

Înțelegerea chimioterapiei pentru tratamentul cancerului de sân

07



Είσαι γυναίκα.
Είσαι δύναμη!

Cuprins

Ce este chimioterapia? _____	02
Tipuri de chimioterapie _____	02
Care sunt efectele chimioterapiei? _____	03
Cum decide medicul meu ce medicamente chimioterapeutice trebuie să-mi prescrie? _____	03
Cum se administrează chimioterapia? _____	04
Ce se întâmplă în ziua în care am programată chimioterapia intravenoasă? _____	05
Reacțiile adverse la chimioterapie și cum puteți să le gestionați _____	06
Medicamente eliberate fără prescripție medicală și suplimentare alimentare _____	08
Când să-l contactați pe medic în timpul chimioterapiei _____	09
Starea emoțională _____	09

Ce este chimioterapia?

Chimioterapia utilizează medicamente care acționează prin oprirea sau încetinirea dezvoltării celulelor canceroase. Acestea pot fi administrate pe cale intravenoasă sau pe cale orală, sub formă de pastile sau capsule.¹



Bibliografie:

1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Accesat la 4 iulie 2023.

Tipuri de chimioterapie¹

Medicamentele chimioterapeutice utilizate frecvent pentru cancerul de sân includ:

- × Capecitabină
- × Carboplatină
- × Cisplatină
- × Ciclofosfamidă
- × Docetaxel
- × Doxorubicină
- × Epirubicină
- × Eribulină
- × Fluorouracil
- × Gemcitabină
- × Ixabepilonă
- × Paclitaxel
- × Doxorubicină lipozomală
- × Paclitaxel legat de proteine
- × Vinorelbină

Tipul de medicament pe care îl primiți depinde de stadiul cancerului de care suferiți, de riscul de recidivă a cancerului și/sau de alte afecțiuni de care suferiți, cum ar fi probleme cardiace.

Este posibil să vi se administreze un medicament sau o asociere de medicamente chimioterapeutice o dată pe săptămână sau o dată la 2–3 săptămâni, în funcție de medicamentul/ele cu care sunteți tratată.

Bibliografie:

1. American Cancer Society. Chemotherapy for breast cancer. <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/treatment/chemotherapy-for-breast-cancer.html>. Accesat la 4 iulie 2023.

Care sunt efectele chimioterapiei?^{1,2}

Este important să știți că nu toate persoanele cu cancer de sân au nevoie de chimioterapie. În funcție de tipul de cancer de sân de care suferiți, chimioterapia poate fi utilizată pentru a:

- × Reduce mărimea tumorii înainte de intervenția chirurgicală, dacă aceasta este prea mare pentru a fi operată sau cancerul s-a extins în mai mulți ganglioni limfatici sau dacă este un cancer de sân inflamator; acest tip de chimioterapie se numește neo-adjuvantă. În timp ce efectuați chimioterapia dinaintea intervenției chirurgicale, puteți să efectuați teste genetice și să vă gândiți la opțiunile de reconstrucție a sânelui
- × Distruge celulele canceroase care ar fi putut să rămână în organism după operație, pentru a se asigura că nu se va produce recidiva cancerului; această se numește chimioterapie adjuvantă
- × Controlează dezvoltarea cancerului, dacă celulele canceroase s-au extins în alte zone ale organismului
- × Ameliorează simptomele cancerului dacă tumora provoacă durere sau presiune; aceasta se numește îngrijire paliativă

Bibliografie:

1. National Health Service. Chemotherapy. <https://www.nhs.uk/conditions/chemotherapy/>. Accesat la 4 iulie 2023.

2. National Cancer Institute. Chemotherapy to treat cancer. <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/types/chemotherapy>. Accesat la 4 iulie 2023.

Cum decide medicul meu ce medicamente chimioterapeutice trebuie să-mi prescrie?^{1,2}

Medicul dumneavoastră vă poate recomanda diferite tipuri de chimioterapie în funcție de stadiul cancerului de care suferiți, de starea generală de sănătate – de exemplu, dacă aveți alte afecțiuni, cum ar fi afecțiuni cardiace sau diabet – și de chimioterapia anterioară, dacă este cazul. Medicul va sugera cel mai adecvat medicament sau asociere de medicamente, pentru a atinge cele mai bune rezultate pentru dumneavoastră.

Este important să discutați cu medicul opțiunile de tratament pe care le aveți, pentru a decide care este cea mai bună pentru dumneavoastră, în funcție de obiectivele, nevoile și preferințele dumneavoastră.

Bibliografie:

1. Mayo Clinic. Chemotherapy. <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/chemotherapy/about/pac-20385033>. Accesat la 4 iulie 2023. 2. Cancer.net. What to expect when having chemotherapy. <https://www.cancer.net/navigating-cancer-care/how-cancer-treated/chemotherapy/what-expect-when-having-chemotherapy>. Accesat la 4 iulie 2023.

Cum se administrează chimioterapia?^{1,2}

Este posibil ca medicamentele care fac parte din chimioterapie să se administreze acasă, la cabinetul medicului, în clinică sau în spital. Veți primi de la medic instrucțiuni specifice pentru a vă pregăti pentru chimioterapie.

În general, veți avea nevoie de o perioadă de repaus după fiecare serie de chimioterapie, pentru ca organismul să-și revină după efectele medicamentelor; fiecare perioadă de tratament urmată de repaus se numește ciclu de tratament.

Programarea ciclurilor depinde de tipul de medicament cu care sunteți tratată și dacă tipul de tratament este chimioterapie neo-adjuvantă, adjuvantă sau pentru cancerul de sân metastazic. Chimioterapia adjuvantă și neo-adjuvantă se administrează frecvent pe o perioadă de 3-6 luni, însă dacă aveți cancer de sân de stadiul 4, durata tratamentului va depinde de cât de bine tolerați reacțiile adverse.

Când este administrată intravenos, chimioterapia poate dura mai mult sau mai puțin. De exemplu, dacă se administrează ca injecție intravenoasă, va dura doar câteva minute, dar dacă se administrează prin perfuzie sau cu o pompă, ar putea dura între 30 de minute și câteva zile. Chimioterapia care se administrează timp de câteva zile sau mai mult se numește perfuzie continuă.

Moduri de administrare intravenoasă a chimioterapiei³

Chimioterapia intravenoasă se poate administra prin canulă, cateter sau cameră implantabilă. Uneori, chimioterapia intravenoasă se administrează cu ajutorul unei pompe.

Canula este un mic tub introdus în venă pe partea interioară a mâinii sau a părții inferioare a brațului, pe o perioadă scurtă.

Cateterul este un tub moale și subțire. Medicul introduce un capăt al cateterului într-o venă mare (în general, la nivelul brațului sau aproape de piept), iar celălalt capăt rămâne în exterior. Majoritatea cateterelor rămân fixate până la încheierea tuturor tratamentelor chimioterapeutice.

Camera implantabilă este un disc din plastic sau metal, de dimensiuni mici, introdus sub piele. Asistenta medicală va introduce un ac în această cameră implantabilă, pentru administrarea chimioterapiei.

În multe cazuri, la catetere sau camere implantabile se conectează pompe. Acestea controlează viteza de intrare a medicamentului chimioterapeutic în cateter sau camera implantabilă. Pompele pot fi interne sau externe. Pompele externe sunt fixate în afara corpului și pacienții se pot deplasa cu ele. Pompele interne sunt fixate sub piele.

Dacă vi se prescrie chimioterapie sub formă de comprimate, le puteți lua acasă. Respectați întotdeauna instrucțiunile echipei de îngrijire, pentru a nu lua doze prea mari sau prea mici de medicament.

