



ОНКОЛОГИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР ИМЕНИ
Н.П. НАПАЛКОВА

ОСЛОЖНЕНИЯ И ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ ЛЕКАРСТВЕННОЙ ТЕРАПИИ: КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ И КАК БОРОТЬСЯ

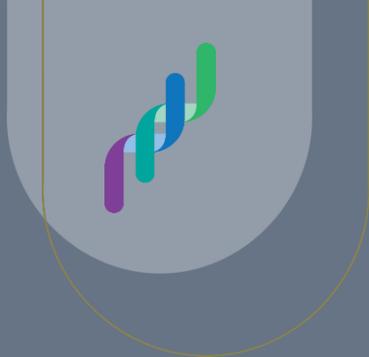
врач-онколог поликлинического отделения

К.М.Н.

Макаркина М.Л.

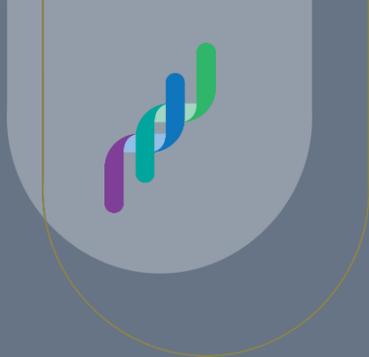
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ/25





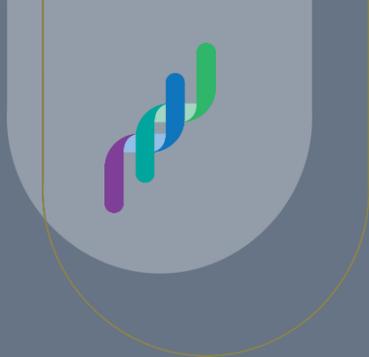
ВИДЫ ЛЕКАРСТВЕННОЙ ТЕРАПИИ

- гормонотерапия
- химиотерапия
- иммунотерапия
- таргетная терапия



ОСНОВНЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ ХИМИОТЕРАПИИ

- тошнота, рвота
- кожная токсичность
- слабость
- нарушение стула
- стоматит
- фебрильная нейтропения
- анемия
- тромбоцитопения
- выпадение волос (алопеция)
- воздействие на сердечно-сосудистую систему
- периферическая полинейропатия

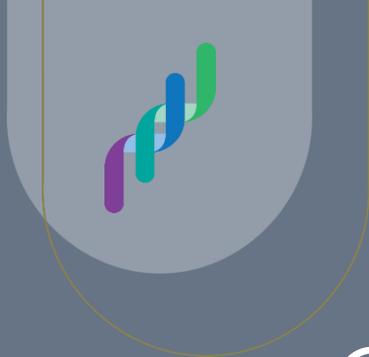


ТОШНОТА, РВОТА

тошнота (чаще) и рвота (реже) являются одними из частых побочных эффектов лекарственной терапии и существенно ухудшают качество жизни

ВИДЫ ТОШНОТЫ:

- острая
- отсроченная
- условно-рефлекторная
- неконтролируемая
- рефрактерная



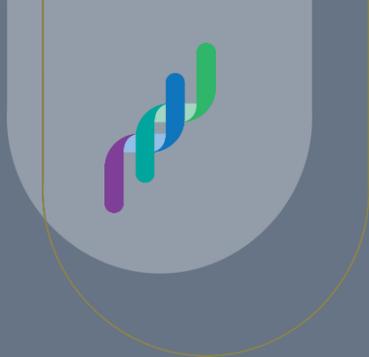
ОПРЕДЕЛЕНИЕ СТЕПЕНИ ТЯЖЕСТИ ТОШНОТЫ

- I степень – потеря аппетита без изменения обычной диеты
- II степень – снижение приема пищи без значимого снижения веса, дегидратации или недостаточности питания
- III степень – недостаточное потребление калорий или пищи, необходимость зондового питания, парентерального питания или госпитализации



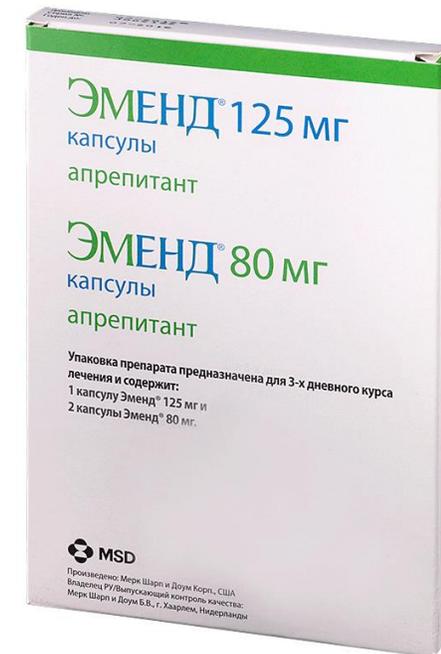
ЧТО Я МОГУ СДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ СНИЗИТЬ ОЩУЩЕНИЕ ТОШНОТЫ?

- обязательно принимайте противорвотные препараты, назначенные лечащим врачом
- пейте жидкость не менее чем за час до приема пищи, маленькими глотками, медленно, часто. За сутки желательно выпивать не менее 1,5-2 л. жидкости
- постарайтесь разделить прием пищи на небольшие порции – до 5-6 раз в сутки. Тщательно пережевывайте пищу, чтобы она легче переваривалась. Избегайте резких запахов (табака, духов, жареной пищи). Перед началом химиотерапии лучше немного поесть
- пейте холодные, прозрачные, неподслащенные фруктовые соки (яблочный или виноградный сок) или слегка газированные прохладительные напитки, не содержащие кофеина, выпустив предварительно углекислый газ
- можно отвлекать себя жевательными резинками, карамелью с кислым вкусом, солеными и кислыми продуктами. Они могут помочь существенно снизить выраженность тошноты/рвоты
- когда вы почувствуете надвигающуюся тошноту, дышите спокойно, медленно и глубоко. При возможности выйдите на свежий воздух
- постарайтесь отвлечь свое внимание на общение с близкими, чтение книги, шитье, просмотр фильмов
- отдохните, но в течение двух часов после еды не ложитесь, иначе возможен заброс содержимого желудка в пищевод, а это может усилить тошноту и вызвать изжогу



«АПТЕЧКА»

- апрепитант, фосапрепитант, нетупитант + палонсетрон (Акинзео), оланзапин
- ондасетрон
- метоклопрамид



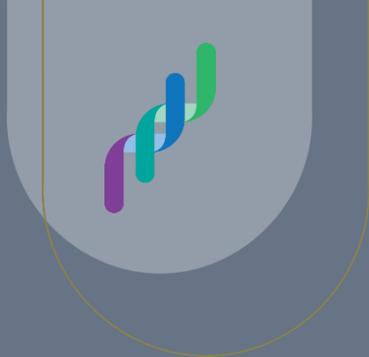


КОЖНАЯ ТОКСИЧНОСТЬ

кожная сыпь может возникать на фоне химиотерапии. Чаще всего локализуется на лице, верхней половине туловища и спине, иногда распространяясь на конечности

какие реакции могут быть?

