

## Sepsa (posocznica) a nowotwory

Nowotwór i niektóre terapie przeciwnowotworowe mogą zwiększyć ryzyko wystąpienia sepsy. Niniejsza broszura wyjaśnia:

- czym jest sepsa
- kiedy należy skontaktować się ze swoim szpitalnym zespołem opieki medycznej
- co można zrobić, aby się chronić.

Znaczenie wszystkich podkreślonych pojęć zostało wyjaśnione w wykazie na końcu broszury. Wykaz pojęć obejmuje także ich wymowę w języku angielskim.

Odpowiedzi na wszelkie pytania dotyczące przedstawionych tutaj informacji można uzyskać od lekarza lub pielęgniarki w szpitalu, w którym odbywa się leczenie.

### **Niniejsza broszura zawiera informacje na następujące tematy:**

- Czym jest sepsa?
- Dlaczego sepsa może wystąpić?
- Kiedy może wystąpić sepsa?
- Jak duże jest ryzyko wystąpienia sepsy?
- Czy sepsie można zapobiec?
- Jak można sobie pomóc?
- Dbłość o siebie przed rozpoczęciem leczenia antynowotworowego
- Dbłość o siebie po zakończeniu leczenia antynowotworowego
- Objawy infekcji, która może prowadzić do sepsy
- Późniejsze objawy sepsy – należy zadzwonić pod numer 999
- Co się stanie po telefonie do szpitalnego zespołu opieki medycznej?
- Jak organizacja Macmillan może pomóc?
- Wykaz pojęć
- Więcej informacji w języku polskim
- Źródła i podziękowania

## Czym jest sepsa?

Sepsa nazywana jest inaczej posocznicą lub zespołem ogólnoustrojowej reakcji zapalnej. Dochodzi do niej, gdy organizm reaguje na infekcję, atakując siebie zamiast ją zwalczać.

Leczenie sepsy trzeba szybko rozpocząć w szpitalu. Jeśli leczenie nie zostanie szybko podjęte, można umrzeć.

Jeśli przystąpi się do leczenia sepsy szybko, u większości osób dochodzi do pełnego wyleczenia.

## Dlaczego sepsa może wystąpić?

Nowotwory i niektóre metody leczenia nowotworów mogą powodować niezdolność organizmu do zwalczania infekcji.

Ludzkie ciało zbudowane jest z małych bloczków nazywanych komórkami. Nasza krew składa się z komórek, w tym czerwonych krwinek i białych krwinek.

Pewien rodzaj białych krwinek pomaga organizmowi zwalczać infekcje. Niektóre terapie antynowotworowe zmniejszają liczbę tych białych krwinek w ciele człowieka. Dzieje się tak najczęściej w razie chemioterapii, ale może się także zdarzyć w przypadku innych sposobów leczenia.

Przy niskiej liczbie tych białych krwinek niewielka infekcja może stać się bardzo groźna. Może doprowadzić do śmierci w ciągu kilku godzin.

## Kiedy może wystąpić sepsa?

Do infekcji lub sepsy może dojść w dowolnym momencie. Ryzyko jest największe, gdy liczba zwalczających infekcje białych krwinek jest najniższa. Dokładny moment, kiedy to nastąpi, może się różnić, więc należy zapytać swój szpitalny zespół opieki medycznej, kiedy ryzyko jest największe.

## Jak duże jest ryzyko wystąpienia sepsy?

Ryzyko infekcji i sepsy zależy od rodzaju przyjmowanych leków antynowotworowych. Zależy także od:

- rodzaju nowotworu
- wielkości guza
- tego, czy nowotwór rozprzestrzenił się na inne części ciała
- wieku pacjenta
- jego ogólnego stanu zdrowia.

## Czy sepsie można zapobiec?

Nie można powstrzymać procesu obniżania się liczby białych krwinek, które zwalczają infekcje. To oznacza, że nie można zapobiec sepsie.

**Najważniejszą rzeczą, którą można zrobić, to zadzwonić na 24-godzinną infolinię swojego szpitalnego zespołu opieki medycznej w przypadku jakichkolwiek obaw dotyczących sepsy.** Zmniejsza to ryzyko wystąpienia poważnego problemu będącego wynikiem infekcji i może uratować pacjentowi życie.

## Jak można sobie pomóc?

Należy zawsze mieć przy sobie numer 24-godzinnej infolinii swojego szpitalnego zespołu opieki medycznej. Szpitalny zespół opieki medycznej to zespół onkologiczny lub hematologiczny leczący pacjenta, w zależności od rodzaju nowotworu, na który choruje.

