

# Sa pou Fè pou Dyare

*What to Do for Diarrhea - Haitian Creole*

Dyare se lè ou pase pou pou likid oswa pou pou dlo anpil fwa pa jou avèk oswa san malèz. Sa rive lè dlo ki nan entesten an (kolon oswa entesten) (kolon oswa entesten) pa re-absòbe nan kò a. Dyare kapab lakòz gwozè ou bese, ou pèdi fliyid, doulè nan vant, iritasyon po ak feblès.



## Men sa ki kapab lakòz ou gen dyare:

- Kimyoterapi, terapi sible, oswa imino-terapi

- Radyo-terapi nan abdomèn (vant)
- Enfeksyon
- Kèk medikaman
- Kèk kalite kansè
- Operasyon ki retire yon pati nan entesten yo
- Estrès
- Si ou manje sa ki pa bon pou ou
- Blokaj nan yon pati entesten an ki sèlman kite pou pou likid pase



## Sa ou kapab fè si ou gen dyare

Mande ekip swen kansè ou si ou ka gen dyare pou nenpòt rezon. Si ou gen Dyare, kèk nan konsèy sa yo ka bon pou ou.

### Eseye fè bagay sa yo.

- Likid klèrèt, tankou dlo, te fèb, ji pòm, bouyon klèrèt, ak jelatin klèrèt
- Manje sale, tankou bouyon, soup, bwason enèjetik, krakè ak bretzèl
- Manje ki gen anpil potasyòm, tankou ji ak nekta, bwason enèjetik, patat avèk po, ak fig
- Ti repa ki fasil pou dijere, tankou diri, nouy, vyann kodenn ak vyann poul san po, pòm detè kraze, ak ze ki byen kwit

## Pa manje, pa bwè oswa pa itilize pwodui sa yo.

- Manje ki cho anpil oswa ki gen anpil epis
- Manje ki gen anpil fib, tankou nwa, grenn, grenn konplè, pwa ak pwa vèt, fwi sèk, epi fwi ak legim kri
- Manje ki gen anpil grès, tankou manje fri ak manje gra
- Bwason ki gen kafeyin oswa alkòl
- Chiklèt ki pa gen sik ak bonbon ki fèt avèk alkòl tankou sòbitòl, manitòl, oswa egzilitòl)
- Pate, bonbon, desè rich, ak jele
- Lèt oswa pwodui abaz lèt. Anjeneral yogout ak babè BON.
- Tabak.



## Sa ou Kapab Fè pou santi ou pi byen

- Bwè gòje likid pou evite dezidratasyon. Eseye glas nan dlo, jelatin ak kèk moso glas. Mande ekip swen kansè ou ki kantite ki san danje pou ou.
- Manje repa ak kolasyon ki piti souvan pandan jounen an.
- Eseye bwè omwen 1 tas likid chak fwa apre ou pase pou pou lach.
- Netwaye dèyè ou avèk yon savon modere chak fwa apre ou fè pou pou, rense li byen avèk dlo tyèd, epi tape pli pou seche li. Oswa, itilize lenjèt bebe pou netwaye ou.
- Pase yon pomad ki pouse dlo tankou pomad ki gen vitamin A ak D oswa pomad vazlin nan dèyè ou.
- Chita nan yon benywa dlo tyèd oswa yon beny syèj



## Lòt konsèy

- Konsève yon dosye lè ou fè pou pou pou rapòte ba ekip swen kansè ou.
- Pran medikaman pou dyare selon enstwiksyon ekip swen kansè ou.
- Kontakte ekip swen kansè ou anvan ou itilize nenpòt medikaman san preskripsyon pou dyare.
- Si dyare ou vin grav (sa ki vle di ou fè pou pou lach 7 oswa 8 fwa nan 24 èdtan), fè ekip swen kansè ou konnen sa touswit.
- Lè dyare a sispann, kòmanse manje ti repa regilye. Dousman kòmanse manje sa ki gen fib.



## Pale avèk ekip swen Kansè ou si:

- Ou fè pou pou lach anpil fwa pa jou sof si ekip swen kansè ou te fè ou konnen pou espere sa.
- Ou gen vètij oswa ou santi tankou w ap pèdi konesans.
- Dyare a pa ba ou soulajman oswa li vin pi grav pandan w ap pran medikaman ekip swen kansè ou te mande ou pou pran.
- Ou gen san nan pou pou ou oswa toutotou anis ou.
- Ou pa pipi pandan 12 èdtan oswa plis.
- Ou pa kapab bwè likid pandan 24 èdtan oswa plis.
- Ou gen nouvo doulè nan vant, lakranp, oswa vant anfle.
- Ou gen lafyè. Ekip swen Kansè ap fè ou konnen ki tanperati lafyè la ye.
- Ou konstipe pandan anpil jou epi answit ou kòmanse fè kèk ti kantite pou pou likid.



Pou jwenn enfòmasyon ak repons sou kansè, ale sou sitwèb Sosyete Ameriken pou Kansè (American Cancer Society) [cancer.org](https://www.cancer.org) oswa rele nou nan nimewo **1-800-227-2345**. Nou la lè ou bezwen nou.