
Informator
dla pacjentów
rozpoczynających
chemioterapię w
oddziale dziennym



Magdalena Olszewska-Szopa
Marta Sobas

Katedra i Klinika Hematologii, Nowotworów Krwi i Transplantacji
Uniwersytecki Szpital Kliniczny we Wrocławiu
wyb. Ludwika Pasteura 4, 50-367

Ważne telefony

Sekretariat Kliniki: (71) 784-25-76

Rejestracja ambulatoryjna: (71) 784 26 41

Strona internetowa kliniki hematologii:

www.wlkp.umed.wroc.pl

Tekst:

Magdalena Olszewska-Szopa

Marta Sobas

Ilustracje:

Małgorzata Zielińska

Tytułem wstępu

Informacja o tym, że rozpoznano u Państwa nowotwór to z pewnością szok. Dotychczasowe życie i plany muszą ulec ogromnym zmianom.

Zapewne odczuwają Państwo strach przed tym, co się wydarzy w najbliższej przyszłości. Wiele osób boi się, że codzienne, zwyczajne czynności i przyzwyczajenia mogą być szkodliwe w trakcie choroby oraz leczenia.

W poradniku wyjaśnimy pokrótce, jak wieść bezpieczne, ale i jak najbardziej normalne życie w trakcie chemioterapii.

Szanowni Państwo, oddajemy do Waszych rąk ten krótki informator, który jak mamy nadzieję, wspomůže Was przynajmniej w początkowym etapie leczenia. Pamiętajcie jednak, że głównym przewodnikiem w tej podróży jest Wasz lekarz prowadzący i to do niego nie wahajcie się zwracać z wszelkimi problemami.

I. Pierwsza wizyta w Oddziale Dziennym

Lekarz z Poradni Hematologicznej omówi z Państwem, na czym polega Wasza choroba oraz wstępnie zapozna Was z możliwościami leczenia. Dalsze szczegóły przedstawi lekarz z Oddziału Dziennego. Po wysłuchaniu informacji i zadaniu pytań będą Państwo proszeni o podpisanie pisemnej zgody na leczenie. W toku terapii zapewne pojawią się kolejne pytania, proszę nie wahać się ich zadawać lekarzowi.

Uwagi praktyczne:



**Co przynieść
na pierwszą wizytę:**

Lekarz, który będzie prowadził chemioterapię powinien wiedzieć jak najwięcej o Państwa stanie zdrowia, dlatego prosimy o dostarczenie:

- ✓ kart informacyjnych ze szpitali, zaświadczeń lekarskich
- ✓ informacji od lekarza rodzinnego (jeśli taką Państwo posiadają)
- ✓ spisu leków wraz z ich dawkami
- ✓ informacji o aktualnych: wadze i wzroście (konieczne do zaplanowania dawek leków)

Warto założyć zeszyt, w którym będą Państwo zapisywać informacje do przekazania lekarzowi oraz pytania, które zamierzają Państwo zadać. Wiemy, że w trakcie wizyty takie szczegóły często umykają.



II. Chemioterapia

Chemioterapia jest leczeniem przeciw chorobie nowotworowej i ma na celu zniszczenie komórek nowotworowych. Może ona spowodować całkowite wyleczenie choroby albo jej częściowe wycofanie się i poprawę stanu ogólnego pacjenta.

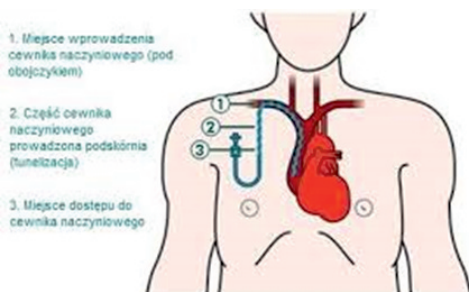
O szczegółach na temat Państwa schematu leczenia opowie lekarz.

Chemioterapia – sposób podawania

Chemioterapia podawana jest w formie dożylnej, czasami domięśniowo lub doustnie (w przypadku tej ostatniej wymagana bywa kontynuacja leczenia w domu, po opuszczeniu oddziału dziennego). Chemioterapia dożylna najczęściej podawana jest przez wenflon naczyniowy.