Jeśli istnieje prawdopodobieństwo, że inna osoba będzie kontaktowała się ze szpitalem w sprawie pacjenta, ona także powinna mieć przy sobie numer 24-godzinnej infolinii. Osoby, które mogą potrzebować tego numeru to:

- członkowie rodziny pacjenta
- przyjaciele
- współpracownicy.

Nie należy zwlekać – zawsze jest lepiej zadzwonić do szpitala wcześniej niż później. Sepsę łatwo jest leczyć, jeśli wcześnie poda się leki.

Istnieją także inne sposoby, dzięki którym można sobie pomóc.

- Należy powiedzieć swojej rodzinie, przyjaciołom i współpracownikom o ryzyku wystąpienia sepsy.
- Należy zaplanować, w jaki sposób można szybko dostać się do szpitala, np. kto opiekowałby się dziećmi lub kto pomógłby w dojechaniu do szpitala.
- Należy sprawdzać, czy ma się objawy infekcji, gdy jest ona na wczesnym etapie rozwoju (wczesna infekcja). Opisujemy je w niniejszej broszurze.
- Należy sprawdzić, czy ma się objawy sepsy. Opisujemy je w niniejszej broszurze.
- Należy szybko zadzwonić do swojego zespołu onkologicznego, jeśli ma się jakiegokolwiek objawy infekcji.

Ustalenie, czy występujące objawy to symptomy infekcji czy skutek uboczny leczenia, może być trudne. Nie należy zwlekać ze skontaktowaniem się ze swoim szpitalnym zespołem opieki medycznej. Ani pacjent, ani lekarz nie są w stanie stwierdzić, które infekcje mogą doprowadzić do sepsy. Dlatego wszystkie infekcje występujące podczas leczenia antynowotworowego są leczone natychmiast.

Infekcje same się nie wyleczą. Wczesne infekcje można łatwo leczyć za pomocą antybiotyków. Zwlekanie z rozpoczęciem leczenia infekcji może być niebezpieczne.

## **Dbłość o siebie przed rozpoczęciem leczenia antynowotworowego**

Można zadbać o siebie przed leczeniem, wykonując następujące czynności:

- rozmowa z lekarzem lub pielęgniarką na temat zaszczenia się przeciwko grypie
- zakup termometru do mierzenia temperatury ciała
- kontrola stanu uzębienia przed rozpoczęciem leczenia antynowotworowego.

## **Dbalność o siebie po leczeniu antynowotworowym**

Nie należy bać się prowadzenia normalnego trybu życia. Nie trzeba unikać zatłoczonych miejsc ani spotkań z rodziną lub przyjaciółmi, chyba że nakazał tak szpitalny zespół opieki medycznej. Infekcje podczas chemioterapii są zazwyczaj spowodowane przez bakterie, które w naturalny sposób są obecne w organizmie.

Można pomóc sobie podczas leczenia, wykonując następujące czynności:

- natychmiastowe oczyszczanie wszelkich skaleczeń i obtarć oraz zabezpieczanie ich za pomocą plastra
- mycie zębów co najmniej dwa razy dziennie
- unikanie kontaktu z osobami chorymi np. na ospę wietrzną, mających biegunkę lub gorączkę
- wykonanie telefonu na infolinię szpitalnego zespołu opieki medycznej w razie przebywania w miejscu, w którym były osoby chore na ospę wietrzną
- mycie rąk przed i po jedzeniu oraz po skorzystaniu z toalety
- mycie rąk od razu po dotknięciu lub usunięciu odchodów zwierzęcych
- używanie czystych rękawic przy pracy w ogrodzie lub przy innych czynnościach przy których może dojść do skaleczenia
- przygotowywanie i przechowywanie jedzenia w odpowiedniej temperaturze
- postępowanie zgodnie ze wszystkimi otrzymanymi poradami dotyczącymi diety. Nie wszyscy pacjenci muszą zmienić swoją dietę. Jeśli będzie taka potrzeba, pacjent dowie się o tym na początku leczenia.

