

## التعامل الآمن مع سوائل الجسم في المنزل

قد تبقى كميات صغيرة من أدوية علاج السرطان في سوائل الجسم لعدة أيام. وتشمل أمثلة سوائل الجسم هذه اللعاب والمخاط والدم والبول (البول) وحركات الأمعاء (البراز) والقيء وتلك الناتجة عن الجنس. وبما أن هذه الأدوية يمكن أن تضر أيضاً بالخلايا السليمة، فمن الأفضل عدم تعرضك أنت والأشخاص الآخرين لها. وتوضح هذه النشرة تدابير السلامة للمساعدة في منع ملامسة سوائل الجسم في المنزل.

اتبع هذه الإرشادات لمدة 7 أيام بعد تلقي كل جرعة علاج للسرطان عن طريق الوريد. إذا كنت تتناول حبوب علاج السرطان، فاتبع هذه الإرشادات في جميع الأوقات، حتى لو كنت تأخذ فترة راحة من علاج سرطان عن طريق الفم. حين تنتهي من تناول العلاج بالكامل، اتبع هذه الإرشادات لمدة 7 أيام بعد آخر جرعة لك.



### إرشادات أساسية للتعامل مع سوائل الجسم



- حاول أن تتعامل مع سوائل جسمك كلما أمكنك ذلك. يجب عليك أنت ومقدمي الرعاية ارتداء قفازات النتريل عند تنظيف سوائل الجسم أو الأشياء التي تحتوي على سوائل الجسم مثل الغسيل المتسخ أو حوض القياء.
- لا تسمح للنساء الحوامل أو الأطفال بلمس سوائل الجسم أو الأشياء التي قد تحتوي على هذه السوائل.
- اغسل يديك بالماء والصابون بعد ارتداء القفازين أو لمس سوائل الجسم أو الأشياء المتسخة. ولا تستخدم قفازات فيها ثقب أو تمزقات.
- اقلب القفازات من الداخل إلى الخارج عند خلعها، وحاول ألا تلمس الجزء الخارجي من القفازات. ضع القفازات المستعملة في كيس محكم الغلق وتخلص منها بعد الاستخدام لمرة واحدة. اغسل يديك بالماء والصابون بعد خلع القفازين.

### في الحمام



- اغسل يديك جيداً بالماء والصابون بعد استخدامك للحمام. لا تلمس أي شيء أو أي أسطح إلا بعد أن تغسل يديك.
- استخدم حمامك الخاص، إن استطعت ذلك. وإذا تعذر عليك استخدام حمامك، فامسح مقعد المراض وإطاره بمنديل معقم بعد كل استخدام. بعد التنظيف، اغسل يديك بالصابون والماء قبل أن تلمس أي شيء. بعد مرور 7 أيام على نهاية العلاج، اغسل المراض وأرضية الحمام.
- إذا كان لديك مرحاض منخفض التدفق، فأغلق الغطاء واضغط على دافق المراض (السيفون) مرتين. يساعد هذا في التأكد من عدم بقاء فضلات الجسم في المراض.
- اجلس على المراض لتجنب تناثر السوائل. ارتد القفازات عند تنظيف حوض السرير أو المبولة، باستخدام الماء والصابون بعد كل استخدام.

## غسيل المتعلقات المتسخة بسوائل الجسم



- اغسل المتعلقات المتسخة بسوائل الجسم في الغسالة على الفور.
- ولا تغسل المتعلقات المتسخة مع ملابس أخرى. ضع المتعلقات المتسخة في دورة الغسيل مرتين باستخدام الماء الساخن والمنظف.
- إذا لم تتمكن من استخدام الغسالة، فضع المتعلقات المتسخة في كيس بلاستيكي محكم الغلق إلى أن تتمكن من غسلها.
- تعامل مع متعلقاتك المتسخة بنفسك، إن استطعت ذلك. إذا لمسه أشخاص آخرون، فيجب عليهم ارتداء القفازات. اغسل الملابس أو الجلد الذي يتلامس مع المتعلقات المتسخة.

### إذا تقيأت

ارتدِ قفازات إذا كنت تقوم بتنظيف القيء أو إفراغ الحوض. اغسل الحوض بالماء والصابون بعد كل استخدام.

### إذا فقدت السيطرة على مثانتك أو أمعائك

استخدم الحفاضات المصممة للاستخدام مرة واحدة أو الحفاضات المدعمة بغلاف بلاستيكي والتي يمكن التخلص منها لامتصاص البول أو الغائط. ارتدِ القفازات وغيّر هذه الأشياء على الفور إذا كانت متسخة. اغسل الجلد المتسخ بالماء والصابون. ضع الحفاضات المتسخة والحفاضات المدعمة بغلاف بلاستيكي والقفازات في أكياسها الخاصة قبل وضعها في سلة المهملات.

### الجنس

بعد تناول علاج السرطان، قد تكون كميات صغيرة من الأدوية الخاصة بك موجودة في السائل المهبل أو السائل المنوي. ولا نعلم ما إذا كانت هذه الأدوية يمكن أن تضر شريكك الجنسي. للمساعدة في حماية شريكك، نوصي باستخدام حائل أثناء ممارسة أي نوع من الجنس.

### في حال خضوعك للجذبة الفغرية

ارتدِ القفازات عند تفريغ أو تغيير أكياس الجذبة الفغرية. ويجب وضع مستلزمات الجذبة الفغرية يمكن التخلص منها، مثل الأكياس أو القفازات، في أكياسها الخاصة قبل وضعها في سلة المهملات.

إذا كنت تتناول حبوب علاج السرطان أو تلقيت علاج السرطان عن طريق الوريد في منزلك، فسوف تحتاج إلى اتباع إرشادات إضافية للسلامة. تحدث مع طبيبك أو اتصل بالمرمزة لمعرفة المزيد.

وُضعت هذه المعلومات كمورد عام. ولم تُقدم لتحل محل مشورة مقدم الخدمة المختص بك. وجه أي سؤال لديك إلى طبيبك أو فريق الرعاية الصحية. واتبع تعليماتهم دائمًا.