Bibliografie:

1. American Cancer Society. Chemotherapy for breast cancer. <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/treatment/chemotherapy-for-breast-cancer.html>. Accesat la 4 iulie 2023. 2. National Health Service. Side effects chemotherapy. <https://www.nhs.uk/conditions/chemotherapy/side-effects/>. Accesat la 4 iulie 2023. 3. Catheters and Ports in Cancer Treatment | Cancer.Net. Accesat la 24 ian. 2024.

Ce se întâmplă în ziua în care am programată chimioterapia intravenoasă?¹

În ziua în care aveți programată chimioterapia intravenoasă, trebuie să veniți cu un prieten sau cu persoana care vă îngrijește, pentru a vă susține sau a vă duce cu mașina acasă, dacă vă simțiți oboseală la încheierea tratamentului. Înainte de începerea tratamentului, vă veți întâlni cu medicul pentru examenul clinic. De asemenea, puteți efectua analize pentru starea generală de sănătate, analize de sânge, măsurarea înălțimii și greutateii și investigații imagistice pentru controlul dimensiunii tumorii.

Deoarece durata tratamentului poate varia în funcție de medicamentul administrat, puteți să vă luați telefonul, o tabletă, cărți sau o pătură pentru a vă simți confortabil.

La încheierea tratamentului, medicul sau asistenta vă va spune la ce reacții adverse trebuie să vă așteptați și vă va oferi informații importante despre cum să le gestionați și ce activități sunt permise sau nu în zilele următoare tratamentului. De asemenea, vă pot sfătui să beți multe lichide în următoarele 48 de ore după chimioterapie, pentru a ajuta medicamentul să circule în corp.

Înainte de a pleca, trebuie să întrebați la ce număr să sunați dacă aveți întrebări sau preocupări, inclusiv după program sau la sfârșitul săptămânii.

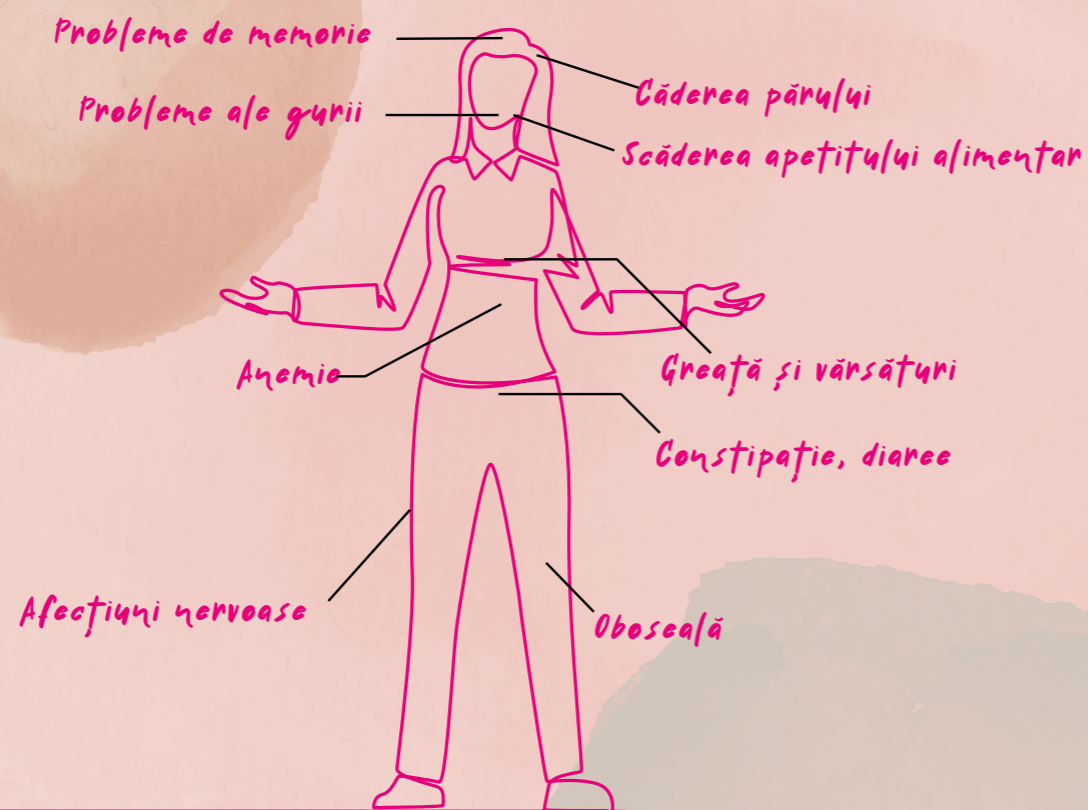


Bibliografie:

1. Cancer.net. What to expect when having chemotherapy. <https://www.cancer.net/navigating-cancer-care/how-cancer-treated/chemotherapy/what-expect-when-having-chemotherapy>. Accesat la 4 iulie 2023.

Reacțiile adverse la chimioterapie și cum puteți să le gestionați¹⁻⁴

Reacțiile adverse la chimioterapie depind de tipul de medicament(e), de situația dumneavoastră individuală și de schema de tratament. Medicul vă va sfătui ce medicament să luați pentru a gestiona orice reacție adversă a chimioterapiei. În general, acestea includ:



✘ **Anemie:** Aveți anemie când organismul nu mai produce suficiente globule roșii. Anemia poate să vă facă să simțiți oboseală și să aveți o stare de leșin. Cereți ajutor dacă sunteți prea obosită pentru anumite sarcini și luați-vă mici pauze de somn în timpul zilei. Poate fi necesar să consumați alimente care conțin multe proteine și fier.

✘ **Constipație:** Anumite medicamente chimioterapeutice, împreună cu modificarea dietei, lipsa hidratării și scăderea activităților fizice pot duce la constipație. Dacă apare constipația, puteți lua măsuri simple pentru tratamentul acesteia, cum ar fi consumul alimentelor bogate în fibre, hidratarea și mișcarea. Dacă nu vă ajută aceste măsuri, discutați cu medicul despre ce medicamente trebuie să luați pentru constipație.

✘ **Diaree:** Diareea poate duce la deshidratare și scăderea concentrației de minerale necesare organismului. Adresați-vă medicului dacă simțiți amețeală sau aveți o stare de leșin, aveți urina de culoare galben închis sau nu urinați sau dacă aveți febră 38°C sau mai mult. Trebuie să beți multe lichide în fiecare zi, să nu mâncați mult la o masă și să mențineți zona anală curată și uscată. Discutați cu medicul înainte de a lua orice medicament împotriva diareei.

✘ **Oboseală:** Este una dintre cele mai frecvente reacții adverse ale chimioterapiei. Multe persoane care urmează chimioterapia se simt obosite sau obolesc foarte repede în timpul sarcinilor zilnice. Vă pot ajuta odihna, exercițiile ușoare – precum mersul pe jos sau yoga – și să nu vă ocupați singură de sarcinile zilnice.