Zamiast każdorazowego zakładania wenflonu możliwe jest wszczępienie portu naczyniowego (szczególnie w sytuacji, gdy chemioterapia podrażnia żyły). To zbiornik wszczepiany pod skórę w górnej części klatki piersiowej w znieczuleniu miejscowym - przez chirurga lub anestezjologa (wymaga to jednodniowego pobytu w szpitalu). Chemioterapia podawana jest do portu za pomocą specjalnych igieł.



W toku terapii

Każdy kolejny kurs chemioterapii wymaga osobnej wizyty celem wykonania testów krwi oraz badania przez lekarza, a następnie jednej lub kilku wizyt w kolejnych dniach, związanych z pobieraniem leków.

W niektórych wypadkach możliwe jest dostarczanie ze sobą na wizytę wyników badań krwi koniecznych do kolejnych kursów leczenia, może to skrócić czas do otrzymania chemioterapii.

Odstępy pomiędzy kolejnymi cyklami chemioterapii są różne. Proszę spytać lekarza prowadzącego jak często będziecie Państwo musieli przyjeżdżać na leczenie. Dla optymalnej odpowiedzi na leczenie ważne jest ściśle przestrzeganie terminów. Dlatego też nie można przekładać chemioterapii np. z powodu planowanego przez Państwa urlopu. Istnieją jednak sytuacje, kiedy chemioterapia musi być przełożona (np. z powodu infekcji) – wówczas Państwa lekarz prowadzący poinformuje Was o tym jak postąpić oraz na kiedy zostanie przełożony kolejny cykl leczenia.

Przygotowanie chemioterapeutyków wymaga specjalnych warunków i zajmuje do kilku godzin. Mogą się zdarzyć w związku z tym opóźnienia w ich dostarczeniu na oddział. W trakcie otrzymywania kroplówki osoby towarzyszące nie będą mogły Państwu towarzyszyć z uwagi na ograniczoną powierzchnię oddziału oraz względy bezpieczeństwa. Natomiast zachęcamy Państwa do przychodzenia w towarzystwie osoby bliskiej na wizyty u lekarza. Rodzina lub przyjaciele stanowią duże wsparcie emocjonalne, ale też pomagają zrozumieć i zapamiętać informacje przekazywane przez lekarza. Ze względu na charakter oddziału i podawane w nim leki dzieci nie mogą wchodzić na jego teren.

Czas przebywania na oddziale dziennym różnić się będzie zależnie od rodzaju terapii i zajmie od około 30 minut do kilku godzin.

Uwagi praktyczne:



Badanie krwi, badanie szpiku przed chemioterapią

- ✓ Badania krwi powinny zwykle być wykonywane na czczo (Należy się jednak napić wody i zażyć stałe lekarstwa).
- ✓ Natomiast do badania szpiku pacjent powinien przystąpić po posiłku.
- ✓ Przed chemioterapią można spożywać posiłki. Kwestię jedzenia w trakcie chemioterapii należy przedyskutować z lekarzem i pielęgniarką.

Uwagi praktyczne:



Podróżowanie do i z Oddziału Dziennego

Z powodu gorszej odporności, podróz środkami komunikacji publicznej wiąże się z większym ryzykiem infekcji. Szczególnie w sezonie jesiennie-wiosennym warto rozważyć zakładanie maseczki na czas podróży. Rozsądnym rozwiązaniem jest by nie prowadzić samochodu wracając z pierwszej chemioterapii, z uwagi na możliwe skutki uboczne. Należą do nich nudności, osłabienie, przejściowe kłopoty z koncentracją po otrzymanych lekach. Ważnym wsparciem mogą się tu okazać rodzina i przyjaciele.

