

KEMOTERÁPIÁS

Lapozó



Dr. Bagaméri Andrea nőgyógyász-onkológus jegyzetei alapján és felkérésére készítette a Mályvavirág Alapítvány.

2018

 Mályvavirág
Alapítvány

A méhnyakrákos nők gyógyulásáért és a megelőzéséért

A kemoterápia gyakran alkalmazott kezelési forma az onkológiában. Fontos, hogy többet tudjunk róla, megértsük működését, hatásait és a vele járó mellékhatásokat. Így ez utóbbiak nem érnek majd váratlanul Bennünket, jobban tudjuk kezelni azokat, vagy éppen időben tudunk segítséget kérni.

Ez a kiadvány támpontot nyújt a kérdések megfogalmazásához és tartalmaz néhány tapasztalaton alapuló jótanácsot is. Bagaméri doktornő felkérésére és együttműködésével bújít új köntösbe. Természetesen nem helyettesíti a kezelőorvossal történő beszélgetést. Szeretnénk segíteni Neked eloszlatni a felesleges félelmeket és tévhiteket és támogatni ebben a nehéz helyzetben!

Mályvavirágok



A DAGANAT

Egy daganat lehet jó- vagy rosszindulatú.

A **jóindulatú daganatok** sejtjei majdnem teljesen megegyeznek a kiindulási szövet sejtjeivel. Lassan növekednek, nem képeznek áttéteket, nem pusztítják el környezetüket. Azonban a környező szerveket (akár ereket, idegeket, hólyagot) nyomhatják, így azok működését gátolhatják. Az esetek döntő többségében elégséges a műtéti eltávolítás.

A **rosszindulatú daganatok** keletkezése során a sejt megváltozik, rendellenesen működik, és gyors osztódással hozzá hasonló, rendellenes sejteket hoz létre. Ezek a burjánzó sejtömegek, környezetükben kiszorítják és károsítják a szervezet normális sejtjeit, szöveteit. Ezenkívül a vér és nyirokerekek útján a nyirokcsomókban és a távoli szervekben áttéteket hoznak létre. Végül a létfontosságú szervek, a máj, a tüdő, a vese nagyfokú károsításával a szervezet működésképtelenné válik.

Előfordulási gyakoriságuk növekedése világjelenség. A fejlett ipariszágokban a második leggyakoribb halálók a szív- és érrendszeri betegségek után.



Okai:

- 1. Genetika** - Néhány daganat hátterében olyan hibás géneket találtak, melyek örökölhetőek (emlő, petefészek, vastagbél). Ez nem jelenti azt, hogy akinél igazolódik a génhiba, biztosan daganatos lesz. Rendszeresen kell szűrővizsgálatra járnia, hogy ha lehet, még korán felfedezzék a daganatot.
- 2. Környezeti tényezőkkel** (ilyen pl. vegyszerek, benzin, magas feszültség) magyarázható a daganatok 70-80%-ának kialakulása.
- 3. A táplálkozási szokások** és egyes emésztőszervi daganatok között összefüggés mutatható ki.
- 4. A dohányzás** igazoltan rákkeltő a tüdő, szájüreg, garat, gége, nyelőcső, vese, vesemedence, húgyhólyag rosszindulatú daganataiban, főleg az immunrendszer gyengítése miatt.
- 5. Az alkohol** a máj, a szájüreg, a garat, gége és nyelőcső rákos megbetegedéseinek egyik oka.
- 6. A napsugárzás** a bőr és a szem bizonyos daganatainak rizikófaktora.
- 7. Ionizáló sugárzás** (ilyen pl. UV, radioaktív sugárzás) csaknem minden szervben képes daganatot okozni.
- 8. Bizonyos vírusok** a májrák (hepatitis-B vírus), a leukémia és nyirokrendszeri daganatok kialakulásában játszanak szerepet.
Ma már egyértelműen igazolódott a méhnyak- és szájüregi rákokban a humán papilloma vírus (HPV) kóroki szerepe. A HPV a végbél-, hüvely- és péniszrákok kialakulásában is nagy szerepet játszik. A leggyakoribb törzsekre már rendelkezésre áll védőoltás, melyet elsősorban a szexuális élet megkezdése előtt érdemes beadni, de ma már érett, szexuális életet élő nők körében is bizonyított a hatékonysága.
- 9. Egyes gyógyszerek** pl. fenacetin, immunrendszert elnyomó szerek.
- 10. Vegyi anyagok**, mérgek pl. aromás aminok, arzén, azbeszt, benzén, klorometiléter, mustárgáz, nikkelpor, szénhidrogének, vinilklorid.

