

የካንሰር ህክምና የጎንዮሽ ጉዳቶች

ካንሰርና የካንሰር ህክምናዎች የጎንዮሽ ጉዳቶችን ሊያመጡ ይችላሉ — ህክምናው ጤናማ ቲሹዎችን ወይም አካላትን ሲነካ የሚከሰቱ ችግሮች። የጎንዮሽ ጉዳቶች ተመሳሳይ ህክምና በሚያገኙ ሰዎች መካከል እንኳ ከሰው ወደ ሰው ይለያያሉ። የጤና ቡድንዎ ብዙ የጎንዮሽ ጉዳቶችን ሊያክም ወይም እንዲቀንሱ ሊረዳዎት ይችላል፤ ስለዚህ ስላሉዎት ችግሮች መናገር ይረዳል።

ይህ ገጽ ካንሰር ህክምና ለሚጀምሩ ወይም ላይ ላሉ ሁሉ ነው። የጎንዮሽ ጉዳቶች ለምን እንደሚከሰቱ፣ መቼ ቡድንዎን መደወል እንዳለብዎት እና ለተወሰኑ ችግሮች እርዳታ የት እንደሚያገኙ ያብራራል።

ስለ ትኩሳት ወዲያውኑ ይደውሉ

አብዛኞቹ የጎንዮሽ ጉዳቶች ለቀጣይ ቀጠሮዎ መጠበቅ ይችላሉ። በህክምና ወቅት ትኩሳት ግን አይቻልም።

- **ትኩሳት 100.4°F (38°C) ወይም ከዚያ በላይ ከደረሰ በቀንም ሆነ በሌሊት ወዲያውኑ የእንክብካቤ ቡድንዎን ይደውሉ።** በፍጥነት ማግኘት ካልቻሉ 911 ይደውሉ ወይም ወደ ድንገተኛ ክፍል ይሂዱ። የሙቀት መጠንዎ መደበኛ ቢሆንም ብርድ ብርድ ካለዎት፣ ከተንቀጠቀጡ ወይም በድንገት ድካምና መታመም ከተሰማዎት እንዲሁ ይደውሉ። በኬሞቴራፒ ወቅት፣ የነጭ ደም ሴል ቁጥርዎ እንዲከሰት ለመዋጋት በጣም ዝቅተኛ ሊሆን ይችላል። [ሲዲሲ በኬሞቴራፒ ወቅት የሚከሰት ትኩሳትን የህክምና ድንገተኛ ሁኔታ ይለዋል](https://www.cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html) (cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html)፣ ተኝቶ የሚያልፍ ነገር አይደለም።
- **ድንገተኛ የትንፋሽ ማጠር፣ የደረት ህመም፣ ከባድ ደም መፍሰስ፣ ግራ መጋባት፣ የሚጥል በሽታ ወይም ድንገት ፈሳሽ ይዞ መቆየት አለመቻል ካጋጠመዎት 911 ይደውሉ ወይም ወደ ድንገተኛ ክፍል ይሂዱ።** ራስዎ መኪና አይነዱ።

ለትኩሳት ማንኛውንም መድሃኒት ከመውሰድዎ በፊት፣ አሴታሚናልን (ቲሌናል)፣ ኢቡፕሮፌን (ኦኒቪል) ወይም አስፕሪን ቢሆንም እንኳ ከቡድንዎ ጋር ይነጋገሩ። NCI እነዚህ ይበልጥ ከባድ የሆኑ ችግር ምልክቶችን ሊደብቁ እንደሚችሉ ይናገራል። ቡድንዎ የሰጠዎትን ከሥራ ሰዓት ውጪ የሚደወል ቁጥር ሌሊት 3 ሰዓት ላይ ማግኘት በሚችሉበት ቦታ ያስቀምጡ።

ቀላሉ ማብራሪያ

የካንሰር ህክምናዎችና ካንሰሩ ራሱ የጎንዮሽ ጉዳቶችን ሊያመጡ ይችላሉ። የጎንዮሽ ጉዳት ማለት ህክምናው የካንሰር ሴሎችን ብቻ ሳይሆን ጤናማ ቲሹዎችን ወይም አካላትን ሲነካ የሚከሰት ችግር ነው። ህክምናው መደበኛ የሰውነት ክፍሎችንም ስለሚደርስ፣ ካንሰርን እየተዋጋ ባለበት ጊዜ አዳዲስ ችግሮችን ሊያመጣ ይችላል።

ማወቅ ያለብዎት በጣም አስፈላጊው ነገር፡ የጤና እንክብካቤ ቡድንዎ ሊረዳዎት ይችላል። ብዙ የጎንዮሽ ጉዳቶችን ሊያክሙ ወይም እነሱን ለመቀነስ መንገዶች ላይ ሊያነጋግሩዎት ይችላሉ፣ ይህም የተሻለ ስሜት እንዲሰማዎት ያደርጋል።