✘ **Căderea părului:** Această reacție adversă nu apare la toate pacientele, deoarece depinde de tipul de chimioterapie urmat. Dacă tratamentul duce la căderea părului, acest efect apare de obicei în câteva săptămâni de la prima ședință de tratament și este posibil să fie afectat și părul de pe corp, cum ar fi brațe, picioare, față. Este important să știți că acest efect este întotdeauna temporar și că părul reîncepe să crească la loc la scurt timp după încheierea chimioterapiei. Este posibil să reduceți riscul de cădere a părului prin purtarea unei căști de răcire în timpul tratamentului; aceasta este o cască pe care o purtați în timpul ședinței de tratament pentru a reduce debitul sanguin la nivelul pielii capului, reducând astfel cantitatea de medicament care ajunge la pielea capului. Totuși, doar pentru anumite medicamente puteți purta cască de răcire. Întrebați medicul dacă tratamentul dumneavoastră va duce la căderea părului; puteți să-l tundeți scurt sau să vă radeți în cap înainte de începerea tratamentului, pentru a vă obișnui cu acest aspect, sau puteți să alegeți o perucă asemănătoare cu părul dumneavoastră natural. Nu uitați să vă protejați capul de frig iarna, purtând o perucă, eșarfă sau căciulă, și, dacă v-ați ras în cap, să aplicați o cremă de protecție solară vara. Căderea părului vă poate face să vă simțiți mai puțin atrăgătoare și mai vulnerabilă; discutați cu familia și prietenii despre aceste sentimente și cereți-le ajutorul pentru a vă face să vă simțiți mai bine.

✘ **Scăderea apetitului alimentar:** Chimioterapia vă poate diminua senzația de foame. Vă poate fi de ajutor dacă mâncați mai des, în porții mai mici, alegeți alimente sănătoase și bogate în nutrienți, consumați multe lichide și faceți mișcare.

✘ **Probleme de memorie sau concentrare:** Chimioterapia poate provoca dificultăți de gândire, concentrare sau memorie (descrise uneori ca „minte încețoșată”). Modificările și dificultățile apărute pot varia de la o persoană la alta: unele persoane manifestă schimbări neimportante, iar altele au probleme mai grave.

Medicul vă poate sfătui cum să gestionați sau să tratați aceste simptome, dar există anumite modalități prin care puteți controla problemele de memorie și concentrare, cum ar fi notarea informațiilor importante (nume, numere de telefon) și a sarcinilor zilnice, exerciții pentru reducerea stresului și anxietății și respectarea somnului de noapte.

✘ **Probleme ale gurii:** Unele medicamente chimioterapeutice și medicamente pentru tratamentul oaselor afectate de cancer pot afecta celulele din cavitatea bucală și pot provoca probleme. Problemele gurii includ modificări ale gustului, afte bucale, sensibilitate dentară și carii. Pentru prevenirea problemelor gurii și dinților, mergeți la dentist pentru detartraj și control înainte de începerea tratamentului. Poate fi de ajutor să vă clătiți gura zilnic cu o soluție de apă caldă, bicarbonat de sodiu și sare și să verificați dacă apar afte sau puncte albe. Periați dinții și gingiile după fiecare masă și înainte de a merge la culcare.

✘ **Greață și vărsături:** Este posibil să aveți perioade în care simțiți greață sau vărsați din cauza tratamentului pentru cancer.

✘ **Modificări ale pielii și unghiilor:** Unele medicamente chimioterapeutice pot face să apară uscăciunea pielii, mâncărimi, înroșire sau închiderea la culoare sau exfolierea pielii. Sunteți mai predispuși la arsuri solare sau apar modificări ale culorii pielii. Unghiile se pot închide la culoare și pot crăpa, iar cuticulele pot deveni dure-roase. Folosiți doar produsele pentru piele recomandate de medic pentru hidratarea pielii și evitați utilizarea produselor care conțin alcool și parfum, deoarece pot irita pielea și mai mult. În plus, tăiați-vă unghiile scurt pentru a le împiedica să se rupă.

De asemenea, chimioterapia poate să afecteze ovarele, iar ciclul menstrual se poate opri temporar în timpul tratamentului sau se poate opri definitiv. Cu cât sunteți mai în vârstă, cu atât există un risc mai mare ca instalarea menopauzei să fie definitivă.^{5,6} Dacă tratamentul nu vă oprește ciclul menstrual, trebuie să evitați să rămâneți gravidă sau să concepeți un copil (dacă sunteți bărbat) în timpul tratamentului, deoarece chimioterapia poate dăuna fătului. Discutați cu medicul despre impactul chimioterapiei asupra planificării familiale.

Bibliografie:

1. National Cancer Institute. Side effects of cancer treatment. <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects>. Accesat la 4 iulie 2023. 2. National Health Service. Side effects chemotherapy. <https://www.nhs.uk/conditions/chemotherapy/side-effects/>. Accesat la 4 iulie 2023. 3. Di Nardo P, et al. Expert Opin Drug Saf. 2022;21(11):1341–55. 4. Anand U, et al. Genes Dis. 2022;10(4):1367–01. 5. Lambertini M, et al. J Clin Oncol. 2018; 36(19):1981–90. 6. Jacobson MH, et al. Fertil Steril. 2016;105(3):765–72.

Medicamente eliberate fără prescripție medicală și suplimentare alimentare¹⁻⁴

Luați doar medicamente aprobate de medic sau de asistenta medicală. Spuneți-i medicului dacă luați medicamente eliberate fără prescripție sau cu prescripție medicală, precum și suplimentare alimentare, medicamente alternative, laxative, antialergice, medicamente pentru răceală, analgezice, aspirină și ibuprofen, deoarece acestea pot influența sau diminua efectul medicamentului chimioterapeutic. Puteți să luați ambalajele pentru a le arăta medicului sau să scrieți o listă cu medicamentele luate, dozele și frecvența administrării.



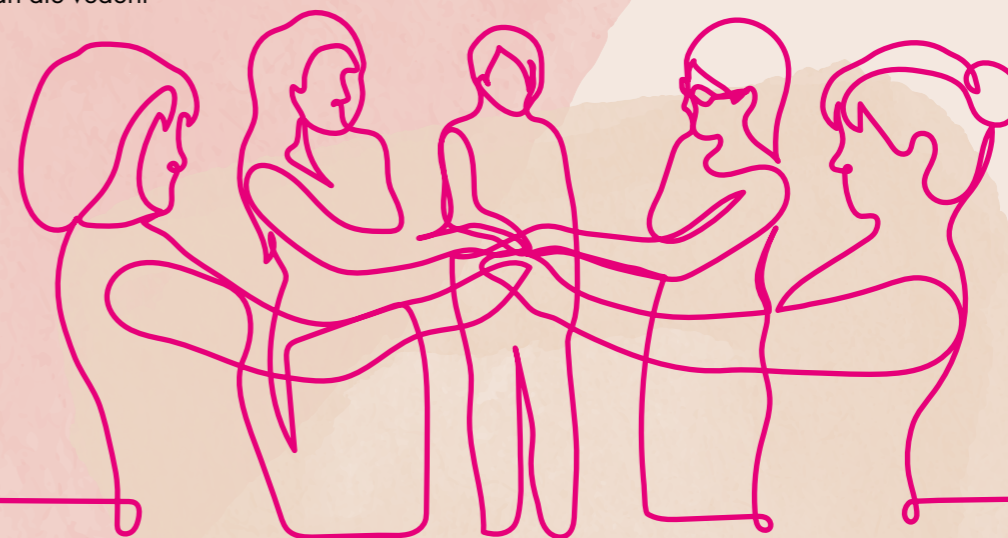
Bibliografie:

1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Accesat la 4 iulie 2023. 2. Hanigan MH, et al. J Oncol Pharm Pract. 2008;14(3):123-30. 3. Breastcancer.org. Taking Certain Supplements Before and During Chemotherapy for Breast Cancer May Be Risky. Disponibil la adresa: <https://www.breastcancer.org/research-news/supplements-before-and-during-chemo-risky>. Accesat la 4 iulie 2023. 4. National Cancer Institute. Complementary and Alternative Medicine for Patients. <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/cam/patient>. Accesat la 4 iulie 2023.