Egyes daganatok időben való felfedezése nehéz. Mire panaszokat, tüneteket okoz, addigra sok esetben már olyan stádiumban van a betegség, amelyben a kezelés nem hoz teljes gyógyulást. Ezért **rendkívül nagy jelentősége van a megelőzésnek, a rendszeresen végzett szűrővizsgálatoknak.**

KEMOTERÁPIA

A kemoterápián olyan gyógyszerek adását értjük, melyek a ráksejtekbe jutva, azok szaporodását meggátolják. A sejt szaporodás gátlását nevezzük citosztázisnak, innen kapták a nevüket ezek a gyógyszerek, a **citosztatikumok**.

Azt is mondhatnánk, hogy a citosztatikum a "rák gyógyszere", de ez így mégsem igaz, mert egyedül citosztatikummal csak nagyon kevés rosszindulatú betegség gyógyítható meg teljesen.

A citosztatikum ugyanis olyan kétélű fegyver, mely ugyan legnagyobb mértékben a rosszindulatú sejtek szaporodását gátolja, kisebb mértékben azonban az egészségeseket is. Így alkalmazásuk komoly mellékhatásokkal jár, melyek bevetésüket korlátozzák. Mégis a kemoterápia a műtét mellett, azt kiegészítve, pl. a petefészekrák kezelésének leghatékonyabb eszköze.

A kemoterápiát önmagában ritkán alkalmazzák, általában más daganatellenes kezeléssel kombinálják (műtét, sugár-, biológiai terápia). A biológiai gyógyszerek fehérje alapú célzott terápia. Felépítésük jóval összetettebb, mint a hagyományos kemoterápiás szereké. Hatásuk nem olyan általános, mint a citosztatikumok esetében, azt többnyire csak a daganatos sejten fejtik ki közvetett, vagy közvetlen úton. A kemoterápiás szereket is inkább kombinációkban alkalmazzák, mint egyesével, mivel így több ponton tudják megtámadni a daganatsejtek osztdását.

Hogy a számos forgalomban lévő szerből melyek kerülnek kiválasztásra a kemoterápiához, az függ a kiindulási szervtől, a szövettani típustól, a beteg korától, belgyógyászati állapotától és attól is, hogy hányadik kezelési sorozatot kezdik el.

Sajnos ugyanúgy, mint a baktériumokban az antibiotikumokkal, a daganatsejtekben is ellenállás (rezisztencia - megszokja a szervezet a szert) alakul ki a kemoterápiás szerekkel szemben, így azok egy idő után nem hatnak. Ilyen esetekben más gyógyszerekkel kell próbálkozni. Ritkábban az adagot emelik, azonban ekkor a mellékhatások is fokozottabban jelentkeznek.



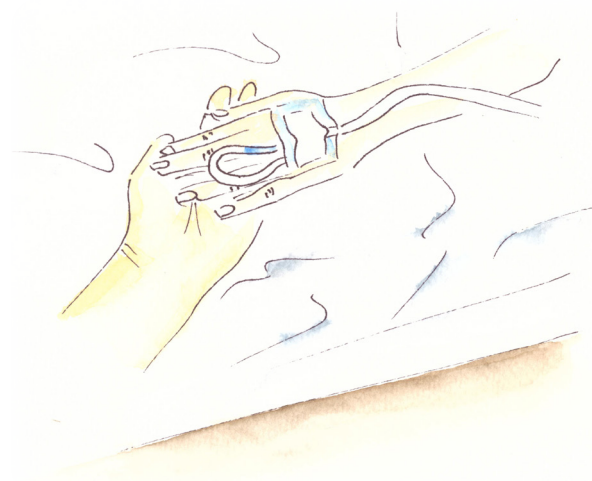
A KEZELÉS FOLYAMATA

A kemoterápia során olyan szereket juttatnak be a szervezetbe, melyek a sejtek osztdását gátolják. Ezek a szerek tulajdonképpen ún. "mérgek", ezért többször, kisebb adagban, hosszabb-rövidebb szünetet tartva adagolják ezeket.

A rákos sejtek száma lassabban emelkedik a kiindulási értékhez, mint a normális sejteké, ez teszi lehetővé a hatásos kezelést.