- покраснения
- шелушение
- изменения цвета кожных покровов
- сухость, сыпь (мелкоточечная, угревая)
- потемнение ногтей или, наоборот, пожелтение. Также ногти становятся хрупкими или треснувшими, на них могут образоваться линии или борозды



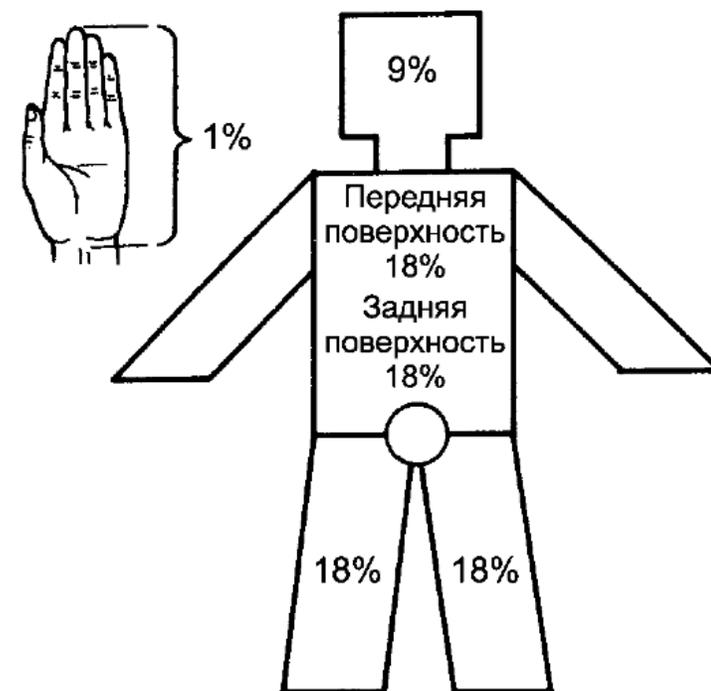
большинство этих проблем не представляет собой серьезной опасности для здоровья, но некоторые из них требуют особого внимания и немедленного медицинского вмешательства. Важно, что со временем у большинства пациентов кожные реакции ослабевают, а после пропуска введения препарата или снижения его дозы значительно уменьшаются

симптомы, с которыми нужно обратиться за помощью:

- неожиданный сильный зуд кожи
- сильная сыпь или волдыри
- проблемы с дыханием, свист в груди

ОПРЕДЕЛЕНИЕ СТЕПЕНИ ТЯЖЕСТИ:

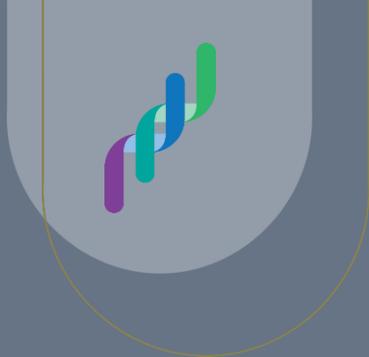
- I степень – поражение менее 10% площади поверхности тела
- II степень – 10-30% площади поверхности тела
- III степень – более 30% площади поверхности тела
- IV степень – любая площадь поверхности тела, связанная с инфекцией, требует назначения системных антибиотиков, жизнеугрожающее состояние





УМЕНЬШЕНИЕ ВЫРАЖЕННОСТИ КОЖНОЙ ТОКСИЧНОСТИ

- ежедневно наблюдайте за состоянием кожи и слизистых, чтобы контролировать зону распространения
- тщательно очищайте кожу лица и следите за тем, чтобы кожа не была сухой. Пользуйтесь кремом, маслом или молочком для тела
- не давите образовавшиеся угри
- не лежите в горячей ванне, принимайте душ. Долгое лежание в ванне сушит кожу. Используйте увлажняющий гель для душа или мыло
- в случае зуда вам могут помочь препараты, используемые для лечения аллергии. Посоветуйтесь со своим лечащим врачом
- носите одежду из хлопка, мягкие тапочки и толстые носки



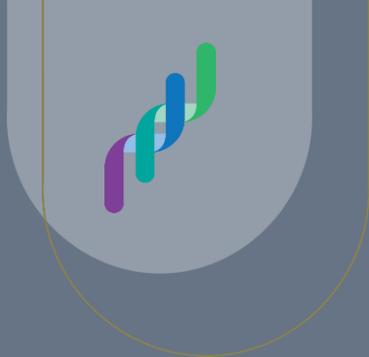
УМЕНЬШЕНИЕ ВЫРАЖЕННОСТИ КОЖНОЙ ТОКСИЧНОСТИ

- в аптеке продаются средства для укрепления ногтей, которые можно использовать для лечения хрупких и треснувших ногтей. Но помните, что они могут оказать раздражающее воздействие на кожу и ногти, поэтому следите за руками
- сообщите врачу, если в области ногтей появляется покраснение, боль или другие изменения
- надевайте защитные перчатки, когда работаете в саду, моете посуду или убираетесь по дому
- для предотвращения вызванных солнечным излучением повреждений пользуйтесь кремами с защитным фактором (SPF) 50 или выше, бальзамом для губ с защитным фактором
- находясь на солнце, надевайте хлопчатобумажную рубашку с длинными рукавами, длинные брюки и широкую шляпу или шапку, особенно в случае, если у вас выпали волосы

«АПТЕЧКА»

- увлажняющие кремы (с мочевиной)
- топические кортикостероиды
- антигистаминные препараты
- системные кортикостероиды (при 2-3 степени токсичности)
- ДОКСИЦИКЛИН
- мазь с антибиотиком



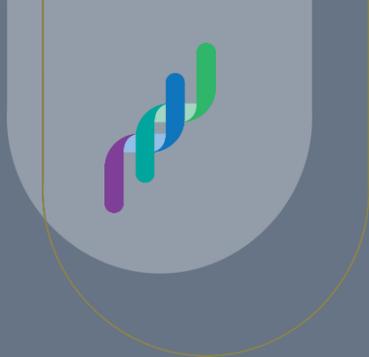


ЛАДОННО-ПОДОШВЕННЫЙ СИНДРОМ (ЛПС)

токсическая реакция с проявлением на коже ладоней и подошв, возникающая в результате применения цитостатиков.

определение степени тяжести:

- I степень – минимальные клинические проявления: эритема, отек, гиперкератоз. Нет боли. Нет нарушения повседневной активности.
- II степень – умеренные клинические проявления: шелушение, трещины, пузыри, кровоподтеки, отек, гиперкератоз. Контактная болезненность. Ограничение повседневной активности (приготовление еды, обращение с предметами, работа по дому).
- III степень – выраженные клинические проявления: шелушение, трещины, пузыри, кровоподтеки, отек, гиперкератоз. Болезненность. Ограничение самообслуживания (умывание, туалет, одевание и раздевание, прием лекарств), физической активности (ходьба).



