

ENSTRIKSYON SOU RADYOTERAPI NAN SÈVO A

SA OU KA FÈ	SA OU PA DWE FÈ
<p>Jere Fatig la</p> <ul style="list-style-type: none">• Fè ti dòmi tou kout pandan jounen an.• Fè aktivite kap bon pou ou men se pou ou fè yo lè ou santi ou anfòm.³• Mande lòt moun pou ede ou fè menaj nan kay la lè sa posib.• Fè ti egzèsis ki lejè paske lap ba w plis fòs epi sa ap ede ou santi ou pi byen. <p>Swen Cheve</p> <ul style="list-style-type: none">• Sèvi ak yon bwòs cheve ki fèt ak pwal swa oswa yon pèy ki gen gwo dan pou ou diminye estrès nan rasin cheve yo.³• Lave cheve tou dousman ak chanpou ki swa youn oubyen de fwa chak semèn avèk dlo tyèd.• Mete krèm pou pwotèj kont solèy ak yon SPF 15 oswa plis nan figi w epi mete yon chapo.³• Mete yon kouvèti tèt ki konfòtab pou pwoteje po tèt ou kont solèy, van, oswa fredri tankou echap, chapo, ak/oswa bonnèt.³• Se pou w mete krèm ki fèt ak lalwa (Aloe™) oswa krèm swen idratan (Eucerin™) nan zòn tretman an apre tretman an epi anvan ou dòmi. <p>Kè plen ak Vomisman</p> <ul style="list-style-type: none">• Pran yon medikaman pou konbat kè plen jan doktè w la preskri w la.• Se pou ou manje ti manje lejè souvan pandan tout jounen an olye pou ou manje yon gwo plat manje.• Se pou ou bwè anpil dlo ak likid pou rete idrate. Eseye bwè ti gout likid tankou dlo, jenjanm, te, ak/oswa bwason pou espò pandan tout jounen an.• Mande lòt moun ba w èd nan zafè fè manje a si ou pa alèz ak sant yo.• <u>Pa mete bagay ki solid ak bagay likid yo menm kote, pou ou diminye kantite a nan vant ou.</u>• <u>Se pou ou manje manje frèt oswa ki tyèd, pou diminye odè dezagrabyab yo.</u>	<p>Jere Fatig la</p> <ul style="list-style-type: none">• Pa kondi okenn veyikil jiskaske doktè w la ba w otorizasyon pou fè sa.• Pa dòmi anpil pandan lajounen paske sa ka fè ou pa dòmi lannwit.• Pinga ou bwè alkòl ni bagay ki gen alkòl ladan yo.³• Pa chaje pwogram ou genyen chak jou yo san ou pa bay tèt ou repo. <p>Swen Cheve</p> <ul style="list-style-type: none">• Pa sèvi ak sechwa cheve ki gen reglaj lè cho (yon reglaj fre ap bon), fè cheve, oswa pwodwi tankou jèl oswa klip cheve ki ka fè ou mal nan po tèt ou.³• Pa mete koloran cheve oswa tretman ki dirab nan cheve yo pandan radyoterapi yo.³• Pa mete krèm pou pwoteksyon solèy nan po tèt la.³ <p>Kè plen ak Vomisman</p> <ul style="list-style-type: none">• Pa manje manje ki gen anpil grès, pike, fri, oswa dous paske sa ka nwi w nan vant.• <u>Pa manje manje ki gen sant fò, piske sa ka pwovoke kè plen an.</u> <p>Swe Je</p> <ul style="list-style-type: none">• Si se pou je radyoterapi a ye, pa mete okenn lantiy kontak pandan radyoterapi a paske sa ka lakòz ou fè gwo enfeksyon nan je.¹



ENSTRIKSYON SOU RADYOTERAPI NAN SÈVO A

SA OU KA FÈ	SA OU PA DWE FÈ
<p>Swe Je</p> <ul style="list-style-type: none">• Idrate je ou ak dlo je atifisyèl ki pa den konsèvasyon ki ou ka achte san resèt.• Sèvi ak konprès ki tyèd lè ou pral dòmi pou diminye enflamasyon nan popyè je yo.• Sèvi ak linèt solèy oswa linèt pou je pou pwoteje je ou kont van an oswa kont fatra ki nan lè a nan jou li fè anpil van. <p>Kriz</p> <ul style="list-style-type: none">• Mande zanmi ak manm fanmi yo pou yo aprann jere maladi kriz.• Fè manm fanmi ou oswa zanmi ou yo rele 911 si kriz la dire plis pase 5 minit, si ou gen plizyè kriz nan youn apre lòt, oswa si ou pèdi konesans apre kriz la fin sispann.• Pran plèzi nan aktivite nòmal ou yo.• Pran medikaman ou yo egzakteman jan yo preskri w la.• Mete yon braslè alèt medikal pou fè lòt moun konnen nan ki kondisyon ou ye.	<p>Kriz</p> <ul style="list-style-type: none">• Pa fè okenn aktivite danjere, tankou grenpe mòn oswa plonje anba dlo.²• Pa itilize machin pwa lou oswa kondwi yon veyikil jiskaske ou resevwa otorizasyon doktè w la.²• Pa pran okenn medikaman san ou pa pale ak doktè w la anvan.²• Pinga ou naje pou kont ou oswa patisipe nan aktivite ki sanble ak bagay sa yo san pa gen lòt moun ki toupre.²

REFERANS

- Rigg, J. (2 Novanm 2012). Pwoteje je ou pandan tretman kansè a. Geri nan Sant Kansè MD Anderson CancerCenter:<https://www.mdanderson.org/publications/cancerwise/protecting-your-eyes-during-cancer-treatment.h00-158755479.html>
- Konpayi StayWell la, LLC. (2019). Geri nan Krames Sou Demann: <https://www.kramesondemand.com/Browse.aspx>
- Watkins Bruner, D., Haas, M. L., & Gosselin-Acomb, T. K. (2005). Gid pou Pratik ak edikasyon pou enfimye radyoterapi nan Onkoloji, Twazyèm Edisyon. Pittsburgh: Sosyete Enfimye Onkoloji yo.