## **Objawy infekcji, która może prowadzić do sepsy**

Należy szybko skontaktować się ze swoim szpitalnym zespołem opieki medycznej w przypadku zauważenia u siebie którychkolwiek z następujących objawów infekcji:

- pogorszenie się samopoczucia lub niemożność wstania z łóżka
- wzrost temperatury ciała powyżej 37,5°C (99,5°F)
- spadek temperatury ciała poniżej 36°C (96,8°F)
- dreszcze, uczucie zimna i niemożność ogrzania się, tak jak wówczas, gdy choruje się na grypę
- biegunka. Oznacza to oddanie 4 lub więcej luźnych, wodnistych stolców w ciągu 24 godzin.

Istnieją pewne rodzaje infekcji, które mają inne objawy. Należy szybko skontaktować się ze swoim szpitalnym zespołem opieki medycznej w przypadku zauważenia u siebie którychkolwiek z poniższych objawów.

#### **Objawy infekcji układu moczowego:**

- ból lub dyskomfort przy oddawaniu moczu
- potrzeba częstszego oddawania moczu
- odczucie, że pęcherz moczowy nie jest opróżniony do końca
- niemożność zaczekania z opróżnieniem pęcherza moczowego
- niemożność utrzymania moczu
- ból w dolnej części brzucha
- mętny lub nieprzyjemnie pachnący mocz lub obecność krwi w moczu.

#### **Objawy infekcji dróg oddechowych:**

- brak tchu
- ból w klatce piersiowej
- wykrztuszanie zielonej flegmy.

#### **Objawy infekcji skóry:**

- zaczerwienienie, odczucie gorąca, opuchlizna lub ból (szczególnie w pobliżu cewnika PICC, wkłucia centralnego, skaleczenia lub rany).

#### **Objawy infekcji dróg oddechowych:**

- pulsujący ból zęba lub dziąsła, który pojawił się nagle i powoli się nasila
- ból rozprzestrzeniający się na ucho, szczękę i szyję po tej samej stronie, co bolący ząb lub dziąsło
- zaczerwienienie lub opuchlizna na twarzy.

## **Późniejsze objawy sepsy – należy zadzwonić pod numer 999**

W przypadku wystąpienia późniejszych objawów sepsy pomoc medyczna potrzebna jest natychmiast. Pomoc medyczna potrzebna jest, aby uratować życie i zapobiec poważnym uszkodzeniom ciała.

W razie wystąpienia któregokolwiek z następujących objawów należy zadzwonić pod numer 999:

- niewyraźna mowa lub zaburzenia koncentracji
- bardzo silne dreszcze lub bóle mięśni
- nieoddawanie moczu przez cały dzień
- poważny brak tchu
- skóra „nakrapiana” lub odbarwiona
- ogólne bardzo złe samopoczucie – może być najgorsze, którego doświadczyło się w całym życiu.

## Co się stanie po telefonie do szpitalnego zespołu opieki medycznej?

### Ocena przez telefon

Pracownicy szpitalnego zespołu opieki medycznej zapytają o objawy i temperaturę. Mogą poprosić o pilny przyjazd do szpitala; możliwe, że pacjent będzie musiał zostać w szpitalu. Ważne jest, aby zgłosić się do szpitala jak najszybciej, aby poddać się badaniu i rozpocząć leczenie, jeśli okaże się konieczne.

### Badanie w szpitalu

Szpitalny zespół opieki medycznej traktuje takie przypadki jako nagłe, ale zazwyczaj pacjent nie musi przebywać w izolatce. Szpitalny zespół opieki medycznej prawdopodobnie:

- zaoferuje pacjentowi leczenie antybiotykami w formie zastrzyku lub kroplówki w ciągu godziny od przybycia do szpitala
- zbada pacjenta
- pobierze próbki krwi, aby między innymi sprawdzić liczbę białych krwinek, które zwalczają infekcję krwi
- zarządzi inne badania w zależności od oznak i objawów
- ustali, czy pacjent ma zbyt małą liczbę białych krwinek, które zwalczają infekcję, i czy ma infekcję lub oznaki sepsy.

### **Dostępne metody leczenia**

Większość osób mających sepsę musi pozostać w szpitalu, aby poddać się leczeniu antybiotykami podawanymi dożylnie.

Jeśli istnieje małe prawdopodobieństwo wystąpienia jakichkolwiek problemów w związku z infekcją, szpitalny zespół opieki medycznej może zamiast tego dać pacjentowi antybiotyki w tabletkach, które może on przyjmować w domu. Pacjent otrzyma także informację, że koniecznie powinien zgłosić się z powrotem do szpitala w razie jakichkolwiek problemów.

