

MEDICII NE INFORMEAZA ...

CHIMIOTERAPIA

Material furnizat de „National Cancer Institute”
Traducere - Anca Labunet - Studenta UMF

Partea a III -a

Efecte asupra musculaturii și sistemului nervos

Sistemul nervos controlează aproape toate organele și țesuturile. Deci nu este surprinzător faptul că chimioterapia afectează celulele sistemului nervos determinând o întreagă serie de efecte secundare. De exemplu, anumite medicamente pot produce neuropatii periferice, boli care vă pot face să simțiți tremurături, arsuri, slăbiciune, amorțeli ale mâinilor și/sau picioarelor. Alte simptome în cadrul acestor afecțiuni sunt: pierderea echilibrului, dificultate în a ridica obiecte și în închiderea nasturilor, probleme de mers, dureri ale maxilarelor, pierderea auzului, dureri stomacale și constipație. Unele medicamente citostatice pot afecta musculatura producând slăbiciune, oboseală, inflamații.

În anumite cazuri, afecțiunile nervoase și musculare, deși sunt deranjante, nu sunt serioase. În alte cazuri, simptomele nervoase și musculare pot indica probleme serioase care necesită îngrijire medicală. Aveți grijă să-i spuneți medicului despre orice simptom nervos sau muscular.

Precauția și moderația vă pot ajuta să înfrunțați problemele musculare și nervoase. De exemplu, dacă degetele vă amorțesc, aveți grijă când folosiți obiecte ascuțite, fierbinți, sau periculoase în orice fel. Dacă simțul echilibrului sau tonusul muscular vă este afectat, evitați căzăturile deplasându-vă cu atenție, folosind cârje când urcați sau coborâți

scările și întindeți carpete în baie sau la duș. Nu purtați papuci alunecoși.



Efecte asupra pielii și unghiilor

Puteți avea probleme minore cu pielea în timpul chimioterapiei. Posibilele efecte adverse sunt roșeața, mâncărimile, descumarea, uscarea pielii și acnea. Unghiile vi se pot înnegri, pot deveni casante sau se pot crăpa. De asemenea, pot prezenta linii verticale sau benzi.

Vă puteți ocupa de majoritatea problemelor de acest gen singuri. Dacă suferiți de acnee, încercați să vă mențineți tenul curat și uscat și folosiți cremele și săpunurile speciale. Pentru mâncărime, aplicați pudră mentolată. Aplicați creme și loțiuni cât timp pielea e încă umedă și evitați folosirea parfumului, a apei de colonie sau a aftershave-ului care conțin alcool. Puteți să vă întăriți unghiile cu diferite remedii, dar aveți grijă la semnele de înrăutățire a problemei, deoarece aceste produse pot fi iritante la unele persoane. Protejați-vă unghiile purtând mănuși atunci când spălați vase, când lucrați în grădină, sau faceți alte activități în casă. Dacă tratamentele nu sunt eficiente consultați-vă medicul, mai ales dacă aveți dureri, roșeață sau schimbări în jurul cuticulelor.

Anumite citostatice, când sunt administrate intravenos, pot produce o pigmentare mai închisă a pielii de-a lungul venei. Unele persoane folosesc fond de ten pentru a ascunde zona, dar acest lucru este dificil atunci când mai multe vene sunt afectate, cazul cel mai frecvent. Zona pigmentată își recapătă, de obicei, culoarea normală de la sine, după câteva luni de la tratament.

Expunerea la soare poate amplifica efectele unor citostatice asupra pielii. Întrebați-l pe medic dacă puteți folosi anumite loțiuni cu factor de protecție solară 15 pentru a vă proteja de efectele solare. El vă poate sugera să evitați expunerea directă la soare sau să folosiți un anumit produs, cum ar fi oxidul de zinc care blochează complet acțiunea razelor solare. Cămășile cu mâneci lungi, pălăriile și pantalonii pot, de asemenea, să blocheze acțiunea razelor solare.

Unele persoane care au urmat un tratament radioterapic suferă de „radiation recall” în timpul tratamentului chimioterapic. În timpul sau imediat după chimioterapie, pielea de pe zona care a fost tratată prin radioterapie devine roșie, nuanțele pot varia de la foarte deschis până la foarte puternic și în această zonă pacientul poate avea senzații de arsură sau mâncărimi. Această reacție poate dura de la câteva ore la câteva zile. Puteți alina senzația aceasta aplicând o compresă răcoroasă, umedă peste zona afectată. Aceste simptome trebuie menționate medicului sau asistentei.

Majoritatea problemelor de piele nu sunt grave, dar unele dintre ele necesită îngrijire imediată. De exemplu, anumite medicamente administrate intravenos pot determina o afectare gravă și permanentă a țesuturilor adiacente dacă sunt transvazate din vena în care au fost administrate. Spuneți-i imediat asistentei sau medicului dacă simțiți dureri la administrarea intravenoasă a medicamentelor. Aceste simptome nu demonstrează neapărat existența unei probleme, dar cauza lor trebuie imediat verificată. Trebuie să vă informați, medicul sau asistenta imediat ce simțiți mâncărimi, dacă apare o erupție sau o leziune pe piele sau dacă aveți probleme de respirație.

Aceste simptome pot semnifica faptul că aveți o reacție alergică ce trebuie tratată imediat.

Efecte adverse asupra rinichilor și a vezicii urinare

Unele citostatice pot irita vezica urinară sau pot afecta permanent sau temporar rinichii. Întrebați-l pe medicul dvs dacă medicamentele care vă sunt administrate fac parte din această categorie și anunțați-l dacă aveți orice simptom care ar indica un astfel de efect advers.