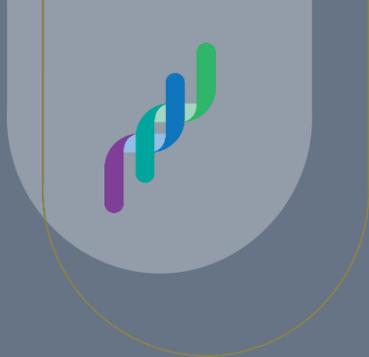
ФАКТОРЫ РИСКА:

- противоопухолевый препарат, доза, длительность инфузии, комбинация двух и более препаратов;
- возраст < 65 лет;
- женский пол;
- нарушения почечной функции;
- нарушение печеночной функции;
- сопутствующие кожные заболевания (себорея, гипергидроз, дерматиты);
- алкоголизм;
- перегревание тела (горячие водные процедуры, активная физическая нагрузка, климат);
- повышенная кровоточивость;
- ожирение (повышенное давление на подошвы, трение в местах физиологических складок, сгибов).



УМЕНЬШЕНИЕ ВЫРАЖЕННОСТИ КОЖНОЙ ТОКСИЧНОСТИ

- систематически самостоятельно осматривать кожу ладоней и подошв;
- ежедневное мыть ноги теплой водой (утром и вечером);
- регулярно наносить на кожу ладоней и подошв увлажняющие, смягчающие кремы – как минимум 2 раза в день (за 3–5 дней до начала и во время противоопухолевой терапии, особенно после ванны, перед сном): – антиоксидантный гель-пленку; – кератолитические кремы с мочевиной 10 %; – возможно использование лечебно-косметических средств с более низкой концентрацией мочевины – 2–5 %;
- удалить загрубевшие участки кожи, мозоли (желательно аппаратным методом в подологическом кабинете); с
- самостоятельно использовать только мягкие пилинги для обработки кожи стоп, ванночки с морской солью, натуральную неабразивную мочалку – не чаще одного раза в неделю;



УМЕНЬШЕНИЕ ВЫРАЖЕННОСТИ КОЖНОЙ ТОКСИЧНОСТИ

- носить только хлопчатобумажное белье (толстые носки, перчатки) и комфортную обувь, исключая чрезмерное сжатие стопы. Обувь должна быть из натуральных материалов, хорошо вентилируемая (исключить кроссовки), с мягкими (ортопедические) стельками;
- при принятии водных процедур использовать теплую воду, мягкое (жидкое) мыло, промокать (не растирать!) кожу мягким полотенцем;
- ограничить или по возможности исключить занятия спортом, длительные пешие прогулки, но при этом стараться часто изменять позицию стопы;
- по возможности ограничить активные виды деятельности с использованием пальцев рук (клавиатура компьютера, клавишные инструменты, оборудование, требующее плотного захвата (музыкальные инструменты, теннисная ракетка и т.д.);
- выполнять работу лучше сидя;
- обеспечить себе полноценное питание, богатое нутриентами, витаминами и минералами. Особенно важно потреблять продукты, богатые кальцием, железом, цинком, витаминами А, Е и омега-3 жирными кислотами;
- обеспечить адекватную гидратацию для предотвращения сухости кожи: 8–12 стаканов воды в день (если нет противопоказаний).



«АПТЕЧКА»

для уменьшения степени выраженности I и II степени могут быть применены нижеперечисленные препараты. Однако, до начала лечения необходимо обсудить необходимость их применение с лечащим врачом

- увлажняющие кремы
- кератолитические кремы (кремы с мочевиной)
- глюкокортикоиды, применяемые в дерматологии
- обезболивающие средства (лидокаин спрей, лидокаин гель)



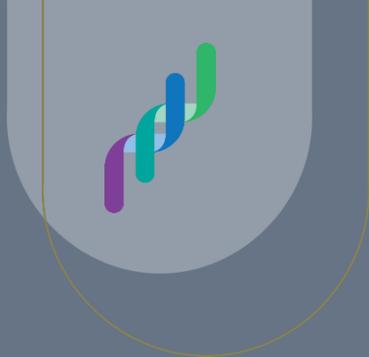
СЛАБОСТЬ

слабость может стать эмоциональной проблемой как пациентов, так и близких, осуществляющих за ними уход. Это состояние может оказывать влияние на социальную и финансовую стороны жизни пациента

определение степени тяжести слабости

- I степень – слабость проходит после отдыха
- II степень – слабость не проходит после отдыха, ограничивает повседневную активность
- III степень – слабость не проходит после отдыха, ограничивает повседневную активность и способность к самообслуживанию





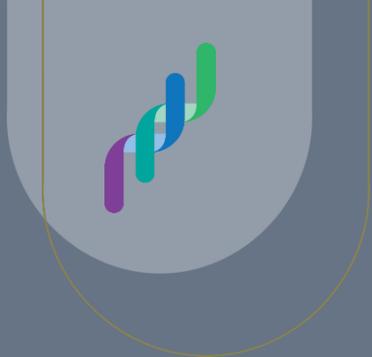
КАК Я МОГУ БОРОТЬСЯ С УСТАЛОСТЬЮ?

- переделайте свой распорядок дня таким образом, чтобы он подходил к вашим периодам подъема и упадка.
- хорошо питаетесь и пейте больше жидкости.
- спите по одному часу несколько раз в течение дня.
- активность
- спите по ночам как можно больше. Постарайтесь слушать успокаивающую музыку, периодически позволяйте себе принимать теплую ванну. Не пользуйтесь будильником, если это возможно.
- избегайте употребления кофеина после обеда и вечером. Действие кофеина может продлиться несколько часов и помешать вам уснуть. Не стесняйтесь привлекать друзей и родственников к необходимой домашней работе.
- сообщите врачу обо всех лекарственных препаратах, которые вы принимаете, включая безрецептурные средства, растительные препараты, витаминные добавки.
- избегайте злоупотребления алкоголем, проведите коррекцию своего питания (при необходимости обратитесь к нутрициологу)
- причиной возникновения слабости, также может быть тревожное состояние или депрессия. Не стесняйтесь обращаться за помощью к специалистам. Своевременное обращение может уменьшить проявления усталости.



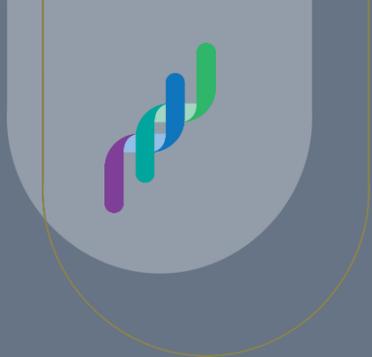
КАК Я МОГУ БОРОТЬСЯ С УСТАЛОСТЬЮ?

- переделайте свой распорядок дня таким образом, чтобы он подходил к вашим периодам подъема и упадка. Ведите дневник о своем самочувствии
- хорошо питаетесь и пейте больше жидкости.
- спите по одному часу несколько раз в течение дня
- активность улучшает кровообращение и придает вашему телу больше энергии. По мере сил совершайте прогулку и элементарные физические упражнения
- спите по ночам как можно больше. Постарайтесь слушать успокаивающую музыку, периодически позволяйте себе принимать теплую ванну. Не пользуйтесь будильником, если это возможно



«АПТЕЧКА»

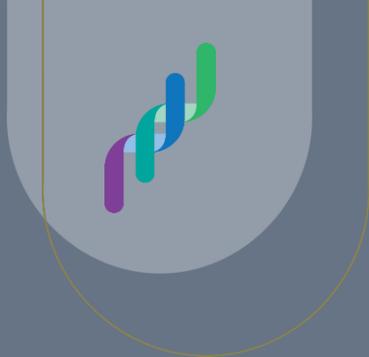
- физические упражнения, умеренная физическая активность
- психосоциальная поддержка
- антидепрессанты
- стероиды (только при назначении врача!)