Când să-l contactați pe medic în timpul chimioterapiei¹

Dacă aveți oricare dintre aceste simptome, adresați-vă medicului:

- ✗ Temperatura peste 37,5 C sau sub 36 C
- ✗ Senzație de fierbințeală sau frisoane și/sau dificultăți în respirație
- ✗ Dureri bucale și dureri la înghițire
- ✗ Apariția semnelor de infecție la locul cateterului sau camerei implantabile
- ✗ Senzație de amețelă, de leșin sau oprirea respirației
- ✗ Urină de culoare roșie sau roz sau sânge în scaun
- ✗ Modificări ale vederii



Bibliografie:

1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Accesat la 4 iulie 2023.

Starea emoțională¹⁻³

Parcursul chimioterapiei poate fi stresantă și traumatică. Poate apărea o stare de agitație, deoarece nu știți dacă tratamentul va reuși. De asemenea, puteți avea reacții adverse care pot crește riscul de depresie. Discutați cu echipa medicală despre aceste sentimente. Discuțiile cu persoane aflate în situații asemănătoare (cum ar fi un grup de susținere pentru persoane cu cancer) vă pot diminua senzația de izolare și stresul.

Bibliografie:

1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Accesat la 4 iulie 2023. 2. Dana Faber Cancer Institute. Your emotions after treatment. <https://www.dana-farber.org/for-patients-and-families/for-survivors/caring-for-yourself-after-cancer/your-emotions-after-treatment/>. Accesat la 4 iulie 2023. 3. Goula I, et al. Health Psychology Report. 2020;8(2):97-106.

De unde pot obține mai multe informații?

Sunt disponibile și broșuri despre următoarele subiecte:

Broșura 1: Despre cancer

Broșura 2: Cancerul de sân în stadiu incipient

Broșura 3: Îngrijirea unei persoane cu cancer

Broșura 4: Cancerul de sân la bărbați

Broșura 5: Fertilitatea și cancerul

Broșura 6: Orientări nutriționale

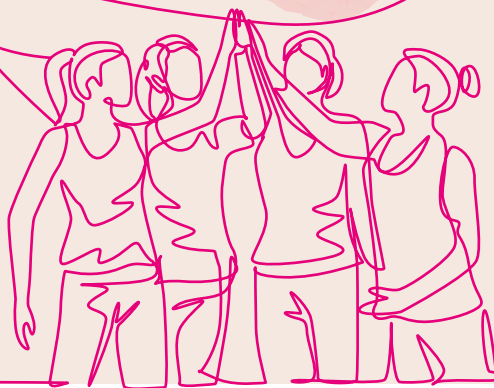
Broșura 7: Înțelegerea chimioterapiei

Broșura 8: Căderea părului în timpul tratamentului anticancer

Broșura 9: Proteze mamare și reconstrucția sânelui

Broșura 10: Exerciții fizice pentru persoanele cu cancer

De unde pot obține
sprijin?



**ALMA ZOIS NATIONAL ASSOCIATION
OF WOMEN WITH BREAST CANCER**
Ipeirou 11, Athens 10433
210 41 80 006

**ALMA ZOIS ASSOCIATION OF WOMEN WITH
BREAST CANCER OF THE REGION OF THESSALONIKI**
P.Mela 38, Thessaloniki 54622
3rd floor
2310 28 51 81

**ALMA ZOIS ASSOCIATION OF WOMEN WITH
BREAST CANCER OF THE PREFECTURE OF ACHAIA**
Gounari 37, Patra 26221
4th floor
2610 22 22 74

FA-11262910

Acest material este informativ și nu promoțional

 **NOVARTIS**

In collaboration with:


ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ


ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ
ΝΟΜΟΥ ΑΧΑΪΑΣ


ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ
Ν.ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Κατανόηση της χημειοθεραπείας για την αντιμετώπιση του καρκίνου του μαστού



07

Είσαι γυναίκα.
Είσαι δύναμη!

Πίνακας ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Τι είναι η χημειοθεραπεία; ————— **02**

Τύποι χημειοθεραπείας ————— **02**

Τι κάνει η χημειοθεραπεία; ————— **03**

Πώς αποφασίζει ο γιατρός μου ποια χημειοθεραπευτικά φάρμακα
θα χρησιμοποιήσει; ————— **03**

Πώς χορηγείται η χημειοθεραπεία; ————— **04**

Τι συμβαίνει την ημέρα του ραντεβού μου
για τη χορήγηση ενδοφλέβιας χημειοθεραπείας; ————— **05**

Ανεπιθύμητες ενέργειες της χημειοθεραπείας
και πώς μπορείτε να τις διαχειριστείτε¹⁻⁴ ————— **06**

Μη συνταγογραφούμενα φάρμακα και συμπληρώματα διατροφής ————— **08**

Πότε πρέπει να καλέσετε τον γιατρό
κατά τη διάρκεια της χημειοθεραπείας σας ————— **09**

Πώς να αντεπεξέλθετε σε συναισθηματικό επίπεδο ————— **09**

Τι είναι η χημειοθεραπεία;

Η χημειοθεραπεία χρησιμοποιεί φάρμακα που δρουν είτε σταματώντας είτε επιβραδύνοντας την ανάπτυξη των καρκινικών κυττάρων. Μπορούν να χορηγηθούν μέσω μίας φλέβας ή να ληφθούν από το στόμα με τη μορφή χαπιού ή καψακίου.¹



Βιβλιογραφία
1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.

Τύποι χημειοθεραπείας¹

Τα πιο κοινά χημειοθεραπευτικά φάρμακα για τον καρκίνο του μαστού περιλαμβάνουν τα εξής:¹

- * Καπεσιταβίνη
- * Καρβοπλατίνη
- * Σισπλατίνη
- * Κυκλοφωσφαμίδη
- * Δοσεταξέλη
- * Δοξορουβικίνη
- * Επιρουβικίνη
- * Εριβουλίνη
- * Φθοριοουρακίλη
- * Γεμισταβίνη
- * Ιξαμπεπιδόνη
- * Πακλιταξέλη
- * Λιποσωμιακή δοξορουβικίνη
- * Πακλιταξέλη συνδεδεμένη με πρωτεΐνη
- * Βινoreλβίνη

Ο τύπος των φαρμάκων που λαμβάνετε εξαρτάται από το στάδιο του καρκίνου σας, τον κίνδυνο επανεμφάνισης του καρκίνου σας ή/και το εάν έχετε άλλες ιατρικές παθήσεις, όπως καρδιακά προβλήματα.

Μπορεί να λαμβάνετε ένα χημειοθεραπευτικό φάρμακο ή συνδυασμό φαρμάκων μία φορά την εβδομάδα ή μία φορά κάθε 2-3 εβδομάδες, ανάλογα με το/τα φάρμακο/-α που περιλαμβάνει η θεραπεία σας.

Βιβλιογραφία
1. American Cancer Society. Chemotherapy for breast cancer. <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/treatment/chemotherapy-for-breast-cancer.html>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.

