

Какво да очакваме при химиотерапевтично лечение на рак на дебелото черво

„Училище за пациенти“
УСБАЛО – София
15/01/2019г.

Д-р Любов Симеонова
Клиника по
Медицинска онкология



Какво представлява химиотерапията?

Химиотерапията представлява приложение на противотуморни медикаменти за лечение на ракови заболявания. Тя действа по различни механизми като цели:

- Да убие раковите клетки;
- Да спре растежа на тумора;
- Да предотврати разпространението на туморни клетки в останалите части на тялото (метастазиране).

Как действа химиотерапията?

Химиотерапията действа, като спира или забавя бързия растеж и делене на раковите клетки. Тя също така може да увреди и бързо делящите се здрави клетки, като тези в лигавицата на устата и червата или космените луковици. Увреждането на здравите клетки може да предизвика нежелани реакции. В мнозинството си нежеланите лекарствени реакции отслабват или напълно изчезват след приключване на химиотерапията.

Какви видове химиотерапия има?

Химиотерапията бива:

- Неoadювантна – преди операцията; Цели да намали туморния обем.
- Адювантна – след операцията; Цели да унищожи останалите ракови клетки.
- Лечебна – поддържаща; Цели да намали метастазите/ остатъчния тумор, при възможност да бъдат оперирани или да поддържа туморния обем
- Палиативна – симптоматична.

Видове използвани медикаменти?

- Цитостатици – стандартни химиотерапевтични медикаменти;
- Биологични медикаменти (таргетна терапия) – прилагат се при напреднало заболяване в комбинация със стандартна химиотерапия, след изследване на наличието/липсата на мутации. Изследването се извършва в специализирани лаборатории, след вземане на материал от тумора или метастаза;
- Комбинации от химиотерапевтици – венозни с перорални, само венозни, интраартериални (локално при чернодробни метастази).

При кого се прилага химиотерапия?

Преценката дали да бъде приложена химиотерапия (ХТ) при пациент с колоректален карцином (КРК) се взема на онкологичен комитет, съставен от мултидисциплинарен борд. Зависи от:

- Размера на основния тумор;
- Ангажираните лимфни възли;
- Наличието или липсата на метастази;
- Общото състояние на пациента;
- Придружаващите заболявания и алергии.

Кога се прилага химиотерапия?

Химиотерапията обикновено започва 4 до 12 седмици след операция (в зависимост от темпа на възстановяване на пациента).

Цикълът на ХТ се прилага на 21- или 28-дневен цикъл. Лекарствата се дават седмично, през две или 3 седмици (в зависимост от режима), като се оставя време на организма да се възстанови от ефектите на химиотерапията.

Как се прилага химиотерапия?

Продължителността на цикъла и честотата на вливанията зависят от вида на използвания медикамент.

Общият брой курсове, който се назначава, е различен, в зависимост от целта и стадия на заболяването. Обикновено броят на курсовете е 4/6, последван от скенер и последваща преценка за допълнителни курсове.

Хранене и хранителни добавки при ХТ?

- От изключително значение по време на ХТ е здравословното хранене! Няма забранени хранителни групи, както често се спекулира онлайн!
- Препоръчва се ограничаване на приема на ГРЕЙПФРУТ и ПОМЕЛО, поради влиянието им върху чернодробния метаболизъм на медикаментите.
- Хранителните добавки не подлежат на качествен контрол и няма доказателства за реалната наличност и дозировка на техните активни съставки.
- Липсват доказателства, че приемът им води до подобряване на резултатите от лечението на онкологичното заболяване.

!!!



NB!: Не бива да се приемат добавки,
без знанието на лекуващия терапевт!

Какви нежелани лекарствени реакции да очакваме?

- Не всеки развива нежелани лекарствени реакции (НЛР). Кои от тях ще получите зависи от вида и дозата химиотерапия и дали имате други придружаващи заболявания.
- Най-честите наблюдавани НЛР са:

Промени в кръвната картина	Промени в апетита	Запек/Диария	Умора	Загуба на окосмяване
Промени в нервната система	Промени в кожата и ноктите	Инфекция/Гъбични инфекции	Кървене	Задържане на течности/АХ
Безплодие/Сексуални промени	Гадене и повръщане	Промени в устната кухина и гърлото	Болка	Промени в очите

Загуба на окосмяване

При лечение на рак на дебелото черво медикаментите, които се използват, рядко водят до загуба на окосмяване и респективно алопеция (оплешивяване).