III. Efekty uboczne chemioterapii:

Chemioterapia, choć stosowane są coraz nowsze i bezpieczniejsze leki, wiąże się z różnymi skutkami niepożądanymi. W większości przypadków są one przejściowe. Pokróćce omówione zostaną te najczęstsze lub najbardziej niepokojące pacjentów:

Niedokrwistość (anemia) – leki stosowane w ramach chemioterapii mogą uszkadzać przejściowo również zdrowe komórki w szpiku, co skutkuje zmniejszeniem liczby krwinek czerwonych (RBC) i spadkiem stężenia hemoglobiny (Hb). Objawia się to osłabieniem. Głęboka niedokrwistość może być niebezpieczną, szczególnie dla osób z chorobami serca. Lekarz może skierować Państwa na przetoczenie koncentratu krwinek czerwonych, procedurę tą można przeprowadzić w każdym oddziale internistycznym.

Leukopenia i neutropenia – czyli zmniejszenie liczby białych krwinek (WBC) i granulocytów (Gran lub NEU). Przyczyna jest taka jak w przypadku niedokrwistości. Konsekwencją neutropenii jest większe ryzyko zachorowania na choroby zakaźne. Dlatego w razie objawów infekcji (patrz ustęp: Infekcje.) należy się niezwłocznie skontaktować z lekarzem rodzinnym. W niektórych sytuacjach lekarz hematolog zleci zastrzyki

czynnika wzrostu granulocytów (można je łatwo przyjmować samodzielnie w domu) by zapobiec kolejnym epizodom leukopenii pomiędzy cyklami chemioterapii

Małopłytkowość – zmniejszenie liczby płytek krwi (PLT).

Przyczyna również jak powyżej. Efektem małopłytkowości jest większe ryzyko krwawień. Objawiać się może krwawieniami z nosa, dziąseł, przy oddawaniu moczu i stolca. W takich przypadkach należy się niezwłocznie skontaktować z lekarzem rodzinnym i wykonać morfologię celem oznaczenia liczby płytek. W razie konieczności lekarz skieruje pacjenta na przetoczenie koncentratu krwinek płytkowych (oddział internistyczny).

Wypadanie włosów – jedynie przy niektórych rodzajach chemioterapii może wystąpić przejściowo całkowite wyłysienie. Najczęściej dochodzi do osłabienia włosów i ich przerzedzenia – również przejściowego. Proponujemy skrócenie włosów, a w niektórych sytuacjach lekarz może wypisać zlecenie na perukę, która jest przynajmniej częściowo refundowana.

Nudności i wymioty – przy niektórych rodzajach chemioterapii mogą występować nudności oraz wymioty. Lekarz zleca środki przeciwwymiotne (dożylnie) podczas podawania chemioterapii, może też wypisać je w tabletkach do stosowania w domu. Proszę zgłaszać lekarzowi na kolejnych wizytach czy wdrożone postępowanie jest skuteczne, czy może warto je zmodyfikować.

<p><i>Uwagi praktyczne:</i></p> 	<p>Jak łagodzić nudności i wymioty</p>
---	---

- ✓ Warto spożywać więcej mniejszych posiłków
- ✓ Raczej unikać intensywnie pachnących potraw
- ✓ Jeść posiłki ciepłe i chłodne, unikać gorących
- ✓ Po posiłku (jeśli to możliwe) do pół godziny siedzieć lub chodzić a nie kłaść się
- ✓ Warto zadbać o atrakcyjny wygląd dań

Suchość śluzówek - chemioterapia, szczególnie w skojarzeniu z radioterapią głowy mogą skutkować suchością w jamie ustnej. Wpływa to negatywnie na apetyt i odżywianie się. Lekarz może zalecić płukanie jamy ustnej preparatami wspomagającymi odbudowę śluzówek.

Uwagi praktyczne:



Jak zmniejszyć uczucie suchości w jamie ustnej

- ✓ Płukanie ust wodą po posiłkach
- ✓ Unikanie płynów odkażających zawierających alkohol
- ✓ Regularne czyszczenie zębów miękką szczoteczką i łagodną pastą do zębów,
- ✓ Unikanie spożywania suchych i twardych produktów spożywczych
- ✓ Żucie gumy do żucia
- ✓ Rozważenie stosowania sztucznej śliny

Neuropatia - czyli uszkodzenie nerwów obwodowych objawiać się może mrowieniami, drętwieniem, zaburzeniami czucia, bólem, ale też zaparciami, spadkami ciśnienia lub kołataniem serca. Przyczyną może być sama choroba lub chemioterapia. Zawsze należy porozmawiać z lekarzem, który może zalecić leki łagodzące objawy neuropatii a w niektórych sytuacjach zmodyfikować chemioterapię.