НАРУШЕНИЕ СТУЛА

определение степени тяжести диареи

- I степень – учащение стула менее 4 раз в день
- II степень – учащение стула до 4 - 6 раз в день;
- III степень – учащение стула 7 и более раз в день; недержание стула; необходимость госпитализации;
- IV степень – жизнеугрожающие осложнения, необходима неотложная терапия



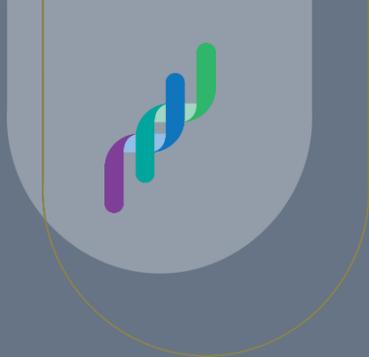
КАК Я МОГУ УМЕНЬШИТЬ ВЫРАЖЕННОСТЬ ДИАРЕИ?

- пейте много жидкости. Предпочтительно комнатной температуры. Из газированных напитков выпустите газ до их употребления
- ешьте в маленьких количествах и часто
- ограничьте употребление продуктов в сыром виде (сырые овощи и фрукты), кисломолочных продуктов, мороженого, квашеных продуктов
- ешьте продукты, которые содержат мало остаточных веществ, например, белый хлеб, белый рис и лапшу, тушеные или вареные фрукты без кожуры, яйца, картофельное пюре или вареную картошку без кожуры, овощное пюре, мясо курицы или индюка без кожицы, рыбу
- не стоит употреблять пищу, богатую остаточными и волокнистыми веществами, которая может обострить понос и вызвать спазмы желудка, например, хлеб с зернами, каши, свежие овощи, фасоль, орех, семена, попкорн, свежие или сушеные фрукты
- до того, как попробовать лекарства от поноса, посоветуйтесь с врачом. Неправильно выбранное лекарство может ухудшить ваше состояние
- при неэффективности лечебных мероприятий крайне важно связаться с врачом/ вызвать участкового врача/ скорую помощь

«АПТЕЧКА»

- Имодиум
- Смекта
- Лоперамид





КОПРОСТАЗ (ЗАПОР)

СИМПТОМЫ:

- Ранние: затруднение процесса дефекации и боль при опорожнении кишечника, метеоризм
- Более выраженные симптомы: вздутие живота, диарея, вследствие переполнения кишечника, тошнота, рвота, отсутствие аппетита

определение степени тяжести запора

- I степень – периодические или редкие проявления; редкое применение препаратов, изменяющих консистенцию стула или слабительных, клизмы; изменение диеты
- II степень – персистирующие симптомы с регулярным использованием препаратов, изменяющих консистенцию стула или слабительных, клизмы; ограничение повседневной активности
- III степень – запоры с необходимостью ручной эвакуации, ограничивающие повседневную активность и способность к самообслуживанию
- IV степень – жизнеугрожающие осложнения, необходима неотложная терапия



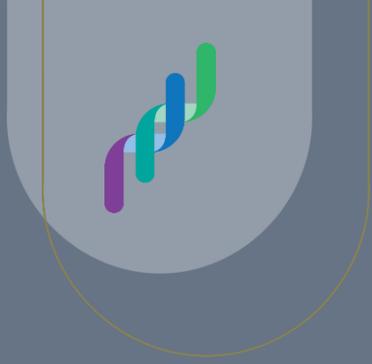
КАКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ Я МОГУ ВЫПОЛНЯТЬ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ, ЧТОБЫ СПРАВИТЬСЯ С ЗАПОРОМ?

- пейте много напитков, не содержащих кофеина. Лучше всего – воду, воду с лимоном или травяной чай.
- как можно больше двигайтесь. При возможности совершайте регулярные прогулки. Движение помогает стимулировать работу кишечника.
- избегайте пищи и напитков, вызывающих газообразование или запор: капуста, брокколи, сыр, яйца и газированные напитки.
- добавьте в свой рацион отруби или волокнистые слабительные. Добавляйте их постепенно, пейте достаточно жидкости.



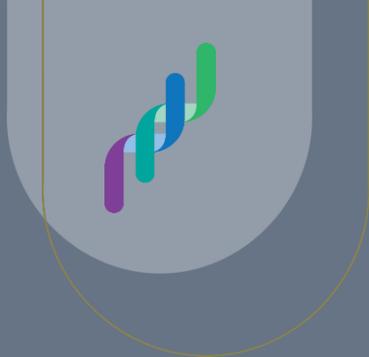
КАКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ Я МОГУ ВЫПОЛНЯТЬ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ, ЧТОБЫ СПРАВИТЬСЯ С ЗАПОРОМ?

- ешьте пищу, богатую волокнистыми веществами, например, растительные блюда, овощи, фасоль. Волокнистые вещества способствуют продвижению каловых масс по кишечнику
- ешьте чернослив и пейте напитки, изготовленные из чернослива. Чернослив – это природное слабительное, очень богатое волокнистыми веществами. Каждое утро и каждый вечер выпивайте стакан сока, изготовленного из чернослива
- вызовите врача на дом или скорую помощь, если у вас появилась острая боль в животе или если у вас не было стула в течение нескольких дней. До того, как применять слабительные свечи, слабительные (за исключением волокнистых веществ), смягчители стула или клизму, посоветуйтесь с врачом. Неправильное лечение может ухудшить ваше состояние. Некоторые лечебные приемы нельзя применять при низких лейкоцитах



«АПТЕЧКА»

- слабительные препараты
- очистительная клизма
- при запущенных симптомах, может потребоваться госпитализация и консультация узкого специалиста для исключения кишечной непроходимости (может возникать на фоне распространения опухолевого процесса)



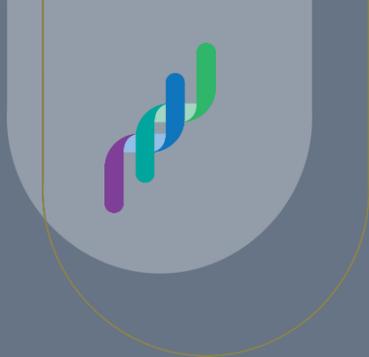
СТОМАТИТ (ВОСПАЛЕНИЕ В ПОЛОСТИ РТА)

признаки стоматита:

- «пощипывание»
- покраснение слизистой оболочки полости рта,
- болезненность при употреблении пищи,
- отечность языка, десен,
- мелкие пузырьки,
- жжение, дискомфорт.

