

Sa pou Fè pou Newopati Periferik

What to Do for Peripheral Neuropathy - Haitian Creole

Newopati Periferik (ki rele PN, tou, newopati periferik kimyoterapi pwovoke, oswa CIPN) se domaj nan nè ki kontwole sansasyon ak mouvman bra, janm, men, ak pye ou. Kèk medikaman kimyoterapi kapab lakòz newopati periferik.

Li ka pa posib pou evite CIPN, men li enpòtan pou pale avèk ekip swen kansè ou imedyatman ou remake nenpòt nan sansasyon sa yo nan men ou oswa pye ou:

- Pikotman (oswa yon sansasyon “foumi”)
- Sansasyon brili oswa sansasyon tyèd
- Toudisman
- Feblès
- Malèz oswa doulè
- Diminasyon nan kapasite pou santi ou cho oswa frèt
- Lakranp (nan pye ou)



Kisa ki lakòz newopati sou moun ki gen kansè?

Sèten kalite medikaman kimyoterapi kapab lakòz CIPN. Lè sentòm CIPN yo rive – ak fason yo grav – depannde dòz kimyoterapi ak fason doktè ba ou li. Li souvan vin grav lè tretman yo ap kontinye oswa si dòz yo ogmante.

Ou kapab genyen li tou akòz:

- Lòt tretman yo pou kansè, tankou operasyon ak radyasyon
- Presyon timè yo sou nè yo
- Enfeksyon ki afekte nè yo
- Chòk nan mwèl epinyè
- Dyabèt
- Abi alkòl
- Zona
- Nivo vitamin B ki ba
- Kèk twoub oto-imitè

- Enfeksyon VIH (viris imino-defisyans imen)
- Move sikilasyon san (maladi vaskilè periferik)



Konsèy pou Kontwole CIPN

Jiska prezan pa gen fason ki sèten pou evite CIPN. Se yon pwoblèm komen pou kèk moun ki ka dire kèk semèn, mwa, oswa menm ane apre tretman an fini. Gen kèk aksyon ou kapab fè pou kontwole sentòm ou yo. Ou dwe kòmanse aksyon sa yo touswit pou evite domaj pou anpil tan ki ka pa vin soulaje.

- Pran medikaman doulè pou CIPN jan ekip swen kansè ou preskri yo pou ou. Pifò medikaman pou doulè travay pi byen si ou pran yo anvan doulè a vin grav.
- Evite pran chòk epi evite aktivite ki sable fè sentòm ou yo vin grav, tankou manyen objè ki cho oswa frèt avèk men ak pye ou san pwoteksyon, oswa mete rad oswa soulye ki twò sere.
- Si ou gen dyabèt, kontwole nivo sik nan san ou pou ede ou evite plis domaj nan nè yo.
- Si ou gen CIPN, nan men ou, pran anpil prekosyon lè w ap itilize kouto, sizo, kouto bwat, ak lòt objè file. Itilize yo sèlman lè ou kapab konsantre anpil sou aktivite travay ou.
- Pwoteje men u depi ou mete gan lè w ap netwaye, lè w ap travay deyò, oswa lè w ap fè reparasyon.
- Pran swen pye ou. Egzamine yo yon fwa pa jou pou wè si ou gen nenpòt chòk oswa blesi ki louvri.
- Toujou mete soulye ki kouvri pye ou nèt lè w ap mache, menm lè ou lakay ou. pale avèk ekip swen kansè ou konsènan soulye oswa semèl espesyal ki kapab ede pwoteje pye ou.

- Asire ou gen fason pou sipòte tèt ou si ou gen pwoblèm pou tribiche pandan w ap mache. Ranp ki nan koulwa yo ak twalèt yo ka ede ou kenbe ekilib ou. Yon deyanbilatè oswa yon kàn kapab ba pou sipò anplis.
- Itilize limyè oswa flach pandan lannwit lè w ap leve nan fènwa.
- Pwoteje ou kont chòk nan tèt. Regle radyatè dlo cho ant 105° ak 120°F pou redui risk pou boule pandan w ap lave men ou.
- Itilize gan ak tanpon cho lè w ap manyen asyèt, griy, oswa kaswòl ki cho.
- Si w ap pran beny, tcheke tanperati dlo a avèk yon tèmomèt.
- Evite alkòl. Li kapab fè CIPN vin grav.

- Estewoyid, men sèlman pou yon tan kout jiskaske gen yon plan tretman pou anpil tan ki anplas.
- Patch oswa krèm medikaman anestezi ou kapab mete dirèkteman sou kote ou gen doule a (paregzanp, patch lidocaine oswa krèm capsaisin).
- Medikaman anti-depresè, souvan an pi piti dòz pase sa moun itilize pou trete depresyon.
- Medikaman kont malkadi, moun itilize pou soulaje lòt kalite doule nè.
- Opiyoyid oswa nakotik, pou lè doule a sevè
- Esè klinik yo kapab ede chèchè yo konnen plis sou sa k ap ede ou. Pale avèk ekip swen kansè ou si ou enterese jwenn yon esè klinik.
- Lòt tretman tankou estimilasyon elektrik nè yo, terapi fizik oswa ègoterapi, terapi pou rilaks, oswa akiponkti se kèk nan fason pou soulaje doule nè



Tretman

Doktè bay tretman an sitou pou soulaje doule ki kapab vini avèk CIPN. Chèchè yo ap egzamine ki medikaman ki travay pi byen pou soulaje kalite doule sa a.

Sa ka pran plis pase yon esè oswa yon kalite tretman pou chèchè yo konnen ki medikaman ki travay pi byen pou ou.

Men kèk nan medikaman ak lòt tretman doktè a ka rekòmande pou ou:

- Ekip swen kansè ka sispann kimyoterapi a oswa yo ka ajiste dòz kimyoterapi ou pou yon ti tan si CIPN ou vin twò dezagreyab oswa grav.

Li enpòtan pou travay anpil avèk ekip swen kansè ou pou kontwole newopati periferik kimyoterapi lakòz.



Pale avèk ekip swen kansè ou.

Fè ekip swen kansè ou konnen chanjman newopati ou santi ou genyen. fason ou santi ou.

Fè yo konnen lè ou remake chanjman yo, avèk kisa ou gen twoub la, oswa aktivite ki fè chanjman yo vin grav oswa soulaje.



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.