Jeśli pacjent musi zostać w szpitalu, szpitalny zespół opieki medycznej powiadomi go, jakie leczenie antybiotykami jest potrzebne i jak długo powinno trwać. Powie mu także, mniej więcej jak długo musi pozostać w szpitalu.



## Jak organizacja Macmillan może pomóc?

Organizacja Macmillan istnieje po to, aby pomagać osobom chorym i ich rodzinom. Wsparcie oferują:

- **Telefoniczna linia wsparcia organizacji Macmillan (0808 808 00 00).** Dostępna jest pomoc tłumaczy, więc można skontaktować się z nami w swoim języku ojczystym. Wystarczy powiedzieć po angielsku, w jakim języku chce się rozmawiać. Możemy odpowiedzieć na pytania medyczne, podać informacje na temat pomocy finansowej lub porozmawiać o odczuciach związanych z chorobą. Nasza linia telefoniczna jest czynna 7 dni w tygodniu, w godzinach od 8.00 do 20.00.
- **Witryna internetowa organizacji Macmillan ([macmillan.org.uk](http://macmillan.org.uk)).** W naszej witrynie znajduje się wiele informacji w języku angielskim na temat nowotworów i życia z nowotworem. Więcej informacji w innych językach znajduje się na stronie: [macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations).
- **Informacje i wsparcie.** W ośrodku informacji i wsparcia można porozmawiać ze specjalistą w zakresie chorób nowotworowych i otrzymać broszury informacyjne. Najbliższe ośrodki można znaleźć na stronie: [macmillan.org.uk/informationcentres](http://macmillan.org.uk/informationcentres) lub dzwoniąc pod nasz numer. Ośrodki znajdują się też w niektórych szpitalach.
- **Lokalne grupy wsparcia** – w grupie wsparcia można porozmawiać z innymi osobami zmagającymi się z chorobą nowotworową. Grupę działającą w pobliżu można znaleźć na stronie: [macmillan.org.uk/supportgroups](http://macmillan.org.uk/supportgroups) lub dzwoniąc pod nasz numer.
- **Spoleczność internetowa Macmillan** – można także porozmawiać z innymi osobami chorującymi na nowotwór na stronie: [macmillan.org.uk/community](http://macmillan.org.uk/community).

## Wykaz pojęć

Pojęcie (język polski)	W języku angielskim	Wymowa w języku angielskim (transliteracja wyrazu w języku angielskim)	Znaczenie
Antybiotyki	Antibiotics	/’antyba’jotyɫ/	Leki na <u>infekcję</u> .
Białe krwinki	White blood cells	/’łajt ’blad sel/	<u>Komórki krwi zwalczające infekcję</u> .
Biegunka	Diarrhoea	/daje’rija/	Oddanie 4 lub więcej luźnych, wodnistych stolców w ciągu 24 godzin.
Cewnik typu PICC	PICC line	/’pyk ’lajn/	Cienka rurka umieszczona w żyłę na ramieniu. Jest stosowana w <u>chemioterapii</u> . Jedna z jej końcówek znajduje się na zewnątrz organizmu.
Chemioterapia	Chemotherapy	/kime’terepi/	Metoda leczenia nowotworów wykorzystująca leki w celu wyeliminowania komórek nowotworowych.
Czerwone krwinki	Red blood cells	/’red ’blad sel/	<u>Komórki krwi</u> przenoszące tlen w organizmie.
Gorączka	Fever	/’fiwe/	Gdy temperatura ciała jest wyższa niż zwykle, ponieważ organizm walczy z <u>infekcją</u> . Może to powodować pocenie się, osłabienie i zawroty głowy.
Grypa	Flu (influenza)	/flu/, /influ’enza/	Infekcja płuc i dróg oddechowych (przewodów w naszym ciele służących do oddychania). Może ona wywołać <u>gorączkę</u> i bóle ciała.