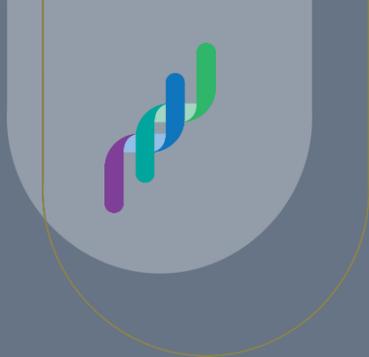
определение степени тяжести стоматита

- I степень – симптомов нет или невыраженные; вмешательство не требуется
- II степень – умеренная боль, не влияющая на потребление пищи, необходимо изменение диеты
- III степень – выраженная боль, влияющая на потребление пищи через рот
- IV степень – жизнеугрожающие осложнения, необходима неотложная терапия



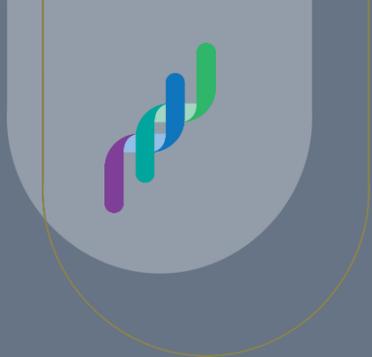
КАКИМИ МЕТОДАМИ МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ ДАННОЕ СОСТОЯНИЕ?

- санация ротовой полости (лечение зубов, десен) до начала химиотерапии
- рассасывание кусочков льда за 10-15 минут до и во время химиотерапии
- систематическая оценка состояния слизистой оболочки полости рта



ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ ПРИ ЛЕЧЕНИИ СТОМАТИТА?

- диета с включением в рацион мягкой, теплой, не раздражающей, термически обработанной пищи.
- использование соломинки для питья.
- чистка зубов в период бодрствования каждые 6 часов зубной щеткой с мягкой щетиной (только зубы, не задевая десны).
- полоскание ротовой полости каждые 2-3 часа не менее 8 раз в день. Между полосканиями смазывайте слизистые оболочки, язвочки облепиховым маслом, солкосерилом.
- для полоскания полости рта можно использовать теплые отвары ромашки, календулы, тысячелистника. Из аптечных растворов возможно использование Тантум-Верде – раствора для наружного применения – 1 столовая ложка каждые 1,5-3 часа.
- применение раствора ОКИ
- при наличии на слизистой оболочке полости рта высыпаний, налетов, язвочек необходимо применять болтушку (500 мл фурацилина + 10 таблеток нистатина + 5 таблеток метилурацила). Полоскать каждые 2-3 часа, но не пить!!! При выраженных болях можно попробовать применить лидокаин для орошения полости рта, альмагель А. Если терапия не помогает, обязательно свяжитесь с врачом!
- от приема чая или кофе в этот момент стоит воздержаться, т.к. эти напитки вызывают сухость ротовой полости, тем самым усиливая воспаление.
- проверяйте свою полость рта и язык каждый день. При улучшении состояния слизистой оболочки полости рта продолжайте уже начатые процедуры до полного исчезновения признаков стоматита.



«АПТЕЧКА»

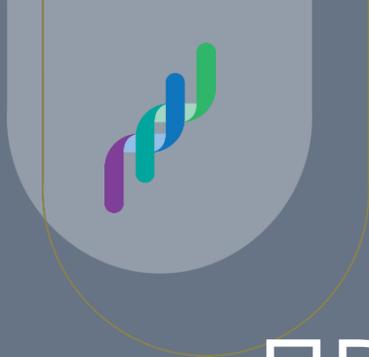
- Тантум Верде
- Стоматофит
- ОКИ раствор
- **ИСКЛЮЧИТЬ!** Хлоргексидин



ФЕБРИЛЬНАЯ НЕЙТРОПЕНИЯ

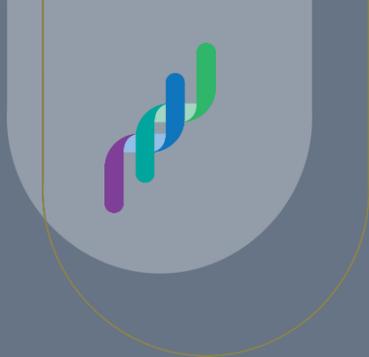
определение степени тяжести нейтро- и лейкопении:

- I степень – снижение уровня лейкоцитов до $3,0 \times 10^9/\text{л}$, нейтрофилов до $1,5 \times 10^9/\text{л}$
- II степень – снижение уровня лейкоцитов $3,0 - 2,0 \times 10^9/\text{л}$, нейтрофилов $1,5 - 1,0 \times 10^9/\text{л}$
- III степень – снижение уровня лейкоцитов $2,0 - 1,0 \times 10^9/\text{л}$, нейтрофилов $1,0 - 0,5 \times 10^9/\text{л}$
- IV степень – снижение уровня лейкоцитов менее $1,0 \times 10^9/\text{л}$, нейтрофилов менее $0,5 \times 10^9/\text{л}$



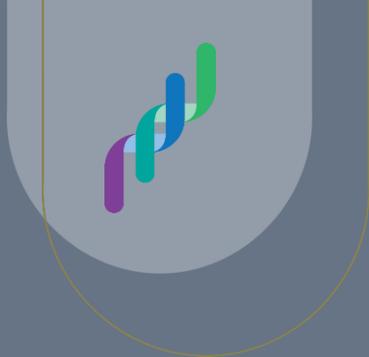
ПРИЗНАКИ ФЕБРИЛЬНОЙ НЕЙТРОПЕНИИ:

- температура выше 38 °С;
- озноб, потливость;
- тенденция к снижению артериального давления (необычное для Вас низкое артериальное давление);
- расстройство желудка;
- частое или болезненное мочеиспускание;
- сильный кашель или боль при глотании;
- диарея (понос), особенно частый и интенсивный;
- необычное раздражение или зуд во влагалище;
- покраснение, отеки и болезненность вокруг ран, язв, стом, швов, порт-системы;
- боль и давление в гайморовых полостях (расположены на лице по бокам от носа);
- резкая ушная боль, сильная головная боль или болезненное напряжение шеи (особенно невозможность наклонить голову вперед);
- волдыри на губах и на коже;
- язвы во рту;
- длительная, выраженная, нарастающая со временем слабость;
- резкая одышка;
- резко возникшее сердцебиение.



КАКИМИ МЕТОДАМИ МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ ДАННОЕ СОСТОЯНИЕ?

- часто мойте руки в течение всего дня.
- избегайте контакта с людьми, болеющими простудными заболеваниями
- избегайте посещения многолюдных мест.
- избегайте контактов с детьми, которым недавно сделали прививку (не пробу Манту) – для людей с ослабленной иммунной системой они могут быть опасны.
- делая маникюр, никогда не удаляйте кожу вокруг ногтей.
- будьте внимательны с острыми предметами (ножницы, ножи, иголки), чтобы нечаянно не порезаться.
- вместо станка пользуйтесь электрической бритвой. Заботьтесь о гигиене своего рта! Чистите зубы регулярно и при помощи мягкой зубной щетки. Меняйте свою зубную щетку раз в 4 недели. Если у вас во рту была инфекция, замените зубную щетку, чтобы не заразиться снова.
- не выдавливайте и не царапайте прыщи.



КАКИМИ МЕТОДАМИ МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ ДАННОЕ СОСТОЯНИЕ?