Mit is jelent ez?

Az első kezelés során elpusztul az összes, éppen szaporodó sejt, köztük a ráksejtek is. A kezelés utáni szünetben a normális sejtek az eredeti létszámra szaporodnak vissza, míg a daganatsejtekből kevesebb lesz. A kezelés utáni szünet hossza változó lehet, a klinikai vizsgálatok alapján állapítják meg, általában 2-4 hét. A kezelést addig folytatják, amíg a daganatsejtek elfogynak.



A daganatsejtek számának csökkenését nőgyógyászati vizsgálattal, időközönkénti CT- vagy MR vizsgálatokkal, a vérben található „daganatjelzők” mérésével követhetik nyomon.

Hogy hányszor kap a beteg egy terápiás sorozaton belül kezelést, az mindig az adott esettől és a kezelés hatásosságától függ. A kezelőorvos erről majd előre és menet közben is tájékoztatja a beteget a terápiás terv felállításakor.

A kezelés célja lehet:

- A daganatos betegség teljes gyógyítása, daganatmentes időszak elérése.
- A daganat további növekedésének lelassítása vagy leállítás.
- A daganat okozta tünetek enyhítése.

Bár a kemoterápia a rák elleni leghatásosabb fegyverünk, mégsem csodaszer.

Sok esetben a betegség sajnos ismét megjelenhet. Ebben az esetben a kezelés megkezdésekor már olyan daganatsejtek voltak, melyeket a kemoterápia nem tud elpusztítani, vagy (mivel kezelésük nem a betegség okát, hanem magát a betegséget célozza meg) a daganat kiújult. Ha a kiújulás egy éven túl történik, általában az eredeti kezelést ismétlik meg.

Ha egy éven belül jelentkezik a betegség ismételt, másik kemoterápiás lehetőséghez fordulnak, mert a sejtek ellenállóvá váltak a korábbi gyógyszerekre.



MELLÉKHATÁSOK

A mellékhatások a szervezet szaporodó sejtjeinek pusztulásával hozhatóak összefüggésbe. Vegyük sorra ezeket:

Bőr és függelékei

A hámsejtek utánpótlásának lassulása miatt a bőr elvékonyodik, kiszárad. Érzékenyebb, sérülékenyebb lesz, fertőzésre való hajlama megnő (pattanások), viszket, piros foltok jelennek meg. A leégés veszélye fokozottabb. Néhány kemoterápiás szer esetében fényallergia is kialakulhat.

Egyes szerek a tenyéren és talpon lemezes hámlást idézhetnek elő, ami fájdalmas gyulladással is párosulhat. Kezelés esetén barna foltok jelennek meg a bőrön, a tenyéren és a körmön. Később ezek elmúlnak, de a vakarásnyomok évekig megmaradnak.



Javaslatok: Hidratáló testápolók, puha törülköző használata, naponta meleg fürdő vagy zuhany, a napfény kerülése. Viszketés enyhítése jégkockával (nyáron) vagy konyharuhába csomagolt jégakkival javasolt.

Köröm: Elvékonyodás, töredezettség a leggyakoribb panasz. Egyes gyógyszerek mellékhatásaként a körmök elszíneződnek, sötét, sárgás vagy barnás színűvé válnak. Megjelenhetnek hosszanti barázdák is.

Javaslatok: A körmöket vágd rövidre, körömerősítő lakkal kend, A vitamin tartalmú gyógyszereket, élelmiszereket (tojás, máj, margarin) fogyassz!

Haj: Sajnos a gyógyszerek többsége hajhullást okoz, ritka a kivétel. Érzelmileg ezt a legnehezebb feldolgozni. Általában az 1. kezelés után 2 héttel hullik ki mind, azonban az utolsó kezelés után egy hónappal újra növekedésnek indul. A legtöbb esetben visszanyeri eredeti színét és dúsabb, göndörebb lesz.