Infekcja	Infection	/yn'fekszen/	Sytuacja, kiedy bakterie dostają się do organizmu i wywołują chorobę.
Komórki	Cells	/selz/	Małe cegiełki, z których zbudowane są narządy i tkanki ciała.
Ospa wietrzna	Chicken pox	/'tszykyn 'poks/	<u>Infekcja</u> wywołująca <u>gorączkę</u> , wysypkę na skórze i swędzenie. Zazwyczaj chorują na nią dzieci.
Pęcherz moczowy	Bladder	/'blade/	Narząd, w którym gromadzi się mocz aż do momentu, w którym osoba skorzysta z toalety.
Skutki uboczne	Side effects	/'sajd 'yfekts/	Niepożądane skutki leczenia nowotworu, np. utrata włosów, wymioty lub zmęczenie.
Szczepionka	Vaccine	/'waksin/	Preparat, którego celem jest ochrona organizmu (nadanie odporności) przed konkretnym rodzajem <u>infekcji</u> . Często podaje się go w postaci zastrzyku.
Szczepionka na grypę	Flu vaccine	/flu 'waksin/	<u>Szczepionka</u> chroniąca organizm przed zachorowaniem na <u>grypę</u> .
Szpitalny zespół opieki medycznej	Hospital team	/'hospitl tim/	Zespół lekarzy, pielęgniarek oraz innych specjalistów, którzy opiekują się pacjentem w szpitalu.
Włucie centralne	Central line	/'sentrel 'lajn/	Cienka rurka umieszczona w żyłę na klatce piersiowej. Jest stosowana w <u>chemioterapii</u> . Jedna z jej końcówek znajduje się na zewnątrz organizmu.

## Więcej informacji w języku polskim

Dysponujemy informacjami w języku polskim na następujące tematy:

<b>Rodzaje nowotworów</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Rak piersi</li><li>• Rak jelita grubego</li><li>• Rak płuca</li><li>• Rak prostaty (gruczołu krokowego, stercza)</li></ul> <b>Metody leczenia</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Chemioterapia</li><li>• Radioterapia</li><li>• Leczenie chirurgiczne</li></ul>	<b>Sposoby radzenia sobie z rakiem</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jeśli zdiagnozowano raka – krótki poradnik</li><li>• Problemy żywieniowe a nowotwory</li><li>• U schyłku życia</li><li>• Wsparcie finansowe – zasiłki</li><li>• Wsparcie finansowe – pomoc w pokrywaniu kosztów</li><li>• Zdrowe żywienie</li><li>• Zmęczenie (uczucie wyczerpania) a nowotwór</li><li>• Skutki uboczne leczenia nowotworu</li><li>• Jak można sobie pomóc?</li></ul>
--	--

Aby przejrzeć te informacje, należy wejść na stronę:

**[macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations)**.

### **Można porozmawiać z nami w języku polskim.**

Można zadzwonić do organizacji Macmillan pod bezpłatny numer **0808 808 00 00** i porozmawiać z nami w języku polskim za pośrednictwem tłumacza. Można porozmawiać z nami o swoich obawach i kwestiach medycznych. Po uzyskaniu połączenia telefonicznego wystarczy powiedzieć „pollysz” (= język polski).

Nasza infolinia jest czynna 7 dni w tygodniu, w godzinach do 8.00 do 20.00.

Mamy nadzieję, że przedstawione tutaj informacje okażą się pomocne. Możemy odpowiedzieć na wszelkie pytania, udzielić informacji i wsparcia przez telefon w języku polskim. Nasze usługi są bezpłatne. Wystarczy zadzwonić do nas pod numer 0808 808 00 00 (7 dni w tygodniu, w godz. 8:00–20:00) i poprosić po angielsku o możliwość rozmowy w preferowanym przez siebie języku.

## Źródła i podziękowania

Niniejsza broszura informacyjna została napisana oraz zredagowana przez zespół Cancer Information Development organizacji Macmillan Cancer Support. Została ona przetłumaczona na język polski przez profesjonalne biuro tłumaczeń.

Informacje tutaj zawarte zostały opracowane na podstawie książeczki **Cancer treatments and sepsis** (Leczenie nowotworów a sepsa) wydanej przez organizację Macmillan. Możemy przesłać egzemplarz tej publikacji, ale jest ona dostępna tylko w języku angielskim.

Informacje przedstawione w niniejszej broszurze zostały sprawdzone przed odpowiednich specjalistów i zatwierdzone przez profesora Tima Ivesona, specjalistę onkologa i głównego redaktora medycznego organizacji Macmillan.

Dziękujemy także osobom dotkniętym chorobą nowotworową, które pomogły w redagowaniu tych informacji.

Wszystkie podawane przez nas informacje są oparte na najlepszych dostępnych danych naukowych. Aby uzyskać więcej informacji na temat źródeł, z których korzystamy, prosimy skontaktować się z nami, pisząc na adres: **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**.

MAC18335\_ Polish

Ostatnia edycja tekstu: październik 2018 r.