Промени в кръвната картина

Химиотерапевтиците оказват влияние върху бързо делящите се клетки, каквито са клетките на кръвните редици. Промените в кръвната картина, наблюдавани по време на лечението, се следят от вашия лекуващ онколог и биват третиран специфично.

Не опитвайте да лекувате самостоятелно промените в кръвната ви картина!

Билките и хранителните добавки могат да доведат до допълнителни нарушения в общото ви състояние.

Промени в апетита

Химиотерапията може да предизвика промени в апетита - поради гадене, промени по лигавиците на устата и гърлото и промени във вкусовите рецептори.

Важно е да се храните добре, дори когато нямате апетит! Това включва консумация на храни, богати на протеини, витамини и калории. Храненето помага на тялото в борбата с инфекцията и възстановяването на увредените от химиотерапията тъкани. Лошото хранене може да доведе до загуба на тегло, слабост и умора.

Промени в апетита

Начини за контрол:

- Няма лекарство за подобрене на апетита!
- Избирайте храни и напитки с високо съдържание на калории и протеини – при нужда може да добавите протеин на прах към нормалното хранене.
- Консумирайте течни храни при увреждане на лигавицата на устната кухина
- Някои видове химиотерапия може да оставят метален вкус в устата ви - храненето с пластмасови прибори може да ви помогне да намалите усещането за метален вкус.

Умора

- Умората след химиотерапия може да варира от лека до екстремна - усещане за слабост, изтощение, отпадналост, тежест или забавяне на реакциите. Умората може да бъде причинена от самата химиотерапия, усилията, свързани с честите посещения при лекар, или чувства като стрес, тревожност и депресия.
- Умората може да се дължи на:
 - Анемия;
 - Болка, безсъние;
 - Промени в апетита;
 - Инфекции.

Умора

- Начини за контрол:
 - Хранете се правилно -5 до 6 малки порции, а не 3 големи хранения дневно. Наблягайте на здравословно и пълноценно хранене с всички хранителни групи.
 - Бъдете активни. Изследвания показват, че физическите упражнения може да облекчат умората и да ви помогнат да спите по-добре през нощта. Опитайте се да направите 15-минутна разходка, правете йога или карайте колело.
 - Опитайте се да спите по 8 часа на ден. Това може да е повече сън, отколкото ви е бил необходим преди химиотерапията. Един от начините да спите по-добре през нощта е да бъдете активни през деня. При нужда могат да ви бъдат назначени медикаменти.
 - Намалете работните и домашни задължения.

Диария

- Диарията - чести изхождания, които могат да бъдат меки, безформени или воднисти. Химиотерапията може да предизвика диария, защото уврежда здрави клетки в лигавицата на червата.
- Начини за контрол:
 - Консумирайте малки порции;
 - Компенсирайте загубите на натрий и калий - банани, портокали, нектар от праскови и кайсии, варени картофи или картофено пюре.
 - Пийте от 8 до 12 чаши бистри течности дневно. Избягвайте газирани напитки.

Диария

- Начини за контрол:
 - Консумирайте храни, бедни на фибри. Богатите на фибри храни може да влошат диарията. Бедни на фибри храни са банани, бял ориз, бял хляб.
 - **Не отлагайте лечението на диарията!** Уведомете вашия лекар, ако диарията ви продължава повече от 24 часа или е придружена от болка и спазми. Вашият лекар може да ви предпише лекарство за контрол на диария. Може да се наложи да бъдете включени на интравенозна система за възстановяване баланса на течности и хранителни вещества.

Запек

Запекът се характеризира с по-рядко изхождане в сравнение с нормалния индивидуален ритъм на твърди, сухи и трудно преминаващи изпражнения. Може да чувствате болезнена перисталтика, подуване или гадене.

Химиотерапевтиците, някои болкоуспокояващи лекарства, грешки в хранителния режим и недостатъчен прием на течности могат да доведат до запек.

Запек

Начини за контрол:

- Пийте поне литър и половина течности на ден. От полза могат да бъдат и плодови сокове, сок от сливи, топли течности на гладно (кафе/чай).
- При продължителен запек се консултирайте с личния си лекар или лекуващия онколог, който да ви изпише подходяща терапия.
- Не се опитвайте сами да лекувате възникналата констипация!