Javaslatok: Már az első kezelés után érdemes 2 héten belül teljesen lenyíratnod a hajad. Bár ez igen nehéz döntés, sokkal kevésbé megrázó élmény, mint minden nap a párnán, a hajkefén, a ruhán, a tányéron látni a csomókban kihullott hajszálakat. A parókát az első kezelés alkalmával felírja az orvosod. Nem mindenki szereti a parókát. Valaki könnyen hordja, de van, akinek nem kényelmes, meleg, vagy idegenkedik tőle. Vannak már praktikus kendők is, vékonyabbak, vastagabbak, vagy választhatós sapkát is, ha szeretnéd elfedni a fejtetőd. A Mályvavirág Alapítványnál is találhatsz kényelmes kendőket: malyvavirag.hu/shop

Ha ismét megnő a hajad, használd babasampon, puha hajkefét, puha párnahuzatot! Alacsony hőfokon szárítsd, és ne festesd, daueroltasd a hajad 3 hónapig! Sapkával, kendővel tudod védeni a fejed az időjárástól is.

A vörsejtek képzése

A kemoterápiás szerek károsítják a vörös csontvelőt, így a vérképzést is.

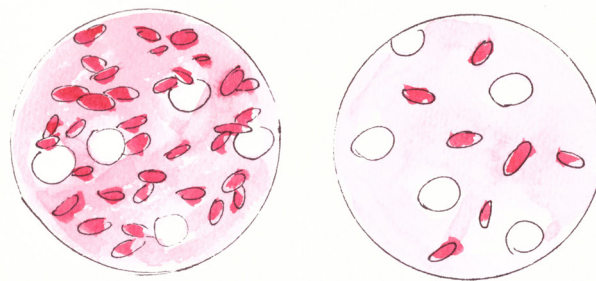
A vér sejtjes alkotórészei különböző élettartamuknak megfelelően károsodnak: legjobban a szervezet védekező képességéért felelős fehérvérsejtek, kevésbé a véralvadásért felelős vérelemezkek és legkevésbé az oxigénszállítást végző vörösvértestek száma csökken.

A csökkenés mélypontja a kemoterápiát követő 7-14. napon várható.

Ekkor és a következő kezelést megelőzően feltétlenül ellenőrizni kell a vérképedet.

A **fehérvérsejtek hiánya** súlyos fertőzésekhez, lázhoz vezethet, mivel ezek a sejtek biztosítják a szervezet fertőzésekkel szembeni védelmét.

Javaslat: Kerüld a nyilvános helyeket, tömegközlekedési eszközöket, fertőző betegeket, gyermekközösségeket (különösen azokat, ahol nem rég kaptak védőoltást)! Gyakran moss kezet! Viselj védőkesztyűt kertészkedéskor, állatok gondozásakor, kisgyermek tisztába tételénél! Ne egyél nyers halat, húst, tojást, ne nyomd ki a pattanásaidat! Vigyázz, nehogy megvágd, megsértsd magad! Fogászati kezelés előtt konzultálj az onkológusoddal!



A **vérelemek hiánya** vérések felléptéhez, sebgyógyulási zavarokhoz vezethet. Tünetei: apró piros foltok jelennek meg a bőrön, a vizelet pirosan elszíneződik, a széklet fekete, vagy véres, az íny, az orr, a száj és a hüvely nyálkahártyája vérzik, fejfájás, látászavar, erős izületi és izomfájdalom, forróságérzet a végtagokban.

A kezelés ideje alatt ezért **nem javasolt** a kezeléssel nem összefüggő műtét, foghúzás.

Javaslat: Használj puha fogkefét, fokozott óvatossággal használj éles, hegyes szerszámokat, vigyázz, hogy vasaláskor, főzéskor ne égesd meg magad! Ha vérzik az orrod, puha vattával tamponáld ki! Kerüld a balesetveszélyes sportokat és tevékenységeket! A test szűrőtelenítésénél ne használj borotvát!

A **vörösvértestek hiánya** súlyos vérszegénységhez vezet.

Tünetei: gyengeség, szédülés, fáradékonyság, étvágytalanság, szapora szívverés, légszomj, koncentráció képesség romlása, állandó fáradtság, szokatlanul sápadt bőr, szájug berepedése, hideg kezek és lábak, vörös tenyerek, törékeny haj és köröm, émelygés, égő nyelv, emésztési zavarok, például rendszeres hasmenés, vagy szorulás, súlyos esetben ájulás.

Javaslat: Többféle mód áll rendelkezésre, hogy pótolják a vörösvértesteket. A leggyorsabb megoldás, amit csak súlyos vérszegénység esetén alkalmaznak, a vérértömlesztés (transzfúzió). Az esetleg fellépő szövödmények, mint pl. a hidegrázás, allergia és a bármennyire gondos szűrés ellenére bekövetkező fertőző májgyulladás vírusával való megfertőződés miatt, ezt csak sürgős esetben alkalmazzák (hiszen ez szinte egy szervátültetésnek felel meg). A másik megoldás, hogy vaspótlás után a vörösvértestek képzését serkentő (eritropoetin tartalmú) injekciós kúrát alkalmaznak.