Uwagi praktyczne:



Radzenie sobie z neuropatią

- ✓ By unikać zaparć warto pić dużo płynów oraz zachować umiarkowaną aktywność fizyczną
- ✓ Powinno się nosić rękawiczki przy niskich temperaturach
- ✓ Powinno się zachować szczególną ostrożność przy drobnych zabiegach kosmetycznych
- ✓ Należy unikać termoforów lub podobnych urządzeń przy zaburzeniach czucia.



Skóra

W trakcie chemioterapii skóra często jest bardziej wysuszona, a z powodu małopłytkowości narażona na krwawienia przy drobnych urazach. Opalanie się u osób poddawanych chemioterapii może prowadzić do podrażnienia skóry i wiąże się z zwiększonym ryzykiem powstania w niej

nowotworów. Niska liczba płytek krwi oraz białych krwinek narażają skórę po goleniu tradycyjną maszynką na tworzenie się ran i ropni.

Uwagi praktyczne:

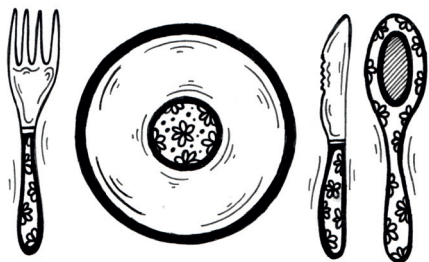


Dbanie o skórę podczas chemioterapii

- ✓ Należy regularnie nawilżać skórę kremami (najlepiej wybierać preparaty dla alergików)
- ✓ Należy unikać golenia się maszynkami mechanicznymi, a stosować maszynki elektryczne, ewentualnie kremy do depilacji po sprawdzeniu reakcji skóry na nie
- ✓ Należy unikać słońca (kremy z wysokim filtrem, unikanie wychodzenia na dwór w południe, długie rękawy i nogawki ubrań)
- ✓ Warto nakładać rękawiczki w trakcie prac ogrodniczych, prac domowych z użyciem środków czystości
- ✓ Warto zachować szczególną ostrożność przy obcinaniu paznokci i skórek oraz innych drobnych zabiegach kosmetycznych

IV. Jak żyć w trakcie chemioterapii?

Okres leczenia wymaga od Państwa pewnych modyfikacji stylu życia. Nie oznacza to jednak, że trzeba się podporządkować chorobie. Poniżej kilka rad, które pomogą państwu i najbliższym funkcjonować w jak największym komforcie i bezpieczeństwie.



Dieta i używki

Podczas większości rodzajów chemioterapii stosowanej w Oddziale Dziennym wystarczy stosować zdrową, zawierającą niewiele konserwantów dietę. Niewskazane są posiłki typu fast food, potrawy smażone, rozdymające. Warto zachować umiar w zakresie produktów bogatych w błonnik, szczególnie jeśli wcześniej nie stosowało się takiej diety, można bowiem wywołać biegunki. Należy pamiętać, że dieta musi być wystarczająco kaloryczna by zapewnić Państwu siły do walki z chorobą. Szkodliwe są rady zalecające zagłodzenie nowotworu.

Jeśli chemioterapia powoduje obniżenie liczby białych krwinek, a przez to osłabia odporność zalecamy dietę zbliżoną do neutropeniczną. Warto porozmawiać z lekarzem jaki rodzaj diety jest zalecany przy Państwa chorobie i schemacie leczenia.

Woda i płyny – bardzo ważną rzeczą jest picie minimum 2,5 litra płynów na dobę (chyba, że lekarz zaleci inaczej). Pozwala to organizmowi szybciej pozbyć się toksyn i chroni nerki.



Kofeina, teina – spożywanie dużych ilości kawy czy mocnej herbaty podnosi napięcie nerwowe, może utrudniać kontrolę ciśnienia tętniczego. Można zwykle pić niewielkie ilości słabej kawy czy herbaty.