የጎንዮሽ ጉዳቶች ለምን ይከሰታሉ

የካንሰር ህክምናዎች የተነደፉት የካንሰር ሴሎችን ለማጥፋት ወይም ለማዘግየት ነው። ነገር ግን በሂደቱ ጤናማ ሴሎችና አካላት ሊነኩ ይችላሉ። ይህ ሲሆን እንደ ድካም፣ የሆድ መረበሽ ወይም በአመጋገብዎ ላይ ለውጦች ያሉ ችግሮችን ሊያስተውሉ ይችላሉ። እነዚህ የጎንዮሽ ጉዳቶች ናቸው።

ካንሰር ራሱም እንደ የኅንዮሽ ጉዳት የሚሰማቸው ችግሮችን ሊያመጣ ይችላል። ስለዚህ ሁለቱ ሊደራረቡ ይችላሉ።

የኅንዮሽ ጉዳቶች ለሁሉም የተለያዩ ናቸው

የኅንዮሽ ጉዳቶች ተመሳሳይ ህክምና በሚያገኙ ሰዎች መካከል እንኳ ከሰው ወደ ሰው ይለያያሉ። ካንሰር ያለበት ጓደኛዎ ወይም የቤተሰብ አባልዎ ፈጽሞ ያላጋጠሙት የኅንዮሽ ጉዳቶች ሊያጋጥሙዎት ይችላሉ። ተቃራኒውም ሊሆን ይችላል። ህክምና ሁሉንም ሰው የሚነካበት አንድ ነጠላ መንገድ የለም።

በዚህ ምክንያት፣ ራስዎን ከሌሎች ጋር ከማወዳደር ይልቅ በራስዎ ተሞክሮ ላይ ማተኮር ይረዳል።

ቡድንዎ እንዲረዳዎት ይናገሩ

የሚያጋጥሙዎትን የኅንዮሽ ጉዳቶች ለሐኪምዎ ይነገሩ፣ ይህም እነሱን ለመቆጣጠር የሚያስፈልግዎትን እንክብካቤ እንዲያገኙ ያደርጋል። ቶሎ መናገር ሊያደርጉት ከሚችሉት እጅግ አጋች ነገሮች አንዱ ነው።

የጤና እንክብካቤ ቡድንዎ የሚከተሉትን ማድረግ ይችላል፦

- የኅንዮሽ ጉዳቱን በቀጥታ ማከም።
- እንዳይከሰት ወይም ቀለል እንዲል የሚያደርጉ መንገዶችን መጠቀም።
- በየዋኑ የተሻለ ስሜት እንዲሰማዎት እንክብካቤዎን ማስተካከል።

የኅንዮሽ ጉዳቶችን ዝም ብለው "መታገስ" የለብዎትም። ሪፖርት ማድረግ የጥሩ እንክብካቤ አካል ነው።

ህክምና ከመጀመሩ በፊት ሊያነሷቸው የሚገቡ ሁለት ነገሮች

ቡድንዎ የሚወስዱትን ሁሉ ማወቅ አለበት፣ በሐኪም ትዕዛዝ የሚገኙ መድሃኒቶችን ብቻ አይደለም። ይህ ያለ ሐኪም ትዕዛዝ የሚገዙ መድሃኒቶችን፣ ቫይታሚኖችን፣ ማዕድናትንና የእፅዋት ምርቶችን ያካትታል። NCI ከእነዚህ መካከል አንዳንዶቹ የካንሰር ህክምናዎ የሚሰራበትን መንገድ ሊለውጡ እንደሚችሉ ይናገራል። ከእነዚህ ውስጥ ማንኛቸውም የካንሰር ህክምናዎ የሚሰራበትን መንገድ ሊለውጡ ይችላሉ እንደሆነ ይጠይቁ።

ህክምናው ልጆች የመውለድ ችሎታዎን ሊነካ ይችላል እንደሆነም ይጠይቁ። ለም የመሆን ችሎታን ለመጠበቅ የሚረዱ አንዳንድ አማራጮች ህክምና ከመጀመሩ በፊት መዘጋጀት አለባቸው፣ ስለዚህ ይህ ዘግይተው ሳይሆን ቀደም ብለው ሊያነሱት የሚገባ ጥያቄ ነው። የመውለድ ችሎታ እና የካንሰር ህክምና ይመልከቱ።

ሊማሩባቸው የሚገቡ የተለመዱ የኅንዮሽ ጉዳቶች

ብዙ ሊሆኑ የሚችሉ የኅንዮሽ ጉዳቶች አሉ። የትኞቹ ሊያጋጥሙዎት እንደሚችሉ በህክምናዎና በሰውነትዎ ላይ የተመሰረተ ነው። NCI ከሚገልጻቸው መካከል አንዳንዶቹ እነዚህ ናቸው፦