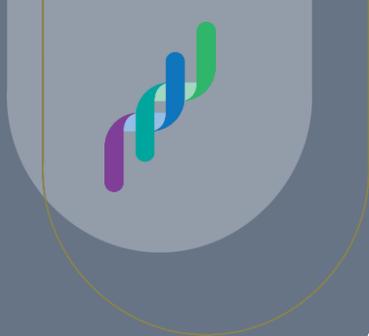
- каждый день принимайте теплую (не горячую) ванну или душ.
- вытирайте кожу нежно, не трите сильно, не пользуйтесь жестким полотенцем.
- если кожа становится слишком сухой или начинает трескаться, пользуйтесь лосьонами, молочком для тела или маслами.
- если вы повредили свою кожу, немедленно очистите рану при помощи теплой воды, мыла и антисептического раствора.
- опасайтесь соприкосновения с экскрементами домашних животных – кошачьи туалеты, клетки для птиц, аквариумы.
- избегайте контакта с несвежей водой, например, в вазах, поскольку там обитают и размножаются многие бактерии.
- надевайте защитные перчатки, когда работаете в саду или убираетесь по дому.
- не делайте прививок, пока не посоветуетесь со своим лечащим врачом.
- не ешьте сырое мясо, рыбу, дары моря и яйца – их необходимо тщательно обработать. Не ешьте предварительно порезанные неизвестным человеком на ломтики продукты (мясные деликатесы, сыр) - не приобретайте готовые упаковки с нарезкой. Все потенциально опасные в плане инфекции продукты следует термически обрабатывать перед употреблением.



ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ ПРИ ЛЕЧЕНИИ НЕЙТРОПЕНИИ?

общими правилами являются:

- Г-КСФ назначается не ранее, чем через 24 часа по окончании химиотерапии, а прекращается не позднее, чем за 48 часов до начала следующего курса.
- Введение Г-КСФ продолжается ежедневно до достижения желаемого уровня нейтрофилов периферической крови (как правило, не выше $10,0 \times 10^9/\text{л}$).
- Г-КСФ не применяются для лечения осложнений и инфекций, не связанных с нейтропенией (например, внутрибольничная пневмония), а также не назначаются при отсутствии факторов высокого риска развития фебрильной нейтропении.



ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ ПРИ ЛЕЧЕНИИ ФЕБРИЛЬНОЙ НЕЙТРОПЕНИИ?

- Сдать клинический анализ крови.
- Если состояние ухудшается быстро – необходимо вызвать Скорую Помощь, если относительно медленно- вызвать участкового терапевта. В любом случае Вас должен осмотреть врач.
- В Вашей домашней аптечке необходимо иметь антибиотики, на случай невозможности контакта с врачом и пребыванием в местности, где медицинская помощь недоступна. При наличии высокой температуры, особенно на 7-14 сутки от введения химиопрепаратов в связи с риском развития жизнеугрожающих состояний возможен прием антибиотиков (как правило, используется сочетание 2-х антибиотиков- амоксиклава и ципрофлоксацина) - в соответствии с инструкцией по применению препаратов. При появлении малейшей возможности получить профессиональную медицинскую помощь – необходимо незамедлительно это сделать.
- **«Аптечка»:**
- Антибактериальные препараты, согласованные с лечащим врачом.
- Г-КСФ (лейкостим, филграстим, пегфилграстим, эмпегфилграстим и т.д.)

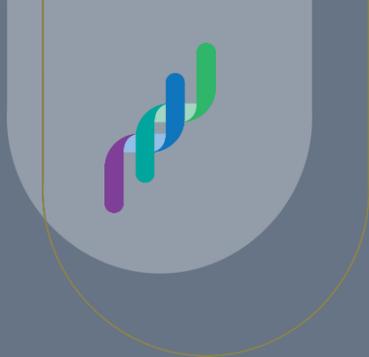


АНЕМИЯ

состояние, характеризующееся снижением уровня эритроцитов и гемоглобина. Может возникать как побочный эффект некоторых групп химиопрепаратов.

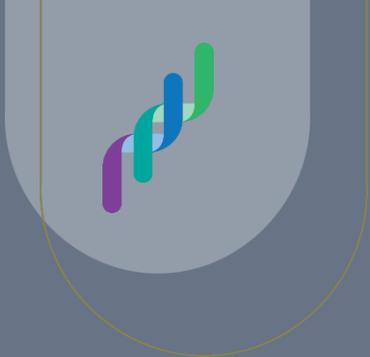
определение степени тяжести анемии:

- I степень – снижение уровня гемоглобина до $100 \times 10^{12}/\text{л}$
- II степень – снижение уровня гемоглобина $100 - 80 \times 10^{12}/\text{л}$
- III степень – снижение уровня гемоглобина $80 - 65 \times 10^{12}/\text{л}$
- IV степень – снижение уровня гемоглобина ниже $65 \times 10^{12}/\text{л}$, жизнеугрожающее осложнение, необходима неотложная терапия



КАКИМИ МЕТОДАМИ МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ ДАННОЕ СОСТОЯНИЕ?

- Отдыхайте. Спите по ночам дольше обычного, при возможности постарайтесь вздремнуть пару раз и днем.
- Ограничьте свою активность. Берегите силы только для самых существенных вещей.
- Попросите других помочь вам в домашних работах: сделать покупки, прибраться и т.д.
- Ешьте как можно более разнообразную пищу. Особенно важно достаточное количество белка, микроэлементов. Помните, что гемоглобин- это белок животного происхождения. Гранатовый сок и прочие растительные продукты содержат микроэлемент железо, при этом один этот микроэлемент не решает проблемы. Поэтому в рационе обязательно должны быть белки животного происхождения.
- Из сидячего положения вставайте медленно. Если вы лежите, то сначала сядьте, а затем вставайте. Это предупредит возникновение головокружения.

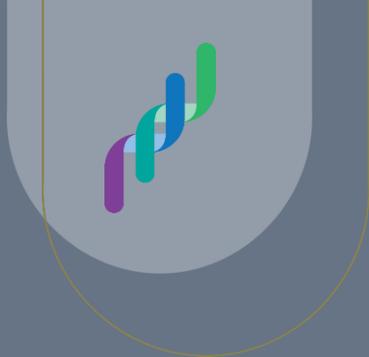


Что нужно делать при лечении анемии?

- Для выявления причины анемии, часто рекомендуют анализ крови следующих показателей: клинический анализ крови, уровень железа, ОЖСС, ферритин, анализ уровня витамина В12, уровень фолиевой кислоты.
- Необходимо обсудить с врачом начало приема препаратов железа (феррум-лек; мальтофер; тотема и т.д) терапевтические дозы и длительность курса лечения.
- Необходимо обсудить с врачом использование эритропоэтинов. Препараты этой группы позволяют повысить выработку эритроцитов и увеличить содержание гемоглобина без переливания крови.

«Аптечка»:

- Препараты железа, согласованные с лечащим врачом
- Эритропоэзстимулирующие препараты (эритропоэтины), согласованные с лечащим врачом
- Витамины



ТРОМБОЦИТОПЕНИЯ

снижение уровня тромбоцитов- клеток которые отвечают за свертываемость крови в организме, останавливая кровотечение. Если в крови недостаточно тромбоцитов, кровотечения и кровоизлияния могут возникнуть быстрее обычного, иногда даже без повреждения или травмы.