Alkohol - okresie stosowania chemioterapii nie jest wskazany ponieważ może zmniejszać skuteczność leczenia (wchodzić z nią w interakcje). Poza tym alkohol obciąża dodatkowo wątrobę, która w okresie chemioterapii i tak ma dużo pracy.



Zioła i zestawy witamin oraz mikroelementów – ponieważ mogą one wchodzić w interakcje z chemioterapią (patrz wyżej) należy o planach ich zażywania porozmawiać z lekarzem hematologiem. Przeciwwskazane w trakcie chemioterapii są szczególnie: zielona herbata, dziurawiec oraz duże dawki witaminy

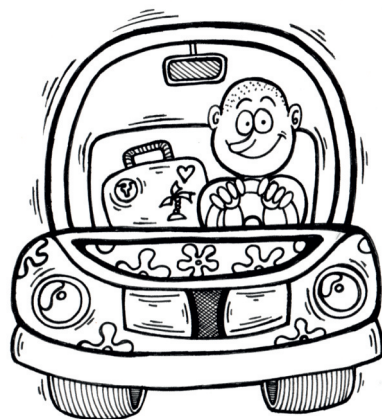
Papierosy – są przeciwwskazane z uwagi na ich aktywność pronowotworową. Dodatkowo, co istotne, wysuszają śluzówki jamy ustnej i dróg oddechowych, które i tak są podrażnione w trakcie chemioterapii.

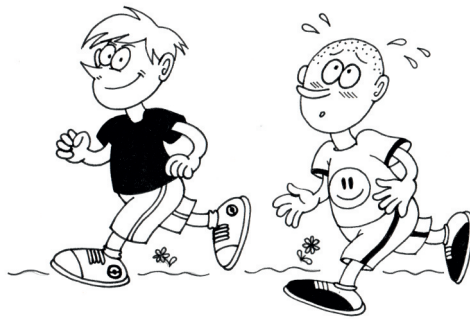


- ✓ Należy przechowywać żywność w odpowiednich warunkach
- ✓ Powinno się unikać spożywania surowego mięsa, serów pleśniowych, miodu, produktów przeterminowanych
- ✓ W okresie neutropenii (patrz ustęp neutropenia) należy unikać spożywania: świeżych warzyw i owoców, surowego mięsa, surowych jajek, niepasteryzowanych produktów mlecznych, jogurtów z żywymi kulturami bakterii
- ✓ Nie należy spożywać w trakcie chemioterapii zielonej herbaty, dziurawca, grejpfrutów.
- ✓ Warto unikać alkoholu, potraw fast food, potraw tłustych, smażonych, pieczonych, zawierających duże ilości substancji sztucznych, np. konserwanty
- ✓ Jeśli jedzenie surowych warzyw i owoców nie jest przeciwwskazane należy je dokładnie umyć i obrać ze skórki

Podróże

Planowane wyjazdy turystyczne warto wcześniej omówić z lekarzem. Zwykle nie są one przeciwwskazane, ale zmiany klimatu w czasie leczenia nie zawsze służą samopoczuciu, a długie podróże, szczególnie samolotem, sprzyjać mogą zakrzepicy.





Aktywność fizyczna

Panuje przekonanie, że chory człowiek nie powinien się przemęczać, co skutkuje często prowadzeniem przez niego fotelowo-łóżkowego trybu życia. Jest to nierzadko nie tylko niepotrzebna, ale i szkodliwa ostrożność.

Jeśli to możliwe, warto regularnie spacerować, wykonywać ćwiczenia rozciągające i oddechowe. Planując aktywności fizyczne w każdym przypadku należy skonsultować się z lekarzem, gdyż ich bezpieczeństwo zależy w dużej mierze od choroby. Szczególnie w szpiczaku plazmocytowym, gdzie może być uszkodzony kręgosłup.