Następna zaplanowana edycja tekstu: 2021 r.

Dokładamy wszelkich starań, aby przekazywane przez nas informacje były dokładne, jednak nie można zakładać, że odzwierciedlają one obecny stan badań medycznych, który nieustannie ulega zmianom. Osoby, które martwią się swoim stanem zdrowia, powinny skonsultować się z lekarzem. Organizacja Macmillan nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek szkody wynikające z nieścisłości podanych tutaj informacji lub informacji pochodzących od osób trzecich, takich jak informacje przedstawione na stronach internetowych, do których linki znajdują się w naszej witrynie.

© Macmillan Cancer Support 2020. Organizacja charytatywna zarejestrowana w Anglii i Walii (261017), Szkocji (SC039907) oraz na Wyspie Man (604). Adres siedziby: 89 Albert Embankment, London, SE1 7UQ.

MAC18335\_ Polish

## Sepsis and cancer

Cancer and some cancer treatments can increase your risk of sepsis. This leaflet explains:

- what sepsis is
- when you need to contact your hospital team
- what you can do to protect yourself.

Any words that are underlined are explained in the word list at the end. The word list also includes the pronunciation of the words in English.

If you have any questions about this information, ask your doctor or nurse at the hospital where you are having treatment.

### This information is about:

- What is sepsis?
- Why might I get sepsis?
- When might sepsis happen?
- What is my risk of getting sepsis?
- Can I prevent sepsis?
- How can I help myself?
- Looking after yourself before cancer treatment
- Looking after yourself during cancer treatment
- Symptoms of an infection that may lead to sepsis
- Later symptoms of sepsis – call 999
- What will happen when I call my hospital team?
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in [language]
- References and thanks

## What is sepsis?

Sepsis is sometimes called blood poisoning. It happens when your body reacts to an infection by attacking itself instead of fighting the infection.

Sepsis needs to be treated in hospital quickly. People can die from sepsis if it is not treated quickly.

When sepsis is treated quickly, most people make a full recovery

## Why might I get sepsis?

Cancer and some cancer treatments can make your body unable to fight infections.

Our bodies are made up of tiny building blocks called cells. Our blood is made of cells, including red blood cells and white blood cells.

A type of white blood cell helps our bodies to fight infection. Some cancer treatments reduce the number of these white blood cells in our bodies. This is most common if you have chemotherapy, but it can happen with other cancer treatments too.

If you have a low number of these white blood cells, a minor infection can become very serious. It can cause death within a few hours.

## When might sepsis happen?

An infection or sepsis can happen at any time. Your risk is usually highest when you have the lowest number of the white blood cells that fight infection. The exact time can vary, so ask your hospital team when you are most at risk.

## What is my risk of getting sepsis?

Your risk of infection and sepsis depends on the type of cancer drugs you are having. It also depends on:

- the type of cancer you have
- the size of the cancer
- whether the cancer has spread from where it started to another part of your body
- your age
- your general health.

## Can I prevent sepsis?

You cannot stop the number of white blood cells that fight infection from getting lower. This means you cannot prevent sepsis.

**The most important thing you can do is call your hospital team's 24-hour helpline straight away if you have any concerns.** This reduces your risk of developing a serious problem from an infection and can save your life.

## How can I help myself?

You should keep your hospital team's 24-hour helpline number with you at all times. Your hospital team will be either a cancer team or a haematology team, depending on the type of cancer you have.

If someone else might need to phone the hospital for you, they should have the 24-hour helpline number too. People who might need the number are:

- members of your family
- your friends
- your work colleagues.

Do not delay – always call the hospital sooner rather than later. Sepsis is easy to treat if the treatment starts early.

These are also other ways you can help yourself:

- Tell your family, friends and work colleagues about your risk of sepsis.
- Plan how you would get to hospital quickly, for example who would look after your children or help you to get to hospital.
- Check for the symptoms of an infection when it is in its early stages (early infection). We describe these in this information.
- Check for the symptoms of sepsis. We describe these in this information.
- Call your cancer team urgently if you have any symptoms of infection.

It can be difficult to know if the symptoms you have are of an infection or another treatment side effect. Do not delay contacting your hospital team. Neither you or your doctor can tell which infections might lead to sepsis. This is why all infections people get during cancer treatment are treated urgently.

Infections do not get better on their own. Early infections can be treated easily with antibiotics. But delaying treatment for an infection can be dangerous.