определение степени тяжести тромбоцитопении:

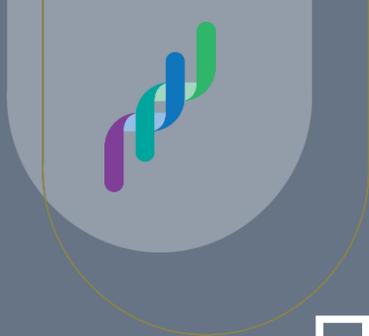
- I степень – снижение уровня тромбоцитов до $75 \times 10^9/\text{л}$
- II степень – снижение уровня гемоглобина $75 - 50 \times 10^9/\text{л}$
- III степень – снижение уровня гемоглобина $50 - 25 \times 10^9/\text{л}$
- IV степень – снижение уровня гемоглобина ниже $25 \times 10^9/\text{л}$, жизнеугрожающее осложнение, необходима неотложная терапия



ПРИЗНАКИ ТРОМБОЦИТОПЕНИИ:

При появлении нижеперечисленных признаков, особенно на 7-14 сутки от введения химиопрепаратов, свяжитесь с врачом, если такая связь невозможна или отсрочена по времени- обязательно вызовите на дом участкового терапевта или Скорую Помощь

- неожиданные кровоизлияния, кровоточивость десен или кровотечение из носа;
- маленькие красные точки под кожей;
- черный или кровавой кал;
- очень обильная и продолжительная менструация;
- головная боль или резкое расстройства зрения.



КАКИМИ МЕТОДАМИ МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ ДАННОЕ СОСТОЯНИЕ?

- До того, как вы начнете применять витамины, природные препараты или прочие медикаменты, продаваемые без рецепта, посоветуйтесь со своим врачом. Многие из этих препаратов содержат аспирин, который также вредит функциям тромбоцитов.
- Не носите одежду с тугими манжетами и воротом.
- Для бритья лучше использовать электрическую бритву, а не бритвенный станок.
- Не сморкайтесь и не кашляйте с большой силой.
- Для чистки зубов пользуйтесь очень мягкой зубной щеткой.
- Будьте осторожны, когда работаете с острыми предметами, такими как ножи, ножницы и другие предметы – вы можете порезаться.
- Берегитесь ожогов, когда вы печете или гладите.
- Не занимайтесь контактными видами спорта и другой деятельностью, где опасность получения ранений и травм высока.
- Избегайте внутримышечных, подкожных, внутрикожных инъекций.

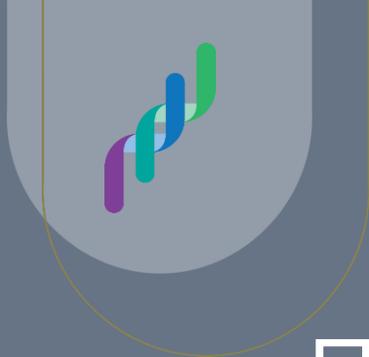


ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ВОЛОСЫ

Выпадение волос является при химиотерапии довольно часто наблюдаемым побочным действием, но его вызывают не все препараты. Процесс выпадения волос постепенный и начинается с ухудшения структуры волоса. При дальнейшем развитии данного побочного эффекта волосы могут начать редеть, возможно, выпадут полностью. Такой процесс чаще происходит на голове, но может быть на всех участках тела, покрытых волосами (лицо, руки и ноги, подмышки и паховая область). При завершении курса лечения и прекращении воздействия химиопрепаратов на волосяные фолликулы- волосы всегда начинают расти и восстанавливаются в прежнем объеме и состоянии.

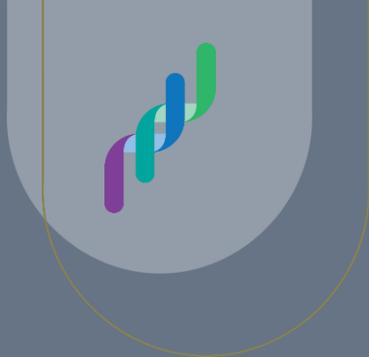
Определение степени тяжести алопеции:

- I степень – потеря волос до 50% от нормального количества незаметное на расстоянии, возможно скрыть с помощью прически, шиньона или парика
- II степень – потеря волос более 50% от нормального количества, заметное для окружающих, необходим шиньон или парик, связанная с психосоциальным дискомфортом



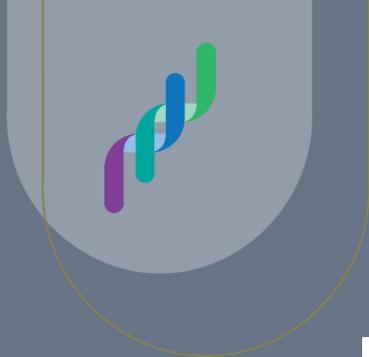
КАКИМИ МЕТОДАМИ МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ ДАННОЕ СОСТОЯНИЕ?

- Пользуйтесь нежными шампунями.
- При мытье головы не следует делать воду слишком горячей.
- В период введения цитостатиков и в течение недели после последнего введения нежелательно наносить восстанавливающие маски для волос, требующие теплового воздействия (например, компресса из полотенца на голове).
- Пользуйтесь мягкой щеткой для волос, с широкими зубьями, не расчесывайтесь слишком интенсивно.
- Избегайте чрезмерного заплетания или натягивания волос, например, при завязывании хвостиков
- Когда вы сушите волосы феном, выбирайте не слишком горячую температуру.
- Сделайте короткую прическу, так ваши волосы будут казаться гуще и пышнее. Благодаря этому будет немного легче смириться с потерей волос. Кроме того, длинные волосы достаточно тяжелы, а волосяные фолликулы ослаблены и риск их выпадения выше, чем у коротких волос.
- Если волосы полностью выпали, пользуйтесь для защиты кожи на голове солнцезащитным кремом, шляпой или шапкой. При выборе головного убора отдавайте предпочтение сделанным из натуральных тканей, не раздражающих кожу головы.



ВОЗДЕЙСТВИЕ НА СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТУЮ СИСТЕМУ

- На фоне химиотерапии для оценки токсичности на сердечно-сосудистую систему, врач рекомендует с периодичностью выполнять ЭКГ (электрокардиографию) и ЭХО-КГ (ультразвуковое исследование сердца). Также в некоторых случаях могут быть даны рекомендации сдать анализ крови на тропонин и NTproBNP.
- Кардиолог – частый участник мультидисциплинарной команды при выборе терапии для каждого пациента. Постарайтесь сообщить своему онкологу обо всех сопутствующих заболеваниях и препаратах, которые Вы принимаете до начала противоопухолевого лечения.