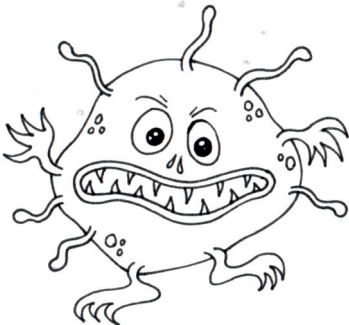
Cięższe prace domowe warto przekazać innym domownikom.

Przeciwwskazane są sporty wyczynowe. Odradzamy korzystanie z publicznych basenów (z uwagi na ryzyko zakażeń u osób z obniżoną odpornością).

Infekcje

Ze względów bezpieczeństwa chemioterapii nie podaje się w trakcie aktywnych infekcji, również takich jak przeziębienie, zapalenie gardła.

Prosimy by państwo w razie infekcji poza skontaktowaniem się ze swoim lekarzem pierwszego kontaktu



poinformowali o tym fakcie telefonicznie ośrodek - konieczne może być odroczenie kolejnego kursu chemioterapii. Objawy, które mogą oznaczać infekcję to: gorączka, dreszcze, ból gardła, biegunka, ból/palenie przy oddawaniu moczu. Lekarz rodzinny może się skontaktować telefonicznie z lekarzem Oddziału Dziennego.

Uwagi praktyczne:



Jak uniknąć infekcji podczas chemioterapii:

- ✓ Unikać kontaktu z osobami chorymi zakaźnie (np. grypa, biegunka, ospa, itp.)
- ✓ Unikać miejsc zatłoczonych (jak kino, supermarkety, kościoł w czasie mszy świętej, autobusy) oraz publicznych basenów i sauny
- ✓ Zachowywać zasady higieny na co dzień (częste mycie rąk, codzienny prysznic)
- ✓ Zachowywać szczególnie dokładnie zasady higieny przy zwierzętach (również własnych)

Szczepienia profilaktyczne:

Choroby nowotworowe hematologiczne wiążą się zwykle z pogorszeniem odporności. Oznacza to mniejszą skuteczność szczepień. Jednak podjąć próbę uodpornienia na niektóre choroby.

Zaleca się zaszczepienie przeciwko wirusowi zapalenia wątroby WZW typu B przed rozpoczęciem chemioterapii. Wszyscy chorzy



powinni co roku być szczepieni przeciwko grypie, zaleca się też by szczepiły się na gripę osoby z najbliższego otoczenia pacjentów. Wszystkie planowane szczepienia powinno się omówić z prowadzącym terapię hematologiem.

W przypadku choroby nowotworową w trakcie chemioterapii przeciwwskazane są szczepionki żywe (przeciwko gruźlicy-BCG, polio-OPV, odrze, śwince, różyczce – MMR oraz ospie wietrznej).

Inne choroby i kontrole specjalistyczne

W toku chemioterapii nie powinno się zaniedbywać innych problemów zdrowotnych. Prosimy, by nadal uczęszczać do specjalistów zajmujących się Państwa wcześniej rozpoznanymi chorobami (należy poinformować ich o chorobie hematologicznej i terapii). Trzeba też przyjmować wcześniej zalecone leki (proszę poinformować o nich lekarza hematologa) oraz ewentualne antybiotyki zalecone przez lekarza rodzinnego z powodu infekcji. Często problemem jest bezpieczny zakres rehabilitacji. Spośród zabiegów przeciwwskazane jest stosowanie tych z polem magnetycznym (możliwy negatywny wpływ na chorobę). Co do ćwiczeń, trzeba indywidualnie dostosować je do pacjenta i jego obecnego stanu zdrowia.

Stomatolog

Chemioterapia osłabia zęby. Wskazane jest (jeśli czas na to pozwala) by przed rozpoczęciem chemioterapii udali się Państwo do stomatologa celem wyleczenia lub wyrwania chorych zębów. W trakcie chemioterapii można poddać się koniecznym interwencjom stomatologicznym, jednak przed nimi trzeba wykonać badanie morfologii. Zapewne lekarz zleci osłonę antybiotykową do zabiegu stomatologicznego. Jeśli to możliwe, proszę unikać zabiegów stomatologicznych bezpośrednio po podaniu kolejnego kursu leczenia.