Csökkenthető a vérszegénység mértéke, ha a táplálékkal vasat viszünk be a szervezetbe. Magas vastartalmú ételek: húсок (ezekből szívódik fel a legtöbb vas), alma, körte, szeder, málna,

eper, banán, szilva, füge, fekete bodza, ribizke, csipkebogyó. A közhiedelemmel ellentétben, a spenótban kevés hasznosítható vas van. Sajnos antioxidáns tartalmuk miatt a kemoterápia ideje alatt a piros és fekete gyümölcsök (eper, cseresznye, meggy, piros szőlő, fekete szeder, áfonya stb.) nem ajánlottak.



Vannak a vas felszívódását segítő és gátló elemek, élelmiszerek:

- Míg a C-vitamin tartalmú élelmiszerek elősegítik a felvételét, addig pl. a fekete tea, a kávé, sőt még a tej bizonyos anyagai is megkötik a vas egy részét, s ezáltal a szervezetbe történő felszívódást gátolják.
- A teljes kiőrlésű gabonatermékek és a zöldségfélék gazdagok ugyan vasban, ám sajnos a bélben nem hasznosul hatékonyan a sok rost miatt.
- A réz, a kobalt, a mangán szintén elengedhetetlen a vas jobb hasznosulásához,
- A B-vitaminok pedig a hatás kifejtésében támogatják.

Ha mindez kevésnek bizonyul, vaskészítményeket, tablettákat adnak. Ezek mellékhatásai sokszor elég kellemetlenek: hasmenés vagy súlyos székrekedés, gyomorfájdalom, hányinger, hányás. A vas felszívódásához elengedhetetlen a folsav szedése, ami azonban a daganatsejtek fejlődését is elősegíti.

Javaslat: magas vastartalmú ételek fogyasztása, folsav nélküli vaskészítmények szedése.

A kezelés után fellépő vörös- és fehérvérsejt-, illetve vérelemekszám csökkenését a 7-10. napon végzett vérkép kontroll vizsgálattal ellenőrzik. Ez megtörténhet az otthoni rendelőben is, de a háziorvosnak meg kell mutatni a leletet.

Amennyiben **lényeges eltérés** lenne, kérlek telefonon jelezd ezt az orvosodnak. (Az orvosod elérhetőségeit megtalálod a lapozó végén.)

Bejelentendő értékek:

- Fehérvérsejt / FVS / WBC: 2,0 G/l alatt
- Abszolút neutrofil / abszolút granulocita: 1,5 G/l alatt
- Hemoglobin / HgB: 90 g/l vagy 9,0 g/dl alatt
- Thrombocyta /THR / PLT: 100 G/l alatt

A kezeléseket csak ezen érték felett lehet megadni!!

Bármelyik vérösszetevő jelentős csökkenése esetén kórházi felvétel indokolt a területileg illetékes belgyógyászati osztályra, vagy a kezelésedet végző Onkológiára.



Amennyiben vörösvértest transzfúzióra van szükséged, irányított véradás keretében az ugyanolyan vércsoportú rokonok, barátok, ismerősök **kifejezetten Neked, a megfelelő kórházba irányítva adhatnak vért** (bővebben: <http://www.ovsz.hu/ver/tegnap-egyutt-nevettek-ma-megverre-van-szuksege>), így előbb juthatsz hozzá. Még a kezelés előtt érdemes a háziorvoson keresztül a területi belgyógyászattal felvenni a kapcsolatot, hogy miben tudnak segíteni.

EMÉSZTŐTRAKTUS

A leggyakoribb és legkellemetlenebb mellékhatások tartoznak ide.

Hányinger, hányás

Ennek oka az, hogy a kemoterápiás szerek a központi idegrendszer hányásközpontját ingerlik. Rendszerint csak átmeneti émelygés lép fel. A tünetek általában néhány órával a kezelés után jelentkeznek, és nem tartanak két-három napnál tovább.