Промени в нервната система

Химиотерапията, прилагана при лечение на КРК, често е базирана на Оксалиплатинови режими. Оксалиплатината може да увреди нервната система, като промените са бавно обратими след приключване на лечението и в зависимост от неговата продължителност. Симптомите може да включват:

- Мравучкане, парене, слабост или изтръпване в ръцете или краката;
- Усещане за студ по крайниците;
- Болка при ходене, тремавост и загуба на равновесие;
- Проблеми при вдигането на предмети или закопчаване на дрехите.

Промени в нервната система

Начини на контрол:

- Носете ръкавици, когато работите в градината, готвите или миете съдове;
- Носете удобни и топли обувки;
- Избягвайте приема на студени храни и течности;
- Избягвайте пряк контакт със студени предмети;
- Носете шапка, шал и ръкавици при студено време;
- При тежки усложнения, уведомете лекуващия онколог, който да предприеме необходимите промени в лечението.

Гадене и повръщане

Гаденето и повръщането могат да се появят, докато получавате химиотерапия, непосредствено след това или много часове или дни след приключването.

Начини на контрол:

- Прилагат се антиеметици, или лекарства против гадене. Те биват назначавани от вашият химиотерапевт. Ако дадено лекарство против гадене не ви действа, вашият лекар може да го смени. Може да се наложи да приемате повече от един вид лекарство против гадене.
- Поемайте малки порции. Не поемайте течности, докато се храните. Не лягайте непосредствено след хранене.
- Опитайте смучене на кубчета лед.

Гадене и повръщане

Начини на контрол:

- Опитайте се да консумирате неовкусени, лесно смилаеми храни и напитки, които не разстройват стомаха.
- Планирайте, кога да се храните и консумирате напитки. Някои хора се чувстват по-добре, когато поемат лека закуска преди химиотерапия, а други, ако провеждат лечението на празен стомах (което означава да не се храните 2 до 3 часа преди начало му). След лечение изчакайте поне 1 час преди да се храните или пиете.
- Консумирайте топли или хладки (не горещи или студени) храни и напитки.
- Избягвайте храни и напитки със силен аромат. Това са кафе, риба, лук, чесън и готвени храни.
-

Инфекции

Някои видове химиотерапия затрудняват производството на нови бели кръвни клетки от костния мозък. Белите кръвни клетки помагат на тялото да се пребори с инфекциите. Следователно е важно да се избягват инфекции, тъй като химиотерапията води до понижаване на имунитета.

Начини за контрол:

- Вашият онколог следи броя на белите кръвни клетки по време на пълния курс на лечение. Ако съществува вероятност химиотерапията силно да понижи броя им, той ще изпише превантивно лечение.
- Важно е да следите за признаци на инфекция. При повишаване на температурата над 38 градуса повече от един ден, е важно да се направи изследване на пълната кръвна картина, за да се изключи неутропения.

Инфекции

Начини за контрол:

- Ако след еднократен прием на нестероиден противовъзпалителен медикамент (парацетамол), температурата се повиши отново, се свържете с лекуващия лекар.
- Мийте ръцете си често със сапун и вода. Носете със себе си дезинфектант за ръце за случаите, когато не сте в близост до сапун и вода. Използвайте дезинфекциращи кърпички.
- Избягвайте обществени места и контакт с много хора. Стойте далеч от деца, които току-що са получили ваксина с жив вирус против варицела или полиомиелит.

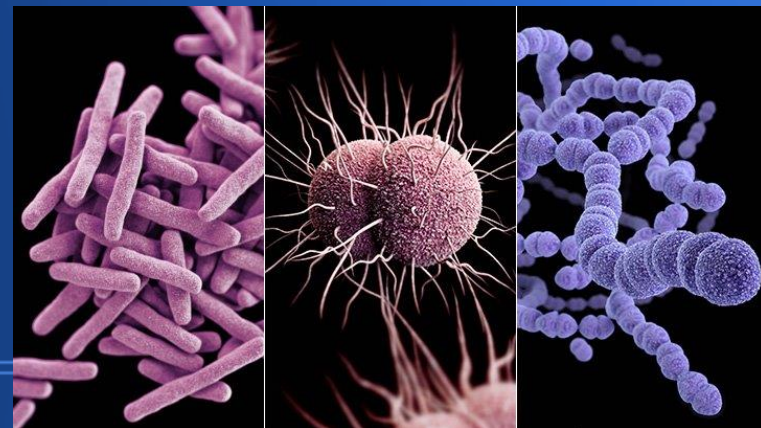
Инфекции

Начини за контрол:

- Поддържайте добра устна хигиена. Използвайте много мека четка за зъби.
- Консултирайте се с вашия лекар, преди да отидете на зъболекар.
- Не се подлагайте на противогрипни или други ваксини, без да се консултирате с вашия лекар. Някои ваксини съдържат живи вируси, на които не трябва да се излагате.