Τι κάνει η χημειοθεραπεία;^{1,2}

Είναι σημαντικό να γνωρίζετε ότι δεν χρειάζονται χημειοθεραπεία όλοι οι άνθρωποι με καρκίνο του μαστού. Ανάλογα με τον τύπο καρκίνου του μαστού που έχετε, η χημειοθεραπεία μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τους εξής σκοπούς:^{1,2}

- * Για να μειώσει το μέγεθος του όγκου πριν από τη χειρουργική επέμβαση, εάν ο όγκος είναι πολύ μεγάλος για να αφαιρεθεί, εάν ο καρκίνος έχει εξαπλωθεί σε αρκετούς λεμφαδένες ή εάν πρόκειται για φλεγμονώδη καρκίνο του μαστού. Σε αυτήν την περίπτωση ονομάζεται νεοεπιχειρησιακή χημειοθεραπεία. Στο διάστημα κατά το οποίο λαμβάνετε χημειοθεραπεία πριν από τη χειρουργική επέμβαση μπορείτε να υποβληθείτε σε ορισμένες γενετικές εξετάσεις και να σκεφτείτε τις επιλογές αποκατάστασης μαστού που έχετε.
- * Για να καταστρέψει τα καρκινικά κύτταρα που μπορεί να έχουν απομείνει στο σώμα σας μετά τη χειρουργική επέμβαση, ώστε να διασφαλιστεί ότι ο καρκίνος δεν θα επανεμφανιστεί. Σε αυτήν την περίπτωση ονομάζεται επικουρική χημειοθεραπεία.
- * Για να θέσει υπό έλεγχο την ανάπτυξη του καρκίνου, εάν τα καρκινικά κύτταρα έχουν εξαπλωθεί σε άλλα μέρη του σώματός σας.
- * Για να μετριάσει τα συμπτώματα του καρκίνου, εάν ο όγκος προκαλεί πόνο ή πίεση. Σε αυτήν την περίπτωση ονομάζεται παρηγορητική φροντίδα.

Βιβλιογραφία
1. National Health Service. Chemotherapy. <https://www.nhs.uk/conditions/chemotherapy/>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 2. National Cancer Institute. Chemotherapy to treat cancer. <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/types/chemotherapy>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.

Πώς αποφασίζει ο γιατρός μου ποια χημειοθεραπευτικά φάρμακα θα χρησιμοποιήσει;

Ο γιατρός σας μπορεί να συστήσει διάφορους τύπους χημειοθεραπείας με βάση το στάδιο του καρκίνου σας, τη συνολική υγεία σας - για παράδειγμα, εάν έχετε άλλες παθήσεις όπως κάποια καρδιοπάθεια ή διαβήτη - και το εάν έχετε κάνει χημειοθεραπεία στο παρελθόν. Ο γιατρός σας θα συστήσει το καταλληλότερο φάρμακο ή συνδυασμό φαρμάκων για την επίτευξη των βέλτιστων αποτελεσμάτων για εσάς.^{1,2}

Είναι σημαντικό να συζητήσετε τις θεραπευτικές επιλογές σας με τον γιατρό σας, ώστε να αποφασίσετε τι είναι καλύτερο για εσάς με βάση τους στόχους, τις ανάγκες και τις προτιμήσεις σας.

Βιβλιογραφία
1. Mayo Clinic. Chemotherapy. <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/chemotherapy/about/pac-20385033>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 2. Cancer.net. What to expect when having chemotherapy. <https://www.cancer.net/navigating-cancer-care/how-cancer-treated/chemotherapy/what-expected-when-having-chemotherapy>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.

Πώς χορηγείται η χημειοθεραπεία;^{1,2}

Μπορεί να λαμβάνετε τα χημειοθεραπευτικά φάρμακα στο σπίτι, σε ένα ιατρείο, σε μία κλινική ή σε νοσοκομειακό περιβάλλον. Ο γιατρός σας θα σας δώσει συγκεκριμένες οδηγίες για να προετοιμαστείτε για τις χημειοθεραπείες σας.

Συνήθως απαιτείται μία περίοδος ανάπαυσης μετά από κάθε λήψη χημειοθεραπείας, ώστε να έχει ο οργανισμός σας αρκετό χρόνο για να ανακάμψει από τις επιδράσεις των φαρμάκων. Κάθε φορά που λαμβάνετε χημειοθεραπεία και στη συνέχεια κάνετε ένα διάλειμμα από αυτήν, λέμε ότι έχετε κάνει έναν κύκλο θεραπείας.

Το χρονοδιάγραμμα των κύκλων θεραπείας εξαρτάται από το είδος των φαρμάκων που λαμβάνετε και το εάν χρησιμοποιούνται ως νεοεπικουρική ή επικουρική χημειοθεραπεία ή για τη θεραπεία του μεταστατικού καρκίνου του μαστού. Η επικουρική και η νεοεπικουρική χημειοθεραπεία συνήθως χορηγούνται για συνολικά 3 έως 6 μήνες, ενώ εάν έχετε καρκίνο του μαστού σταδίου 4, η διάρκεια της θεραπείας θα εξαρτηθεί από την ανοχή σας στις ανεπιθύμητες ενέργειες.

Όταν η χημειοθεραπεία χορηγείται σε μία φλέβα, η χορήγηση μπορεί να διαρκέσει λίγο ή πολύ. Για παράδειγμα, εάν η χημειοθεραπεία χορηγείται ως ένεση σε μία φλέβα, θα διαρκέσει μόλις λίγα λεπτά, ενώ εάν χορηγείται στάγδην ή μέσω αντλίας, μπορεί να χρειαστούν από 30 λεπτά έως μερικές ημέρες. Μία χημειοθεραπεία που χορηγείται κατά τη διάρκεια λίγων ή περισσότερων ημερών ονομάζεται συνεχής έγχυση.

Τρόποι ενδοφλέβιας χορήγησης χημειοθεραπείας³

Η ενδοφλέβια χημειοθεραπεία μπορεί να χορηγηθεί μέσω κάνουλας, καθετήρα ή εμφυτεύσιμου συστήματος χορήγησης (port). Σε ορισμένες περιπτώσεις, η ενδοφλέβια χημειοθεραπεία χορηγείται με τη βοήθεια μίας αντλίας.

Η κάνουλα είναι ένας μικρός σωλήνας που τοποθετείται σε μία φλέβα στο πίσω μέρος του καρπού του χεριού σας ή στο κάτω μέρος του αντιβραχίου σας για σύντομο χρονικό διάστημα.

Ο καθετήρας είναι ένας εύκαμπτος, λεπτός σωλήνας. Ο γιατρός τοποθετεί το ένα άκρο του καθετήρα σε μία μεγάλη φλέβα (συνήθως στο χέρι σας ή κοντά στο στήθος σας) ενώ το άλλο άκρο βρίσκεται έξω. Οι περισσότεροι καθετήρες παραμένουν στη θέση τους μέχρι να ολοκληρωθούν όλες οι χημειοθεραπείες σας.

Το εμφυτεύσιμο σύστημα χορήγησης ή port είναι ένας μικρός πλαστικός ή μεταλλικός δίσκος που τοποθετείται κάτω από το δέρμα σας. Ένας νοσηλεύτης μπορεί να εισάγει μία βελόνα στο port σας για να σας χορηγήσει τη χημειοθεραπεία σας.

Οι αντλίες συνήθως συνδέονται με τους καθετήρες ή τα port. Ελέγχουν την ταχύτητα χορήγησης του χημειοθεραπευτικού φαρμάκου που διέρχεται από έναν καθετήρα ή ένα port. Οι αντλίες μπορεί να είναι εσωτερικές ή εξωτερικές. Οι εξωτερικές αντλίες τοποθετούνται έξω από το σώμα και οι ασθενείς μπορούν να τις μεταφέρουν. Οι εσωτερικές αντλίες τοποθετούνται κάτω από το δέρμα σας.

► Έχετε πάντα τον νου σας για ενδείξεις μόλυνσης γύρω από τον καθετήρα ή το port σας.

Εάν η χημειοθεραπεία χορηγείται σε μορφή δισκίων, συνήθως μπορείτε να παίρνετε το φάρμακο στο σπίτι. Ακολουθείτε πάντα τις οδηγίες της θεραπευτικής ομάδας σας για να διασφαλίσετε ότι δεν λαμβάνετε πολύ μεγάλη ή πολύ μικρή ποσότητα φαρμάκου.