Javaslat:

- A kezelés előtt bevett gyógyszerek segítségével a hányinger jelentősen csökkenthető.
- Elhúzódó hányás esetén a folyadékpótlás nagyon fontos: 5 percenként 1 apró korty nagyon hideg (jeges), szénsavmentes ásványvíz.
- A hányás csillapítására kapott gyógyszert émelygés esetén is be kell venni.
- Ha hányasz, akkor a hányáscsillapító tablettát tedd a nyelved alá, onnan is felszívódik.
- Az ostyatablettát óvatosan kell kivenni a csomagolásból, mert összetörik.
- Ha nem tudod a tablettát bevenni, kúpot is kérhetsz.
- Az ételszagok kerülésével, relaxációs gyakorlatokkal, autogén tréninggel kiegészíthető ez a gyógyszeres kezelés.
- A kezelés előtt egy könnyű reggeli, majd gyakori, kis mennyiségű, száraz, sós, nem zsíros ételek fogyasztása ajánlatos (pl. ropi, keksz).

Előfordul, hogy azok a betegek, akik már sok kezelést kaptak, már az infúziós üveg megpillantásakor, sőt, a kórházhoz közeledve éreznek hányingert. Ilyenkor enyhe nyugtatókat ajánlanak.



A nyálkahártyák gyulladása, kisebesedése (mucositis)

Fájdalmas sebek megjelenése a szájban, gyomorfájdalom, hasmenés, véres széklet ritkán fordul elő.

Javaslat:

- Helyi érzéstelenítő kezelés (jégkocka szopogatása, Glycosept oldat),
- Filmszerű bevonatot képző gyógyszerek (Orosol, Aperisana gél),
- Bő folyadékfogyasztás, a néhány napig tartó infúziós kezelés gyors javulást hoz.

A megelőzés lehetőségei: Már az első kemoterápia megkezdése előtt keresd fel fogorvosodat, kezeltesd lyukas fogaid, fogíny gyulladásodat! Használj szájfertőtlenítőt, minden étkezés után moss fogat, fogkefédet tartsd tisztán és szárazon! Kerüld az irritáló ételeket: sós, erősen fűszeres, savas, kemény, száraz (pirítós, rántott hús) ételek! Lehetőleg hideg vagy szobahőmérsékletű, pépes ételeket egyél: krumplipüré, puha gyümölcs, lágy tojás, joghurt, krémsajt, fagylat! Ajánlható a Hanuka méz, Hanuka méz nyalóka, Aloe vera is. Ne erőlködj székelés közben! Fordulj dietetikushoz, ő segít neked beállítani az étrendedet!

Szájszárazság

Javaslat: Igyál sok folyadékot, szopogass cukormentes savanyúcukrot, rágógumit, használj ajak-balzsamot!

Hasmenés

Enyhébb esetben recept nélkül kapható, loperamid tartalmú gyógyszerrel kezelhetők (hasmenés után 2 tableta, ezt követően 1 tableta minden laza széklet után napi maximum 8 tablettáig.)

Javaslat:

- Igyál sok szobahőmérsékletű folyadékot, ásványvizet!
- Kerüld a tejet és tejtermékeket, a zsíros vagy zsírban sült, erősen fűszeres ételeket, rostdús ételeket (teljes kiőrlésű gabonafélék, nyers zöldségek, hüvelyesek, olajos magvak), kávé, teát, alkoholt, édességet!
- Ajánlott ételek: fehér kenyér, fehér rizs, héj nélküli almakompót, krumplipüré, zöldségpüré, leőrözött csirke, pulyka, hal. Káliumban gazdag ételek: banán, burgonya
- 24 órán túl tartó hasmenés és fájdalom esetén mindenképpen fordulj orvoshoz!
- Kiszáradás esetén infúziók és sópótlás szükséges.



Székrekedés

Ez részben a mozgásszegény életmódnak, a folyadék- és rostszegény táplálkozásnak köszönhető, részben a kezelés során alkalmazott hányingercsökkentő gyógyszerek mellékhatása. Mindig olvasd el a betegtájékoztatót és ne lépd túl a maximális dózist!