Uwagi praktyczne:



Higiena jamy ustnej podczas chemioterapii

- ✓ Proszę szczególnie dbać o higienę jamy ustnej poprzez regularne szczotkowanie zębów miękką szczoteczką (unikać szczoteczek z twardym włosiem by nie podrażnić dziąseł), wskazane częste płukanie jamy ustnej preparatami odkażającymi
- ✓ Osoby noszące protezy również powinny zachowywać szczególną dbałość o higienę jamy ustnej oraz protezy

Aktywność seksualna

Życie seksualne jest ważnym aspektem życia każdego człowieka, bez względu na jego stan zdrowia. Wiadomo, że aktywność seksualna ma działanie przeciwdepresyjne, wzmacnia układ immunologiczny, podwyższa próg odczuwania bólu. Ograniczenia aktywności seksualnej mogą wynikać ze stanu ogólnego chorego, dodatkowym czynnikiem limitującym może być zmniejszona liczba płytek - małopłytkowość (wzrost ryzyka krwawienia) oraz obniżona liczba leukocytów - neutropenia (zwiększone ryzyko infekcji). W razie wątpliwości warto poruszyć ten problem z lekarzem prowadzącym.

Uwagi praktyczne:



Bezpieczna aktywność seksualna w trakcie chemioterapii

- ✓ W przypadku neutropenii, która wiąże się z większym narażeniem na infekcje - konieczne jest stosowanie prezerwatyw, nawet w przypadku stałych partnerów.
- ✓ Przy małopłytkowości również warto rozważyć stosowanie prezerwatywy z powodu podwyższonego ryzyka krwawień. Jeśli małopłytkowość jest głęboka, doradzamy czasowe wstrzymanie się od aktywności seksualnej.

Ciąża i płodność

Stosowana chemioterapia może być niebezpieczna dla przebiegu ciąży, dlatego informacja o ewentualnej ciąży musi być przekazana niezwłocznie lekarzowi.

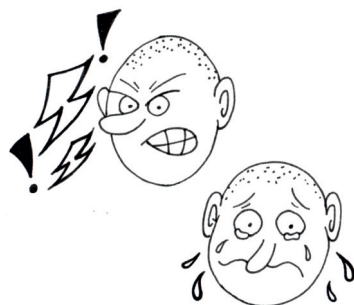
Kobiety w wieku rozrodczym proszone są o wykonanie testu ciążowego na początku terapii, następnie powinno się stosować jednocześnie dwie różne metody antykoncepcji lub przestrzegać całkowitej abstynencji seksualnej do końca chemioterapii i jeszcze przez kilka miesięcy po jej zakończeniu. Również mężczyźni dotyczą konieczność stosowania antykoncepcji w trakcie chemioterapii i do trzech miesięcy po jej zakończeniu.

Praca zawodowa

Funkcjonowanie zawodowe w okresie chemioterapii zwykle jest zawieszane lub przynajmniej zredukowane ze względu na bezpieczeństwo pacjenta (ryzyko infekcji) oraz możliwe skutki uboczne pogarszające samopoczucie. Proponujemy przedyskutować ten aspekt z lekarzem.

Emocje

Niepokój, lęk, złość – to emocje zrozumiałe, szczególnie na początku choroby i leczenia. Choć w pełni wytłumaczalne, mogą odbierać Państwu siły potrzebne do walki z chorobą. Proszę nie wahać się dzielić swoimi uczuciami z najbliższymi, personelem, wolontariuszami jak również rozważyć zasięgnięcie porady psychologa. Psycholog posiadający doświadczenie w



pracy z pacjentami onkologicznymi pomoże Państwu uporządkować emocje, ułożyć relacje z otoczeniem w tej trudnej sytuacji, mobilizować siły do walki z chorobą. Warto pomyśleć choćby o prostych metodach relaksacji czy ćwiczeniach oddechowych, które ułatwiają opanowanie dolegliwości bólowych czy nudności.