## Looking after yourself before cancer treatment

You can look after yourself before treatment by doing the following:

- Talk to your doctor or nurse about getting the flu (influenza) vaccine.
- Buy a thermometer, so you can check your temperature.
- Have a dental check before you start cancer treatment.

## Looking after yourself during cancer treatment

Do not be afraid to live your life as normal. You do not need to avoid crowded places or stop seeing family and friends unless your hospital team has told you to.

Infections during chemotherapy are usually caused by bacteria that are naturally present in your own body.

You can help yourself during treatment by doing the following:

- Clean any cuts or grazes straight away and cover them with a plaster.
- Clean your teeth at least twice a day.
- Avoid people who are ill, for example people with chicken pox, diarrhoea or a fever.
- Call your hospital team's helpline if you have been in the same place as people with chicken pox.
- Wash your hands before and after you eat and wash your hands after using the toilet.
- Wash your hands straight away after touching or removing animal waste.
- Use clean gloves for gardening and any other activities where you might cut yourself.
- Cook food at the correct temperature and store food at the correct temperature.
- Follow any advice you are given about your diet. Not all patients need to make changes to their diet. If you need to change your diet, you will be told about this at the start of your treatment.

## Symptoms of an infection that may lead to sepsis

Contact your hospital team urgently if you have any of the following symptoms of infection:

- You feel less well than normal or unable to get out of bed.
- Your temperature goes over 37.5°C (99.5°F).
- Your temperature goes below 36°C (96.8°F).
- You feel shivery, freezing cold and unable to get warm, like when you have 'flu (influenza).
- You have diarrhoea. This means having 4 or more loose, watery bowel movements in 24 hours.

There are some types of infection that have other symptoms. You should contact your hospital team urgently if you have any of these symptoms:

### Symptoms of a urine infection

- pain or discomfort when you pee (pass urine)
- peeing more often than usual
- feeling that your bladder is not fully emptying
- being unable to wait to empty your bladder
- leaking urine (incontinence)
- pain low down in your tummy area (abdomen)
- urine that is cloudy or foul smelling, or that contains blood.

### Symptoms of a chest infection

- breathlessness
- a sore chest
- coughing up green phlegm.

### Symptoms of a skin infection.

- redness, heat, swelling or pain (especially around a PICC line, central line, cut or wound).

### **Symptoms of a tooth infection**

- throbbing pain in your tooth or gum that may come on suddenly and slowly gets worse
- pain that spreads to your ear, jaw and neck on the same side as the painful tooth or gum
- redness or swelling in your face.

### **Later symptoms of sepsis – call 999**

If you have the later symptoms of sepsis, you need medical help straightaway. You need medical help to save your life and prevent serious damage to your body.

If you have any of these symptoms, call 999:

- slurred speech or confusion
- extreme shivering or muscle pain
- passing no urine in a day
- severe breathlessness
- skin that is mottled or discoloured
- feeling generally very unwell – it may be the worst you have ever felt.

### **What will happen when I call my hospital team?**

#### **Telephone assessment**

Your hospital team will ask about your symptoms and your temperature. They might ask you to go to hospital urgently and you might have to stay in. It is important to go to the hospital as soon as possible, so you can be seen and given treatment if needed.

#### **Hospital assessment**

The hospital team will treat you as an emergency, but you will not usually need to be isolated in a separate room. The hospital team are likely to:

- offer you antibiotics by injection or through a drip into your bloodstream (intravenously) within 1 hour of your arrival
- examine you
- take some blood, including a sample to find out the number of white blood cells that fight infection in your blood
- arrange other tests, depending on the signs and symptoms you have

- decide whether you have too low a number of the white blood cells that fight infection and whether you have an infection or signs of sepsis.

### **Treatment options**

Most people with sepsis need to stay in hospital for antibiotic treatment into their bloodstream.

If you are unlikely to have any problems from your infection, the hospital team might give you antibiotic tablets to take at home instead. They will tell you how important it is to go back to hospital quickly if you have any problems.

If you need to stay in hospital, your hospital team will talk to you about what antibiotic treatment you need and for how long. They will also talk to you about how long you might need to stay in hospital for.