Javaslat:

- Elkerülésére mozogj többet, sétálj, kíméletesen tornázhatsz, egyél rostdús ételeket, igyál sok folyadékot (ha nincs szájnyalvóhártya fájdalmad, inkább meleg)!
• **A Mályvavirágok gyógytorna videóit megtalálhatod a Youtube-on, ha rákeresel a "Mályvavirág Gyógyulást Segítő Program"-ra**
- Székrekedés esetén recept nélkül kapható székletlágítók szedése javasolt (Levolac, Duphalac, Guttalax, Hunyadi víz).
- **Ha több napig nincsen székleted, fordulj orvosodhoz!**

Idegrendszer

Izomgyengeség és izomfájdalmak, érzészavarok, hallás-, vagy látáscsökkenés, fülzúgás, remegés, egyensúlyzavarok tartoznak ide, illetve az ujjak, majd a tenyér és talp zsibbadása, érzéketlensége, mely akadályozza a járást és a tárgyak megfogását. A további kezelés a tünetek megjelenése esetén megfontolandó, mert azok véglegessé is válhatnak.

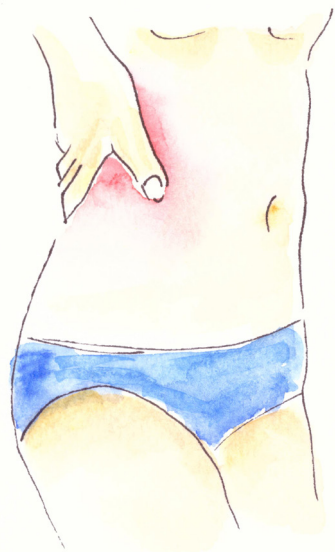
Javaslat:

B-vitamin komplexek (csak B-12 nélküli!) vagy a neurológus által felírható szedése néha enyhít a problémán, de sajnos ezt a mellékhatást nem lehet sem kivédeni, sem eredményesen enyhíteni.

VIZELETÉLVÁLASZTÓ RENDSZER

Gyakori, fájdalmas, esetleg véres vizelés, gyakori, eredménytelen vizelési inger, a húgyhólyag hámjának vérzésekéntes gyulladása utal.

Bőséges folyadékfogyasztással, makacs esetben vagy társuló fertőzések felléptekor, húgyúti fertőtlenítő szerekkel, antibiotikumokkal kezelik. Egyszerűbb és hatékonyabb azonban a megelőzés.



Javaslat:

- **A kemoterápia mellett bőséges folyadékbevitellel (2,5-3 liter) a tünetek megelőzhetőek.**
- A kemoterápiás szerek, károsíthatják a vese működését, elhanyagolt esetben a vese állományát is. A csökkent vesefunkció a gyógyszerek mérgező hatását fokozza. Ilyenkor vízhajtókkal kiegészített bő folyadékbevitel segít.
- Minden kemoterápiás kezelés előtt végeznek laborvizsgálatokat, így a csökkent vesefunkció már a kezelés előtt kiderül, és a gyógyszerek adagját ennek megfelelően módosítják, vagy a kezelést elhalasztják.

Szívizom

A kezelés megkezdése előtt EKG-t és ultrahangos szívvizsgálatot végeznek.

Friss EKG-eltérések, vagy panaszok (ritmuszavar, fájdalom, fáradékonyság, légszűzavarok) esetén azonnali kivizsgálás, a kemoterápia megszakítása szükséges.

Gyengébb szívizommműködés esetén 2-3 kezelésenként ellenőrző szívultrahang vizsgálatokat kérnek.

Rossz szívizommműködés esetén olyan kezelést választanak, ami nem károsíthatja azt.

A menstruációs ciklus

A citosztatikumok a petefészkek hormontermelését is leállítják. Előre nem megmondható, hogy kinél, mennyi ideig érvényesül majd ez a hatás. Ez függ az életkortól és az esetleges kiegészítő hormonkezelésektől is. A menstruációs ciklus teljesen megszűnik vagy enyhébb esetben rendszeretlen vérzések jelentkeznek. Fiatal betegeknél a kezelés után ismét visszatérhet a szabályos ciklus. A petefészkek hormontermelésének csökkenése a klimaxnak megfelelő panaszokkal járhat: hőhullám, hüvelyszárazság, vizelettartási zavarok, gyakori hüvelyi fertőzések.

Javaslat:

- Használj pamut alsóneműt, rendszeresen végezz tejsavas hüvelyöblítéseket (hetente legalább egyszer), ne hordj szoros ruhát, hüvelyi szárazság esetén egyúttlétekkor használj síkosító krémet! A malyvavirag.hu/shop oldalon találsz olyan síkosítót, ami a rehabilitáció támogatására készült.
- A hüvelyhám fájdalma esetén hüvelyöblítés javasolt.