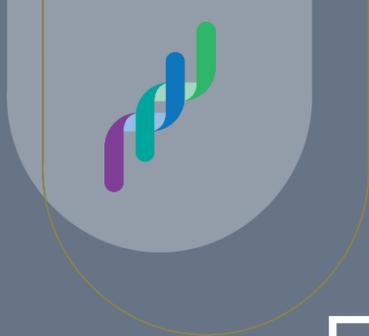
ПЕРИФЕРИЧЕСКАЯ ПОЛИНЕЙРОПАТИЯ

Определение степени тяжести периферической полинейропатии:

- I степень – симптомы отсутствуют только данные клинических или диагностических наблюдений; вмешательство не показано
- II степень – умеренные симптомы; ограничение инструментальной активности в повседневной жизни
- III степень – тяжелые симптомы; снижение способности к самообслуживанию; показано применение вспомогательных средств
- IV степень – угрожающие жизни последствия; показано экстренное вмешательство

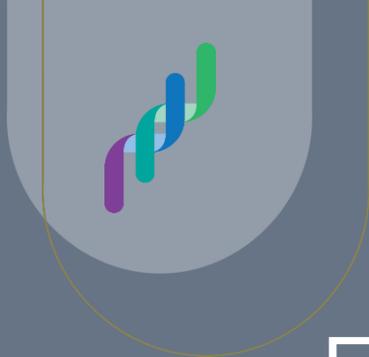
Признаки периферической полинейропатии:

- чувство зуда или ноющее чувство онемения,
- жгучая (или холодная) боль,
- сверхчувствительность к прикосновениям и мышечная слабость.
- Вы также можете чувствовать себя неуклюжим, у Вас могут встречаться проблемы с равновесием и координацией; для Вас может быть проблемой поднятие вещей, застегивание или прижимание пуговиц. Проблемы нервной системы также могут выражаться в болях в челюсти, чувствительности мышц, звоне в ушах и проблемах со слухом.



КАКИМИ МЕТОДАМИ МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ ДАННОЕ СОСТОЯНИЕ?

- Если у Вас нарушится чувствительность рук или ног, расскажите врачу, какие симптомы вас беспокоят.
- Будьте осторожны с острыми, горячими или опасными предметами. Ослабленные ощущения и неуклюжесть повышают опасность получения травм.
- Защищайте свои ноги, носите удобную и нескользкую обувь. Носите перчатки для рук, мягкие носки, которые не жмут ногу.
- Отказ от курения, ограничение потребления алкоголя, коррекция гиповитаминоза
- Гуляйте осторожно. Двигаясь по лестнице, опирайтесь на перила. В ванне или в душевой кабине постелите нескользкий ковер; будьте осторожны, принимая ванну или душ, а также выходя из ванны.



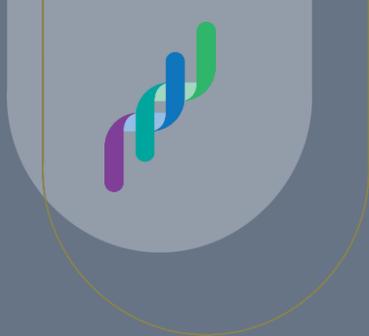
КАКИМИ МЕТОДАМИ МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ ДАННОЕ СОСТОЯНИЕ?

- Обеспечьте регулярную физическую нагрузку прогулками. Прогулки помогут улучшить кровообращение и могут смягчить боль. Можете также попробовать другие упражнения, за исключением велосипедной езды.
- Для смягчения чувства ожога замачивайте руки и ноги в теплой или прохладной (но не очень холодной) воде. Выясните, что помогает Вам лучше всего.
- К сожалению, в настоящее время нет убедительных данных о лечении такого состояния. Некоторый эффект приносит применение витаминов группы В (мильгама, нейромультивит и т.д.) в сочетании с тиоктовой кислотой.
- Возможно применение дулоксетина.
- На начальных стадиях возможно использование иглорефлексотерапии.
- Для лечения нейропатии на фоне химиотерапии может применяться электрокожная стимуляция нервов.



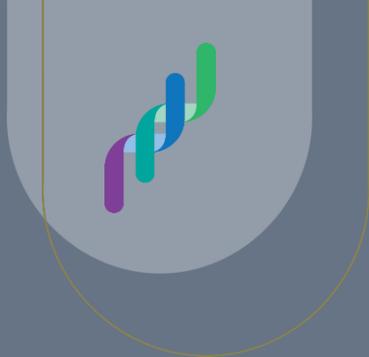
ЧЕК-ЛИСТ ОБСЛЕДОВАНИЙ ДО НАЧАЛА ХИМИОТЕРАПИИ:

- Помимо выше описанных осложнений на фоне таргетной терапии, врач может рекомендовать проводить контроль следующих показателей
- Клинический анализ крови
- Биохимический анализ крови (АЛТ, АСТ, общий белок, билирубин прямой и непрямой, глюкоза, ЛДГ, креатинин, мочеви́на, гликированный гемоглобин +/- электролиты (калий, кальций, натрий, хлор))
- Коагулограмма (+/- Д-димер)
- Общий анализ мочи (по рекомендации врача)
- ЭКГ, Эхо-КГ
- Осмотр офтальмологом (при наличии жалоб)
- УЗИ вен нижних конечностей (по показаниям)



КАКИЕ ВОПРОСЫ ЗАДАТЬ ВРАЧУ ПРИ НАЗНАЧЕНИИ ХИМИОТЕРАПИИ?

- Какой у меня диагноз? Можно ли в моей ситуации говорить о полном излечении?
- Где мне получить патоморфологическое и молекулярно-генетическое исследование?
- Опухоль имеет быстрый рост?
- Какие варианты лечения существуют для лечения моего заболевания?
- Где я буду получать необходимые мне препараты?
- Потребуется ли госпитализация для получения препарата?
- Какие обследования мне необходимо сделать до начала терапии?
- Как я могу передать информацию о своем самочувствии?
- Какие побочные эффекты наиболее часто будут встречаться при назначенном лечении? Как я могу с ними справиться?



КАКИЕ ВОПРОСЫ ЗАДАТЬ ВРАЧУ ПРИ НАЗНАЧЕНИИ ХИМИОТЕРАПИИ?

- Нужно ли написать список лекарств, которые я принимаю?
- Употребление каких продуктов я должен ограничить в своем рационе?
- Необходимо ли мне вести дневник самочувствия?
- Как часто надо повторно выполнять анализы крови, ЭКГ, ЭХО-КГ, осмотр офтальмолога и кардиолога?
- Могу ли я брать на прием/госпитализацию близкого человека?
- С кем я могу обсуждать результаты обследования на фоне лечения?
- Мне потребуются лист нетрудоспособности? Как скоро я смогу вернуться к работе?
- Мне необходимо оформить группу нетрудоспособности (инвалидность)?
- Я могу заниматься физическими нагрузками?
- Как часто я должен посещать своего лечащего врача?

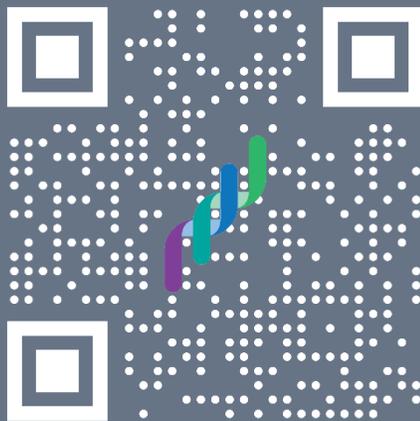


ОНКОЛОГИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР ИМЕНИ
Н.П. НАПАЛКОВА

**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ**

t.me/dr_mariastepanova

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ/25



ONCOCENTRE.RU