Semnele ce trebuie urmărite sunt:

- Senzație de arsură sau durere în timpul urinării
- Urinare frecventă
- Senzația că trebuie să urinați imediat.
- Urină de culoare roșiatică sau cu sânge.
- Febră
- Frisoane

În general, este o idee bună să beți multe lichide pentru a asigura un debit urinar normal și pentru a preveni problemele. Acest lucru este deosebit de important dacă medicamentele ce vă sunt administrate fac parte din categoria celor care afectează rinichii și vezica urinară. Apa, sucurile, cafeaua, ceaiul, supele, băuturile răcoritoare, supă de carne, înghețata și gelatina sunt considerate lichide. Medicul vă va spune dacă trebuie să creșteți cantitatea zilnică de lichide. Trebuie să știți că unele citostatice pot schimba culoarea urinei (portocalie, roșie sau galbenă) sau pot determina un miros puternic sau asemănător cu al medicamentelor. Pentru o scurtă perioadă poate fi afectată și culoarea și mirosul spermei. Întrebați-l pe medic dacă medicamentele dvs au acest efect.

Sindromul asemănător gripei

Unele persoane suferă de simptome asemănătoare celor cauzate de gripă, de la câteva ore până la câteva zile, după chimioterapie. Aceste simptome: dureri musculare, cefalee, senzație de oboseală, greață, febră ușoară, frisoane și apetit scăzut pot dura una până la trei zile. Aceste simptome pot fi cauzate și de o infecție sau de cancer, deci este important să verificați cu ajutorul

medicului dvs dacă este într-adevăr vorba despre acest sindrom.



Retenția de lichide

Organismul dvs poate reține fluide în timpul chimioterapiei. Acest lucru poate fi cauzat de schimbările hormonale ce sunt provocate de acest tratament, de efectul medicamentelor sau de cancer. Informați-l pe medic sau pe asistentă dacă observați o umflare a feței, mâinilor, picioarelor sau a abdomenului. Vi s-ar putea indica să evitați sarea și alimentele cu un conținut crescut de sodiu. Dacă problema este gravă, medicul vă poate prescrie diuretice, medicamente ce ajută organismul dvs să elimine fluidele în exces. Nu vă administrați singur diuretice fără a-l întreba pe medic.

Efecte fizice și psihice asupra vieții sexuale

Chimioterapia poate afecta uneori organele genitale și funcționarea lor atât în cazul femeilor cât și al bărbaților. Aceste efecte secundare depind de medicamentele administrate, de vârstă și de starea generală de sănătate.

Bărbați

Chimioterapicele pot scădea numărul de spermatozoizi, le pot scădea mobilitatea, sau pot determina apariția unor spermatozoizi anormali. Aceste schimbări pot duce la sterilitate, care poate fi temporară sau permanentă. Sterilitatea afectează capacitatea unui bărbat de a concepe un copil, dar nu îi afectează abilitatea de a avea relații sexuale. Deoarece sterilitatea poate fi permanentă, este important să discutați acest subiect cu medicul dvs înainte de începerea tratamentului. Dacă

doriți, puteți salva sperma într-o bancă de spermă, aceasta fiind înghețată pentru a putea fi folosită peste o perioadă îndelungată de timp.

Bărbații cărora li se administrează chimioterapice trebuie să folosească o metodă eficientă de contracepție pentru că chimioterapia are efecte negative asupra cromozomilor. Întrebați-l pe medic când este depășit acest risc.

Femei

Citostaticele pot afecta ovarele și pot determina reducerea cantității de hormoni pe care acestea le produc. Din această cauză, unele femei observă că ciclurile menstruale devin neregulate sau menstrele nu se mai produc în timpul tratamentului.

Efectele hormonale ale chimioterapiei pot cauza simptome asemănătoare menopauzei ca bufeuri, mâncărimi, senzație de arsură sau uscarea țesuturilor vaginale. Aceste schimbări ce survin în țesuturile vaginale pot cauza disconfort în timpul actului sexual, dar pot fi ameliorate prin folosirea unui lubrifiant vaginal pe bază de apă. Aceste efecte pot crește susceptibilitatea pentru infecții. Pentru a preveni infectarea, evitați lubrifianții pe bază de ulei, purtați lenjerie intimă din bumbac cu o căptușeală din bumbac ce permite trecerea aerului, nu purtați lenjerie strâmtă sau colanți. Medicul vă poate prescrie un unguent vaginal sau un supozitor pentru a reduce riscul de infecție. Dacă apare vreă infecție, aceasta trebuie tratată imediat.

Afectarea ovarelor poate determina sterilitate, adică imposibilitatea de a rămâne gravidă. În unele cazuri sterilitatea e temporară, în altele permanentă. Sterilitatea și perioada ei de manifestare depinde de mulți factori, de tipul de medicament, de doza administrată și de vârsta femeii.

Graviditatea e posibilă în timpul chimioterapiei, dar nu se recomandă pentru că unele citostatice pot determina malformații. Medicii sfătuiesc femeile ca în perioade fertile, adică de la pubertate până la menopauză să folosească în timpul tratamentului anticoncepționale. **D**acă o femeie este gravidă

la descoperirea cancerului este posibil să se amâne chimioterapia până după naștere. Pentru o femeie care necesită tratament urgent medicul poate sugera începerea chimioterapiei după a 12-a săptămână de sarcină, când fătul nu mai

este supus unui risc atât de mare. În unele cazuri poate fi luată în considerare chiar întreruperea sarcinii.