Използвайте предпазни маски за лице за еднократна употреба.

Сменяйте ги редовно – на 4 часа.



Промени в кожата и ноктите

Някои видове химиотерапия и таргетна терапия за КРК, може да увредят бързо делящите се клетки на кожата и ноктите. Макар че тези промени може да бъдат болезнени и неприятни, повечето са незначителни и не налагат лечение.

Промените могат да бъдат:

- Сърбеж, сухота, зачервяване, обриви и лющене
- Промени по вените
- Чувствителност към слънцето, фотосензибилизация.
- Промени по ноктите – потъмняване, пожълтяване и чупливост.

При по-сериозни реакции, като уртикария с внезапен и тежък сърбеж (алергия), мехури и кори, не заздравяващи рани крусти и макуло-папулозен обрив, потърсете лекарска помощ.

Промени в кожата и ноктите

Начини на контрол:

- Взимайте си бърз душ или вана, а не дълги, горещи вани. След къпане се подсушавайте с потупващи движения (а не с търкане). Мийте се с мек, овлажняващ сапун – детски.
- Нанасяйте крем или лосион, докато кожата ви е още влажна след измиване.
- Избягвайте директна слънчева светлина. Не стойте на слънце между 10.00 и 16.00 ч.
- Използвайте слънцезащитен лосион с SPF (фактор на защита на кожата) 30 или по-висок. Използвайте кремове, блокиращи слънчевите лъчи, като тези с цинков оксид.
- Използвайте продукти за заздравяване на ноктите.

Кожна токсичност

NB! Някои от таргетните агенти използвани при метастатично заболяване водят до характерни макуло-папулозни обриви, за които вашият онколог ще ви предупреди и ще ви изпише профилактична терапия, както и лечебна такава.



Болка

Някои видове химиотерапия причиняват болезнени нежелани реакции, включващи парене, изтръпване и мравучкане или остри болки в ръцете и краката. Възможна е появата на афти в устната кухина, главоболие, мускулни и стомашни болки.

Болката може да бъде причинена от самото раково заболяване или от химиотерапията.

Начини на контрол:

- **Болкоуспокояваща терапия се изписва само от лекар! Не се самолечувайте!**
- Обезболяваща терапия се изписва от: личен лекар, онколог, анестезиолог, невролог, неврохирург, център за палиативни грижи.

Болка

Начини на контрол:

- Взимайте болкоуспокояващото си лекарство редовно (по часовник), дори когато не изпитвате болка. Това е особено важно, когато изпитвате болка през повечето време.
- Не пропускайте дози от болкоуспокояващото лекарство. Болката става по-трудна за контрол, ако изчакате, докато изпитвате силна болка, преди да приемате лекарства.
- Уведомете вашия лекар, медицинска сестра или специалист по болка, ако болката ви се промени. Вашата болка може да се променя в течение на лечението. Когато това се случи, може да се наложи смяна на болкоуспокояващите ви лекарства.

Безплодие/Сексуални промени

Някои видове химиотерапия може да предизвикат сексуални промени. Те са различни за жените и мъжете:

- Ранна менопауза;
- Импотентност;
- Промени в либидото;
- Безплодие.

Особено важно е да използвате контрацепция по време на ХТ. Не използвайте лекарства, стимулиращи сексуалното либидо, преди консултация с лекуващия лекар.

Проследяване на пациентите, оперирани от рак на дебелото и правото черво

- Клиничен преглед - 3-6м
- Ехография на коремни органи - 3-6м. Незадължително при проведен скенер.
- Туморни маркери (СА19-9,СЕА): на всеки 3 месеца за първите 2 г. В последствие на всеки 6 месеца от втората до петата година. След петата година – веднъж годишно.
- КТ: на 3м първата година и на всеки 6м до петата година.
- ПЕТ/КТ: При негативен резултат на обикновен КТ и повишен туморен маркер.
- Фибро-колоноскопия: 3-6 месеца след операцията (ако не е направена пълна ФКС преди операцията), след това на 12м и на 3г, освен ако не се открие патология

БЛАГОДАРЯ ЗА ВНИМАНИЕТО!

Въпроси?