Βιβλιογραφία

1. American Cancer Society. Chemotherapy for breast cancer. <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/treatment/chemotherapy-for-breast-cancer.html>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 2. National Health Service. Side effects chemotherapy. <https://www.nhs.uk/conditions/chemotherapy/side-effects/>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 3. Catheters and Ports in Cancer Treatment | Cancer.Net Προσπελάστηκε στις 24 Ιαν 2024.

Τι συμβαίνει την ημέρα του ραντεβού μου για τη χορήγηση ενδοφλέβιας χημειοθεραπείας;¹

Την ημέρα του ραντεβού σας για τη χορήγηση ενδοφλέβιας χημειοθεραπείας θα πρέπει να σας συνοδεύει ένας φίλος ή ένας φροντιστής για να σας παρέχει υποστήριξη ή για να σας μεταφέρει στο σπίτι, εάν αισθανθείτε κόπωση στο τέλος της θεραπείας. Πριν ξεκινήσει η θεραπεία, θα σας δει ο γιατρός σας, ο οποίος θα σας εξετάσει. Μπορεί επίσης να υποβληθείτε σε εξετάσεις για να ελεγχθεί η γενική υγεία σας, να κάνετε εξετάσεις αίματος, να μετρηθεί το ύψος και το βάρος σας και να υποβληθείτε σε απεικονιστικές εξετάσεις για να ελεγχθεί το μέγεθος του όγκου σας.

Επειδή η διάρκεια της θεραπείας μπορεί να ποικίλλει ανάλογα με το φάρμακο το οποίο λαμβάνετε, σκεφτείτε να φέρετε μαζί σας το τηλέφωνό σας, ένα τάμπλετ, βιβλία ή μία κουβέρτα για να νιώσετε πιο άνετα.

Στο τέλος της θεραπείας σας, ο γιατρός ή ο νοσηλεύτης σας θα συζητήσει μαζί σας τι είδους ανεπιθύμητες ενέργειες να περιμένετε και θα σας δώσει μερικές πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο διαχείρισής τους και τι πρέπει να κάνετε ή να αποφύγετε τις επόμενες ημέρες μετά τη θεραπεία. Μπορεί επίσης να σας συμβουλευτεί να πίνετε πολλά υγρά για 48 ώρες μετά τη χημειοθεραπεία, κάτι το οποίο θα βοηθήσει στη μεταφορά των φαρμάκων στον οργανισμό σας.

Πριν φύγετε, θα πρέπει να ρωτήσετε σε ποιον αριθμό μπορείτε να καλείτε εάν έχετε οποιαδήποτε ερωτήσεις ή ανησυχίες, συμπεριλαμβανομένων των ωρών εκτός ωραρίου εργασίας και κατά τη διάρκεια του Σαββατοκύριακου.



Βιβλιογραφία

1. Cancer.net. What to expect when having chemotherapy. <https://www.cancer.net/navigating-cancer-care/how-cancer-treated/chemotherapy/what-expected-when-having-chemotherapy>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.

Ανεπιθύμητες ενέργειες της χημειοθεραπείας και πώς μπορείτε να τις διαχειριστείτε¹⁻⁴

Οι ανεπιθύμητες ενέργειες της χημειοθεραπείας εξαρτώνται από τον τύπο του/των φαρμάκου/-ων που λαμβάνετε, τις εξατομικευμένες συνθήκες σας και το χρονοδιάγραμμα θεραπείας σας. Ο γιατρός σας θα σας συμβουλευτεί σχετικά με τα επιπλέον φάρμακα που θα βοηθήσουν στη διαχείριση τυχόν ανεπιθύμητων ενεργειών της χημειοθεραπείας. Γενικά, αυτές περιλαμβάνουν:



Αναιμία: Ένα άτομο είναι αναιμικό όταν το σώμα του δεν έχει αρκετά ερυθρά αιμοσφαίρια. Η αναιμία μπορεί να σας κάνει να αισθάνεστε μεγάλη κόπωση και ζάλη. Ζητήστε βοήθεια εάν αισθάνεστε πολύ κουρασμένοι για να κάνετε οτιδήποτε ή πάρετε μερικούς υπνάκους κατά τη διάρκεια της ημέρας. Μπορεί να χρειαστεί να καταναλώνετε τροφές με υψηλή περιεκτικότητα σε πρωτεΐνη και σίδηρο.

Δυσκοιλιότητα: Ορισμένα χημειοθεραπευτικά φάρμακα, καθώς και οι αλλαγές στη διατροφή, η μη κατανάλωση αρκετών υγρών και η μειωμένη σωματική δραστηριότητα μπορεί να προκαλέσουν δυσκοιλιότητα. Εάν συμβεί αυτό, μερικά απλά βήματα μπορούν να βοηθήσουν στην αντιμετώπιση της δυσκοιλιότητας, όπως η κατανάλωση τροφών με υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες, η κατανάλωση άφθονων υγρών και η αύξηση της σωματικής δραστηριότητας. Εάν αυτά τα βήματα δεν βοηθήσουν, συζητήστε με τον γιατρό σας τι είδους φάρμακα θα πρέπει να πάρετε για τη δυσκοιλιότητα.

Διάρροια: Η διάρροια μπορεί να προκαλέσει αφυδάτωση και απώλεια μετάλλων που είναι απαραίτητα για τη λειτουργία του οργανισμού. Καλέστε τον γιατρό σας εάν αισθάνεστε ζάλη, τα ούρα σας έχουν σκούρο κίτρινο χρώμα ή δεν μπορείτε να ουρήσετε ή έχετε πυρετό 38 °C ή υψηλότερο. Θα πρέπει να πίνετε καθημερινά άφθονα υγρά, να καταναλώνετε μικρά γεύματα και να διατηρείτε στεγνή και καθαρή την περιοχή του πρωκτού σας. Μιλήστε με τον γιατρό σας πριν πάρετε οποιοδήποτε φάρμακο για την αντιμετώπιση της διάρροιας.

Κόπωση: Είναι μία από τις πιο κοινές ανεπιθύμητες ενέργειες της χημειοθεραπείας. Πολλοί άνθρωποι που λαμβάνουν χημειοθεραπεία αισθάνονται κουρασμένοι ή κουράζονται πολύ εύκολα με απλές καθημερινές εργασίες. Η άφθονη ξεκούραση, η ήπια άσκηση, όπως το περπάτημα ή η γιόγκα, καθώς και το να ζητάτε βοήθεια με τις καθημερινές εργασίες σας μπορούν να βοηθήσουν.

