممکن است پزشک شما آنتی‌بیوتیک یا سایر داروها را تجویز کند. گاهی اوقات این داروها برای جلوگیری از عفونت تجویز می‌شوند و یا ممکن است پس از مشاهده علائم و نشانه‌های عفونت، دارو دریافت کنید.

اگر سطح برخی از گلبول‌های سفید خون به نام نوتروفیل‌ها بسیار کاهش یافته و تب دارید، ممکن است لازم باشد در بیمارستان بمانید. سطح بسیار کم نوتروفیل‌ها، نوتروپنی نامیده می‌شود. **درباره نوتروپنی و نحوه مدیریت آن بیشتر بدانید**

### چگونه می‌توان از عفونت جلوگیری کرد؟

شما می‌توانید کارهای زیادی برای جلوگیری از عفونت انجام دهید. از جمله:

- دست‌های خود را به خوبی بشویید، به خصوص بعد از استفاده از سرویس بهداشتی و قبل از غذا خوردن. می‌توانید از ضدعفونی‌کننده‌های دست نیز استفاده کنید.
- هر روز به حمام بروید.
- برای جلوگیری از خشکی و ترک پوست از لوسیون استفاده کنید.
- هنگام باغبانی یا انجام کارهای خانه، به خصوص هنگام تمیزکاری، از دستکش استفاده کنید.
- میوه‌ها و سبزی‌ها را خوب بشویید. **درباره ایمنی مواد غذایی بیشتر بدانید**
- دندان‌ها و لثه‌های خود را با یک مسواک نرم تمیز کنید. در صورت توصیه پزشک یا دندانپزشک از دهان‌شویه برای جلوگیری از عفونت استفاده کنید. **در مورد سلامت دندان در طول درمان سرطان بیشتر بدانید**
- هر پاییز واکسن آنفولانزا بزنید.

شما همچنین می‌توانید از فعالیت‌ها و مکان‌هایی که ممکن است منجر به عفونت شود، اجتناب کنید. از جمله:

- نزدیک افراد بیمار بودن
- استفاده از فنجان شخص دیگری، ظروف غذا، یا مسواک، یا اشتراک گذاشتن غذا یا لوازم آرایش.
- خوردن گوشت خام، غذاهای دریایی و تخم مرغ.
- استفاده از قیچی، چاقو و سایر اشیاء تیز. اگر باید از آنها استفاده کنید، بسیار مراقب باشید. برای جلوگیری از بریدگی، از ریش تراش برقی و سوهان ناخن را به جای ناخن گیر، استفاده کنید.
- اجتناب از تمیزکاری بستر گربه و سایر فضولات حیوانات.

#### سؤالاتی که باید از تیم مراقبت‌های سلامتی خود در مورد عفونت‌ها بپرسید

- آیا من در معرض افزایش خطر عفونت هستم؟ اگر چنین است، برای چه مدت؟
- آیا کارهایی وجود دارد که بتوانم برای جلوگیری از عفونت انجام دهم؟
- نشانه‌ای از عفونت که باید مراقب آن باشم چیست؟
- اگر احساس کردم علائمی از عفونت دارم، چقدر زود باید به شما اطلاع دهم؟

#### منابع مرتبط

[چه زمانی در طول درمان سرطان با پزشک تماس بگیرید](#)

[عوارض جانبی شیمی‌درمانی](#)

[عوارض جانبی ایمونوتراپی](#)

[عوارض جانبی پرتودرمانی](#)

[عوارض جانبی جراحی](#)

[عوارض جانبی پیوند مغز استخوان/ سلول‌های بنیادی](#)