መላ ሰውነትን የሚነኩ ውጤቶች

- ድካም፣ ማለትም እጅግ የከበደ ድካም።
- ህመም።
- የደም ማነስ (አኒሚያ)፣ ማለትም የቀይ የደም ሴሎች እጥረት።
- ኢንፌክሽን።
- የእንቅልፍ ችግሮች።

መመገብና የምግብ መፈጸት

- ማቅለሽለሽና ማስታወክ።
- የምግብ ፍላጎት መቀነስና የክብደት ለውጦች።
- ድርቀት (ኮንስቲፔሽን)፣ ተቅማጥና ሌሎች የምግብ መፈጸት ችግሮች።
- የአፍና የጉሮሮ ችግሮች።

ፀጉር፣ ቆዳና ነርቮች

- አሎፔሲያ ተብሎ የሚጠራ የፀጉር መርገፍ።
- የነርቭ ችግሮች።
- የቆዳና የጥፍር ለውጦች።

ተግባራዊ የጎንዮሽ ጉዳት መመሪያዎች

ለምልክት-ተኮር እርዳታ፣ እየሆነ ካለው ነገር ጋር በጣም ከሚቀራረበው ገጽ ይጀምሩ። አማራጮች የሚከተሉትን ያካትታሉ፡-

- በካንሰር ህክምና ወቅት ተቅማጥ
- በካንሰር ህክምና ወቅት ድርቀት (ኮንስቲፔሽን)
- የአፍ ቁስሎች
- ማቅለሽለሽ
- ድካም
- የምግብ ፍላጎት መቀነስ
- የጣዕም ለውጦች
- የፀጉር መርገፍ
- ኒውሮፓኒ
- ሽፍታ
- በኬሞ ወቅት ትኩሳት
- ዝቅተኛ ነጭ የደም ሴሎች
- ከበሽታ የመከላከል ስርዓት ጋር የተያያዙ የጎንዮሽ ጉዳቶች

እነዚህ መመሪያዎች ምን መከታተል እንዳለብዎት፣ ምን መጠየቅ እንዳለብዎት ምልክቶች ለመቆጣጠር ከባድ ከመሆናቸው በፊት ከእንክብካቤ ቡድንዎ ጋር ሊወያዩባቸው የሚገቡ የማስጠንቀቂያ ምልክቶች የትኞቹ እንደሆኑ ላይ ያተኩራሉ።

ምን እንደሚጠብቁ ማወቅ የጎንዮሽ ጉዳቶችን ብዙም አስፈሪ እንዳይሆኑ ሊያደርግ ይችላል። ቡድንዎን መቼ ማግኘት እንዳለብዎ ለማወቅም ይረዳዎታል።

በታመነ ምንጭ ላይ የተመሠረተ

ይህ በNational Cancer Institute ላይ የተመሠረተ የትምህርት ይዘት በቀላል ቋንቋ የተተረጎመ ነው። ሙሉና ወቅታዊ መረጃ ለማግኘት እባክዎ የመጀመሪያውን ምንጭ ያንብቡ። ለትምህርት ብቻ የቀረበ ነው — የሕክምና ምክር አይደለም። ሁልጊዜ ከራስዎ የሕክምና ቡድን ጋር ይነጋገሩ።

National Cancer Institute: cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects

የተሻሻለው፡- 2026-09-29

ነፃ አስተርጓሚ የማግኘት መብት አለዎት። በዩናይትድ ስቴትስ ውስጥ የፌዴራል የገንዘብ ድጋፍ የሚያገኙ ሆስፒታሎችና ክሊኒኮች ብቁ አስተርጓሚ ያለ ምንም ክፍያ ሊያቀርቡልዎ ይገባል። በእንግሊዝ መቀበያ ወይም ከቀጠሮዎ በፊት አስተርጓሚ መጠየቅ ይችላሉ። እንዲያስተረጉምልዎ የቤተሰብ አባል ወይም ልጅ ይዘው መምጣት አያስፈልግዎትም።

በመስመር ላይ፡- cancerexplained.org/languages/am/side-effects-overview

cancerexplained.org ላይ ካለው የእንግሊዝኛ ጽሑፍ የተተረጎመ። ከምንጩ ጋር የተረጋገጠው የእንግሊዝኛው ቅጂ ነው።

Educational information only, not medical advice. An AI-assisted editorial system helped prepare this page. No named medical reviewer has reviewed it unless one is listed.

ሳይለወጥ ማተም፣ መቅዳትና ማጋራት በነፃ ይቻላል። ፈቃድ አያስፈልግም። ለባክዎ የሕክምና ይዘቱን አይለውጡ። ምንጭ፡ cancerexplained.org።
የትምህርት መረጃ ነው፣ የሕክምና ምክር አይደለም።