Közvetlen szövethárosító hatás

A citosztatikumok töményen szövetroncsoló hatású anyagok, ezért ezeket kizárólag vénába adva szabad alkalmazni. Itt azonnal felhígulnak és nem okoznak szövetirritációt. Ha azonban a vénákba vezetett injekciós tű elmozdul vagy az ér fala megsérül, akkor a szövetek közé jutó gyógyszer fájdalmas, gyulladással vagy szövetelhalással járó károsodásokat okozhat. Fontos az is, hogy ha a gyógyszer befecskendezésekor fájdalom lép fel, egyből szólj, mert azonnali, megfelelő kezeléssel (hűtés, leszorítás, véralvadásgátló stb.) a következmények enyhíthetőek. Egyes szerek sötétre festhetik a véna környékét.

Mozgásszervek

Az izomlázra hasonlító, nehézkes mozgással járó fájdalom, melyet az előre felírt gyógyszer rendszeres szedésével megelőzhetsz.

Allergia

Minden készítmény, vagy oldószer, melyet használnak a kemoterápiánál, okozhat allergiát, ami súlyos esetben halálhoz is vezethet. Ezért előkészítő gyógyszereket adnak a kezelés előtti napon és a kezelés reggelén. Ezek többnyire kivédik a súlyos reakciókat, de a kezelőkben rendelkezésre áll életmentő felszerelés.

A súlyos allergiás reakció igen ritkán fordul elő, azonban az enyhe tünetek szinte mindenkinél előfordulnak: arcpír, enyhe arcpuffadás.

Az előkészítés során alkalmazott szteroid tableta szintén okozhat arcpírt és puffadást. Ezek 1-2 napon belül eltűnnek, kalcium pezsgőtabletta szedése javasolt.

Fontos tudni!

Igyekeznek minden óvintézkedést megtenni, de a kemoterápia mellékhatásai nagyon súlyossá, sőt végzetessé is válhatnak!



TEENDŐK A KEMOTERÁPIA ALATT

Élj rendszeres életet, sétálj, kíméletesen tornázz!

Amennyiben munkád fizikailag nem megterhelő, tudod folytatni.

Az immunrendszer gyengülése miatt a fertőzésveszély igen magas, így kerüld a közösségi közlekedést, a gyerekközösségeket és a tömeget!

Ne vedd be gyógyszert és alternatív készítményeket a kezelőorvossal történt előzetes megbeszélés nélkül!

Ne fogyassz alkoholt!

Kerüld a citrusfélék, főleg a grapefruitmag olaj fogyasztását, mivel ezek módosítják a kemoterápiás gyógyszerek kiürülését!

Az antioxidánsokat tartalmazó élelmiszerek (pl. piros és fekete gyümölcsök, cékla) és a készítmények (flavinok) hatástalanítják a kemoterápiás szereket.



Nagyon nehéz időszakon mész át, testileg és lelkileg is igen megterhelő. Ha nyitott vagy rá, keresd meg a Mályvavirágokat és csatlakozz a Mályvavirágok közössége zárt Facebook csoporthoz, hogy a sorstársak segítsenek az utadon, és akár azért is, hogy a családot is jobban megértse, mi zajlik, és a segítségre tudjanak lenni ők is!

A Mályvavirág Alapítványt azért hoztuk létre, hogy segítsünk a felépülésben. Keresd meg minket bizalommal!

malyvavirag.hu
facebook.com/malyvavirag
info@malyvavirag.hu

Nem vagy egyedül a ritkában...!

Sok erőt az utadon!



ORVOSOD / INTÉZET ELÉRHETŐSÉGEI

Intézmény neve és címe: _____

Orvos neve: _____

Telefonszámok: _____

A telefonálásra ajánlott időszak: _____

Egyéb leletek átküldhetők a _____ e-mail címre.

Asszisztensnő elérhetőségei: _____

Helyettes: _____

Intézeti hívószámok:

Osztályiroda: _____

Nővérpult: _____

Ügyeletes orvos: _____

Köszönjük Bagaméri Doktornőnek az elhivatott munkáját, a kiadványt, ami az alapját adta a Lapozónak!
Bízunk benne, hogy nagy segítség lesz Neked!

Amikor nehéz az út, minden egyes kéznyújtás, amely felénk irányul rengeteget jelent. Egyedül a legnehezebb!
Mi, Mályvirágok nem szeretnénk, hogy egyedül tedd meg az utat!