Απώλεια μαλλιών: Αυτή η ανεπιθύμητη ενέργεια δεν εμφανίζεται σε όλους τους ασθενείς, καθώς εξαρτάται από το είδος της χημειοθεραπείας που λαμβάνετε. Εάν η χημειοθεραπεία προκαλεί απώλεια μαλλιών, η τριχόπτωση συνήθως ξεκινά μέσα σε λίγες εβδομάδες από την πρώτη συνεδρία θεραπείας. Μπορεί επίσης να παρουσιάσετε απώλεια τριχοφυΐας και σε άλλα μέρη του σώματός σας, όπως στα χέρια, στα πόδια και στο πρόσωπο. Είναι σημαντικό να γνωρίζετε ότι η απώλεια μαλλιών είναι σχεδόν πάντα προσωρινή και ότι τα μαλλιά φυτρώνουν ξανά σε σύντομο χρονικό διάστημα μετά την ολοκλήρωση της χημειοθεραπείας. Ενδεχομένως να μπορείτε να μειώσετε τις πιθανότητες απώλειας των μαλλιών σας φορώντας μία κάσκα ψύξης ενώ κάνετε θεραπεία. Η κάσκα ψύξης είναι ένα κράνος που φοριέται κατά τη διάρκεια της συνεδρίας θεραπείας για να μειωθεί η ροή του αίματος στο δέρμα του κεφαλιού, μειώνοντας έτσι την ποσότητα του φαρμάκου που φτάνει στο τριχωτό του κεφαλιού. Ωστόσο, μπορείτε να φοράτε κάσκα ψύξης μόνο όταν λαμβάνετε συγκεκριμένα φάρμακα. Ρωτήστε τον γιατρό σας εάν η θεραπεία που θα λάβετε θα προκαλέσει απώλεια μαλλιών. Μπορείτε να αποφασίσετε να κόψετε τα μαλλιά σας κοντά ή να τα ξυρίσετε πριν ξεκινήσετε τη θεραπεία για να συνθησάτε την εικόνα σας ή μπορείτε να αποφασίσετε να επιλέξετε μια περούκα που μοιάζει περισσότερο με τα φυσικά σας μαλλιά. Να θυμάστε ότι πρέπει να κρατάτε το κεφάλι σας ζεστό, φορώντας περούκα, μαντήλι ή καπέλο κατά τους κρύους μήνες και να φοράτε αντηλιακό στο δέρμα του κεφαλιού σας. Η απώλεια των μαλλιών σας μπορεί να σας κάνει να αισθάνεστε λιγότερο ελκυστικοί και ευάλωτοι. Μοιραστείτε με την οικογένεια και τους φίλους σας αυτά τα συναισθήματά σας και ζητήστε την υποστήριξή τους για να νιώσετε καλύτερα με την εμφάνισή σας.

Απώλεια όρεξης: Η χημειοθεραπεία μπορεί να μειώσει το αίσθημα της πείνας. Σε αυτό μπορεί να σας βοηθήσει το να καταναλώνετε μικρότερα γεύματα πιο συχνά, να επιλέγετε υγιεινές τροφές πλούσιες σε θρεπτικά συστατικά, να πίνετε πολλά υγρά και να παραμείνετε δραστήριοι.

Προβλήματα μνήμης ή συγκέντρωσης: Η χημειοθεραπεία μπορεί να προκαλέσει δυσκολία στη σκέψη, τη συγκέντρωση ή την ανάκληση πληροφοριών στη μνήμη (μερικές φορές περιγράφεται ως ομίχλη εγκεφάλου). Οι αλλαγές και οι δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι ποικίλλουν. Ορισμένοι βιώνουν μικρές

Η χημειοθεραπεία μπορεί επίσης να βλάψει τις ωθήκες σας και η έμμηνος ρύση σας μπορεί να σταματήσει προσωρινά κατά τη διάρκεια της χημειοθεραπείας ή μπορεί να σταματήσει οριστικά. Όσο μεγαλύτερη είναι η ηλικία σας, τόσο υψηλότερος είναι ο κίνδυνος για μόνιμη εμμηνόπαυση.^{5,6} Εάν η θεραπεία σας δεν προκαλεί διακοπή της εμμήνου ρύσης σας, θα πρέπει να αποφύγετε να μείνετε έγκυος ή να τεκνοποιήσετε κατά τη διάρκεια της θεραπείας σας, καθώς τα χημειοθεραπευτικά φάρμακα θα μπορούσαν να βλάψουν το μωρό. Συζητήστε με τον γιατρό σας σχετικά με τον αντίκτυπο της χημειοθεραπείας στα σχέδιά σας για τη δημιουργία οικογένειας.

Βιβλιογραφία

1. National Cancer Institute. Side effects of cancer treatment. <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.
2. National Health Service. Side effects chemotherapy. <https://www.nhs.uk/conditions/chemotherapy/side-effects/>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.
3. Di Nardo P, et al. Expert Opin Drug Saf. 2022;21(11):1341-55.
4. Anand U, et al. Genes Dis. 2022;10(4):1367-01.
5. Lambertini M, et al. J Clin Oncol. 2018; 36(19):1981-90.
6. Jacobson MH, et al. Fertil Steril. 2016;105(3):765-72.

αλλαγές, ενώ κάποιοι άλλοι αντιμετωπίζουν μεγαλύτερα προβλήματα. Ο γιατρός σας μπορεί να σας συμβουλευτεί σχετικά με τη διαχείριση ή την αντιμετώπιση αυτού του συμπτώματος, αλλά υπάρχουν συγκεκριμένοι τρόποι με τους οποίους μπορείτε να διαχειριστείτε τα προβλήματα μνήμης και συγκέντρωσης, όπως να συντάξετε μία λίστα με σημαντικές πληροφορίες (σημαντικά ονόματα και αριθμούς τηλεφώνου) και πράγματα που πρέπει να κάνετε, για να μειώσετε το στρες και το άγχος σας και να κοιμάστε αρκετά το βράδυ.

Στοματικά προβλήματα: Ορισμένα χημειοθεραπευτικά φάρμακα και φάρμακα που χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση των προβλημάτων που προκαλεί ο καρκίνος στα οστά μπορεί να επηρεάσουν τα κύτταρα του στόματός σας και να προκαλέσουν προβλήματα. Τα στοματικά προβλήματα περιλαμβάνουν αλλαγές στη γεύση, στοματικά έλκη, ευαισθησία στα δόντια και τερηδόνα. Για να αποτρέψετε τυχόν στοματικά και οδοντικά προβλήματα, επισκεφτείτε τον οδοντίατρό σας για καθαρισμό και τσεκ πριν ξεκινήσετε τη θεραπεία σας. Οι καθημερινές στοματικές πλύσεις με διάλυμα ζεστού νερού, μαγειρικής σόδας και αλατιού και ο έλεγχος για τυχόν πληγές ή λευκές κλίδες μπορεί να βοηθήσουν. Βουρτσίζετε τα δόντια μετά από κάθε γεύμα και πριν πέσετε για ύπνο.

Ναυτία και εμετός: Μπορεί να υπάρχουν περίοδοι που αισθάνεστε ότι θέλετε να κάνετε εμετό ή να κάνετε εμετό λόγω της θεραπείας που λαμβάνετε για τον καρκίνο σας. Συζητήστε με τον γιατρό σας σχετικά με τα επιπλέον φάρμακα που μπορείτε να πάρετε για να μειώσετε ή να αποτρέψετε αυτές τις επιδράσεις.

Αλλαγές στο δέρμα και στα νύχια: Ορισμένα χημειοθεραπευτικά φάρμακα μπορεί να προκαλέσουν στο δέρμα σας ξηρότητα, φαγούρα, ερυθρότητα, ξεφλούδισμα ή να σκουρύνουν το χρώμα του. Μπορεί να πάθετε εύκολα ηλιακό έγκαυμα ή να δείτε αλλαγές στο χρώμα του δέρματός σας. Τα νύχια σας μπορεί να είναι σκούρα και εύθραυστα και μπορεί να σας πονούν οι παρωνυχίδες (τα πετσάκια) σας. Χρησιμοποιείτε μόνο τα προϊόντα για το δέρμα που συστήνει ο γιατρός σας για να ενυδατώνετε το δέρμα σας και αποφύγετε τη χρήση προϊόντων που περιέχουν οινόπνευμα ή αρώματα, καθώς μπορεί να ερεθίσουν περαιτέρω το δέρμα σας. Επιπλέον, τα νύχια σας θα πρέπει να είναι κοντά για να αποφύγετε τα σπασίματα.