### **How Macmillan can help you**

Macmillan is here to help you and your family. You can get support from:

- **The Macmillan Support Line (0808 808 00 00).** We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use. We can answer medical questions, give you information about financial support, or talk to you about your feelings. The phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm.
- **The Macmillan website ([macmillan.org.uk](http://macmillan.org.uk)).** Our site has lots of English information about cancer and living with cancer. There is more information in other languages at [macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations)
- **Information and support services.** At an information and support service, you can talk to a cancer support specialist and get written information. Find your nearest centre at [macmillan.org.uk/informationcentres](http://macmillan.org.uk/informationcentres) or call us. Your hospital might have a centre.
- **Local support groups** – At a support group you can talk to other people affected by cancer. Find a group near you at [macmillan.org.uk/supportgroups](http://macmillan.org.uk/supportgroups) or call us.
- **Macmillan Online Community** – You can also talk to other people affected by cancer online at [macmillan.org.uk/community](http://macmillan.org.uk/community)

## Word list

Word (target language)	In English	How to say in English (transliteration of English word)	Meaning
	Antibiotics		Medicine that treats an <u>infection</u> .
	Bladder		The organ in your body that stores urine until you go to the toilet.
	Cells		The tiny building blocks that make up the organs and tissues of our bodies.
	Central line		A thin tube that goes into a vein in your chest. It is used to give <u>chemotherapy</u> . One end stays outside the body.
	Chemotherapy		A cancer treatment that uses drugs to kill cancer cells.
	Chicken pox		An <u>infection</u> that causes a <u>fever</u> , skin rash and itchy skin. People usually get this when they are a child.
	Diarrhoea		Having 4 or more loose, watery bowel movements in 24 hours.
	Fever		When your body temperature gets hotter than usual to fight an <u>infection</u> . This can also make you sweat and feel weak and dizzy.
	Flu (influenza)		An infection of the lungs and airways (the passages we breathe through in our bodies). This can also cause <u>fever</u> and aches in your body.
	Flu vaccine		A <u>vaccine</u> that protects you from getting the <u>flu</u> ( <u>influenza</u> ).

	Hospital team		The team of doctors, nurses and other professionals who will look after you in hospital.
	Infection		When bacteria gets into your body and causes an illness.
	PICC line		A thin tube that goes into a vein in your arm. It is used to give <u>chemotherapy</u> . One end stays outside the body.
	Red blood cells		<u>Cells</u> in our blood that carry oxygen around the body.
	Side effects		Unwanted effects of cancer treatment, for example hair loss, feeling sick or tiredness.
	Vaccine		A treatment that aims to give your body protection (immunity) from a particular <u>infection</u> . It is often given by injection.
	White blood cells		<u>Cells</u> in our blood that fight <u>infection</u> .

## More information in [language]

We have information in [language] about these topics:

<p><b>Types of cancer</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Breast cancer</li><li>• Large bowel cancer</li><li>• Lung cancer</li><li>• Prostate cancer</li></ul> <p><b>Treatments</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Chemotherapy</li><li>• Radiotherapy</li><li>• Surgery</li></ul>	<p><b>Coping with cancer</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• If you are diagnosed with cancer – a quick guide</li><li>• Eating problems and cancer</li><li>• End of life</li><li>• Financial support – benefits</li><li>• Financial support – help with costs</li><li>• Healthy eating</li><li>• Tiredness (fatigue) and cancer</li><li>• Side effects of cancer treatment</li><li>• What you can do to help yourself</li></ul>
---	---

To see this information, go to [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

### Speak to us in [language]

You can call Macmillan free on **0808 808 00 00** and speak to us in [language] through an interpreter. You can talk to us about your worries and medical questions. Just say [language] in English when you call (say “xxxxx”).

We are open 7 days a week, 8am to 8pm.

## References and thanks

This information has been written and edited by Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development team. It has been translated into [language] by a translation company.

The information included is based on the Macmillan booklet **Cancer treatments and sepsis**. We can send you a copy, but the full booklet is only available in English.

The information in this booklet has been reviewed by relevant experts and approved by our Chief Medical Editor, Professor Tim Iveson, Consultant Medical Oncologist and Macmillan Chief Medical Editor.

Thanks also to the people affected by cancer who reviewed this information.

All our information is based on the best evidence available. For more information about the sources we use, please contact us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

MAC18335\_Language

Content reviewed: October 2018

Next planned review: 2021

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate but it should not be relied upon to reflect the current state of medical research, which is constantly changing. If you are concerned about your health, you should consult your doctor. Macmillan cannot accept liability for any loss or damage resulting from any inaccuracy in this information or third-party information such as information on websites to which we link.

© Macmillan Cancer Support 2020. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

MAC18335\_Language