Sytuacje nagłe

W trakcie chemioterapii mogą się wydarzyć sytuacje niespodziewane. Niektóre z nich wymagają szybkiego reagowania. Poniżej wymieniamy te najważniejsze wraz z radami co robić, gdy nastąpią:

Gorączka neutropeniczna – gorączka lub inne cechy infekcji (jak biegunka, kaszel) u pacjenta, u którego stwierdza się znaczne obniżenie liczby białych krwinek (patrz leukopenia/neutropenia). Obniżona odporność powoduje, że zakażenie może się szybko rozprzestrzeniać i zagrażać bezpieczeństwu chorego.

Zakrzepica żył kończyn górnych lub dolnych - szczególnie na początku leczenia istnieje podwyższone ryzyko tworzenia zakrzepów w żyłach nóg lub rzadziej kończyn górnych. Objawami są: obrzęk, ból, zaczerwienienie. Nawet profilaktyczne stosowanie leków przeciwkrzepliwych nie chroni całkowicie przed takimi komplikacjami.



Stan zapalny w miejscu po wenflonie – w ciągu kilku do kilkunastu godzin po podaniu chemioterapii zdarza się, że dochodzi do stanu zapalnego. Ponieważ odporność pacjenta w trakcie chemioterapii jest obniżona, należy szybko zgłosić się do lekarza by ten zdecydował o tym jakie leczenie zastosować (miejscowe okłady lub antybiotyki)

Uwagi praktyczne: 	Co robić w sytuacjach nagłych
---	--------------------------------------

- ✓ W razie gorączki lub innych objawów infekcji (biegunka, kaszel, dolegliwości przy oddawaniu moczu) należy się natychmiast skontaktować z lekarzem rodzinnym lub udać do najbliższego szpitala.
- ✓ W razie obrzęku, zwiększonej temperatury i bólu nogi lub ręki konieczna jest pilna konsultacja lekarza, by sprawdzić czy nie doszło do zakrzepicy i ewentualnie wdrożyć odpowiednie leczenie.

Badania kliniczne

W ostatnich latach pojawia się wiele nowych leków, które są poddawane szeregowi badań klinicznych. Szpitale w Polsce również w nich uczestniczą. Dlatego mogą Państwo otrzymać propozycję uczestnictwa w badaniu klinicznym. Próby kliniczne z udziałem chorych są poprzedzone wieloletnią pracą w laboratorium. Wprowadzane substancje zostały już ocenione pod kątem bezpieczeństwa dla ludzi. Badania podlegają ścisłemu nadzorowi zarówno ze strony lekarza stosującego dane leczenie (badacza), firmy wprowadzającej nowy lek jak i przez organy państwowe (Urząd Rejestracji Produktów

Lecznicych). Podobnie jak przy standardowym leczeniu mogą pojawić się powikłania i efekty niepożądane. Mają Państwo prawo do rezygnacji z uczestnictwa w badaniu na każdym etapie jego trwania. Nie ponoszą Państwo wówczas żadnych negatywnych konsekwencji, a lekarz wdraża ponownie standardową terapię. Reasumując- badania kliniczne są korzystne, dają bowiem możliwość stosowania nowych, często bardzo drogich i niedostępnych w inny sposób leków.

- ✓ Własna, ulubiona poduszka

<p><i>Uwagi praktyczne:</i></p> 	<p>Co warto zabrać ze sobą do Oddziału Dziennego</p>
---	---

- ✓ Laptop/tablet, ewentualnie słuchawki
- ✓ Telefon komórkowy (prosimy o ustawienie dźwięku na niskim poziomie głośności ze względu na komfort innych pacjentów)
- ✓ Woda niegazowana w małych butelkach
- ✓ Suche ciastka/herbatniki
- ✓ Guma do żucia

Szpital nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy, które pacjent przynosi na oddział.

Po zakończeniu leczenia:

Po zakończonej chemioterapii lekarz zleci badania oceniające jej efekty. Kolejne wizyty (kontrolne) będą się już odbywać w Poradni Hematologicznej tutejszego ośrodka.

Proszę pamiętać, że w razie jakichkolwiek wątpliwości warto porozumieć się z lekarzem hematologiem.

*Miejsce na notatki chorego, w tym zapisanie pytań
i tematów do przedyskutowania z lekarzem:*





FUNDACJA
CARITA

im. Wiesławy Adamiec