Μη συνταγογραφούμενα φάρμακα και συμπληρώματα διατροφής¹⁻⁴

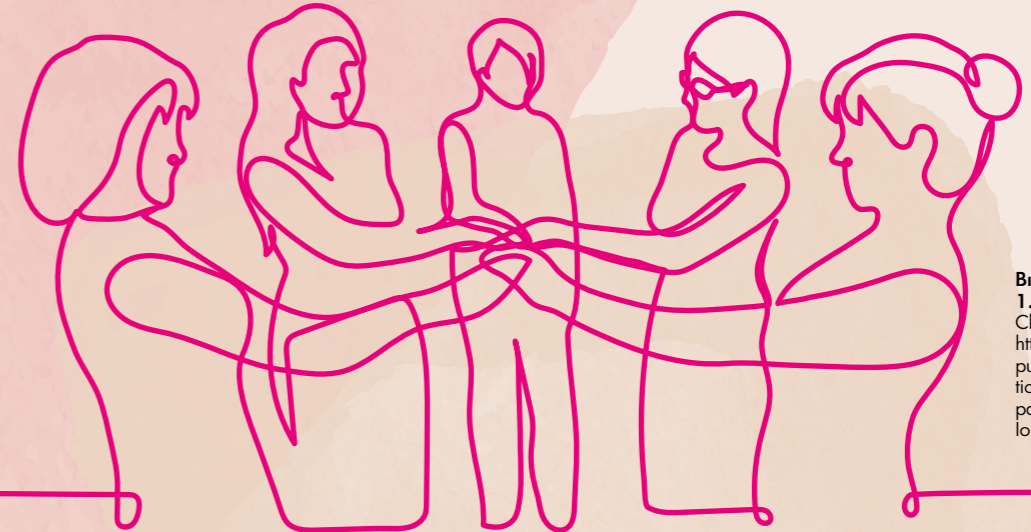
Να παίρνετε μόνο τα φάρμακα που εγκρίνει ο γιατρός ή ο νοσηλεύτής σας. Ενημερώστε τον γιατρό σας σχετικά με όλα τα συνταγογραφούμενα και μη συνταγογραφούμενα φάρμακα που παίρνετε, συμπεριλαμβανομένων των συμπληρωμάτων διατροφής, των εναλλακτικών φαρμάκων, των καθαρτικών, των αντιαλλεργικών, των φαρμάκων για το κρυολόγημα, των αναλγητικών, της ασπιρίνης και της ιβουπροφαίνης, καθώς όλα αυτά μπορεί να επηρεάσουν ή να μειώσουν την επίδραση του χημικοθεραπευτικού φαρμάκου. Μπορείτε είτε να πάρετε μαζί σας όλα τα φιαλίδια, είτε να γράψετε μια λίστα με τα ονόματα των σκευασμάτων και την ποσότητα και τη συχνότητα με την οποία τα παίρνετε, για να τα δείξετε στον γιατρό σας.¹⁻⁴



Πότε πρέπει να καλέσετε τον γιατρό κατά τη διάρκεια της χημειοθεραπείας σας¹

Εάν παρουσιάσετε οποιοδήποτε από τα παρακάτω συμπτώματα, καλέστε τον γιατρό σας:¹

- ✗ Θερμοκρασία σώματος υψηλότερη από 37,5C ή χαμηλότερη από 36C
- ✗ Αίσθημα ζέσθης και ρίγη ή/και δυσκολία στην αναπνοή
- ✗ Πληγές στο στόμα και πόνος κατά την κατάποση
- ✗ Ενδείξεις μόλυνσης στο σημείο όπου έχει τοποθετηθεί ο καθετήρας ή το port
- ✗ Ζάλη, τάση για λιποθυμία ή δύσπνοια
- ✗ Ούρα κόκκινου ή ροζ χρώματος ή αίμα στα κόπρανα
- ✗ Αλλαγές στην όραση



Βιβλιογραφία

1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.

Πώς να αντεπεξεχάζετε σε συναισθηματικό επίπεδο¹⁻³

Η χημειοθεραπεία είναι μία αγχωτική και τραυματική εμπειρία. Μπορεί να αισθάνεστε άγχος επειδή δεν γνωρίζετε εάν η θεραπεία θα είναι επιτυχής. Μπορεί επίσης να παρουσιάσετε ανεπιθύμητες ενέργειες που αυξάνουν τον κίνδυνο να βιώσετε κατάθλιψη. Μιλήστε στη θεραπευτική σας ομάδα εάν πιέζεστε συναισθηματικά. Η συζήτηση με άλλα άτομα σε παρόμοια κατάσταση (π.χ. σε μια ομάδα υποστήριξης για τον καρκίνο ή σε έναν επαγγελματία ψυχικής υγείας) μπορεί σε πολλές περιπτώσεις να μειώσει το αίσθημα απομόνωσης και άγχους.

References

1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 2. Dana Faber Cancer Institute. Your emotions after treatment. <https://www.dana-farber.org/for-patients-and-families/for-survivors/caring-for-yourself-after-cancer/your-emotions-after-treatment/>. Accessed July 4, 2023. 3. Goula I, et al. Health Psychology Report. 2020;8(2):97-106.

Διαβάστε επίσης

• National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. • Dana Faber Cancer Institute. Your emotions after treatment. <https://www.dana-farber.org/for-patients-and-families/for-survivors/caring-for-yourself-after-cancer/your-emotions-after-treatment/>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. • Goula I, et al. Health Psychology Report. 2020;8(2): 97- 106.

Βιβλιογραφία

1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 2. Hanigan MH, et al. J Oncol Pharm Pract. 2008;14(3): 123- 30. 3. Breatcancer.org. Taking Certain Supplements Before and During Chemotherapy for Breast Cancer May Be Risky. Διατίθεται στην ηλεκτρονική διεύθυνση: <https://www.breastcancer.org/research-news/supplements-before-and-during-chemo-risky>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 4. National Cancer Institute. Complementary and Alternative Medicine for Patients. <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/cam/patient>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.

Πού μπορώ να βρω περισσότερες πληροφορίες;

Υπάρχουν διαθέσιμα έντυπα για τα ακόλουθα θέματα:

- Έντυπο 01. Εισαγωγή στον καρκίνο του μαστού
- Έντυπο 02. Πρώιμος καρκίνος του μαστού
- Έντυπο 03. Η φροντίδα ενός ατόμου με καρκίνο
- Έντυπο 04. Ο καρκίνος του μαστού στους άνδρες
- Έντυπο 05. Γονιμότητα και καρκίνος
- Έντυπο 06. Διατροφικές οδηγίες
- Έντυπο 07. Κατανόηση της χημειοθεραπείας
- Έντυπο 08. Απώλεια μαλλιών κατά τη διάρκεια της αντικαρκινικής θεραπείας
- Έντυπο 09. Προθέσεις μαστού και αποκατάσταση μαστού
- Έντυπο 10. Η σωματική άσκηση στα άτομα που ζουν με καρκίνο

Πού μπορώ να βρω
υποστήριξη;



ΑΛΜΑ ΖΩΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ
Ηπείρου 11, Αθήνα 10433
210 41 80 006

ΑΛΜΑ ΖΩΗΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ Ν. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
Παύλου Μελά 38, Θεσσαλονίκη 54622
3ος όροφος
2310 28 51 81

ΑΛΜΑ ΖΩΗΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΑΧΑΪΑΣ
Γούναρη 37, Πάτρα 26221
4ος όροφος
2610 22 22 74

FA-11262910

Το υλικό αυτό έχει ενημερωτικό και όχι προωθητικό χαρακτήρα

 **NOVARTIS**

Σε συνεργασία:


ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ


ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ
ΝΟΜΟΥ ΑΧΑΪΑΣ


ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ
Ν.ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