

תופעות הלוואי של הכימותרפיה



טיפול כימי פועל על כול התאים בגוף שמתחלקים מהר.
כלומר על תאי הגידול וגם על תאים בריאים:
כמו תאי הריריות במערכת העיכול, תאי השיער, תאי מח עצם.
בעקבות הטיפול הכימי ייתכנו תופעות לוואי הקשורות למערכות האלו.

כל בן אדם מגיב באופן שונה לטיפול. חלק מהאנשים כלל לא יחוו,
אך מרבית המטופלים יחוו תופעות לוואי במידה זו או אחרת.

רוב תופעות הלוואי הן זמניות וחולפות בתום טיפולים.

תופעות לוואי שכיחות

1. פצעים בפה
2. בחילות והקאות
3. שלשול
4. ירידה בספירת דם
5. נשירת שיער
6. פגיעה בעור ובציפורניים

פצעים בפה – מוקוזיטיס

טיפולים כימותרפיים עלולים לפגוע באופן זמני ברירית מערכת העיכול העליונה.

סימפתומים:

- פצעים/דלקת בחלל הפה
- שינויים/איבוד חוש הטעם
- יובש בפה, מיעוט רוק
- קשיים וכאבים בבליעה
- חוסר תאבון

דרכי מניעת פצעים בפה והנחיות כלליות לטיפול

❖ שטיפת הפה עד 4 פעמים ביום לאחר כל ארוחה ולפני השינה עם תמיסת פה:

❖ מי מלח או סודה לשתייה על מנת להקטין את עומס החיידקים בפה.

❖ מומלץ על אכילה איטית, הימנעות ממזון חם, חריף מתובל, אלכוהול.

❖ שימוש במברשת שיניים רכה, צחצוח שיניים לפחות 90 שניות פעמיים ביום.

❖ שימוש בחוט דנטאלי לפחות פעם אחד ביממה.

כאשר מדובר בשיניים תותבות, יש להוציא אותן ולנקותן לאחר כל ארוחה ולפני שינה.

בחילות והקאות

תרופות כימותרפיות מעוררות את מרכז ההקאה במח והן גם גורמות לעליה בחומציות הקיבה וגורמות להקאה. יחד עם זאת, אנשים רבים לא יחוו כלל בחילות או הקאות במהלך תקופת הטיפול.


הבחילות וההקאות יכולות להופיע סמוך למתן הטיפול הכימי או כ-24 שעות לאחר הטיפול, ויכול להמשך יממה ועד 3 ימים.

ברוב הטיפולים יינתן טיפול למניעת בחילות והקאות לפני מתן הטיפול הכימי.

❖ חשוב להקפיד על נטילת התרופות בבית על פי הנחיות ולדווח על הרגשתך כאשר תגיע לטיפול הבא.

התערבות לא תרופתית :

- ❖ לאכול ארוחה קלה לפני הטיפול.
- ❖ לאכול כמויות קטנות(כל 3 שעות).
- ❖ הימנעות ממאכלים עם ריח חזק, מתובלים מידי, עם הרבה שמן, חריפים או עם כמות גדולה של מלח.
- ❖ פעילות גופנית – הליכה או פעילות אירובית הוכחו מחקרית כי מפחיתים את הופעת הסימפטומים.



הגישה הטיפולית בבחילות והקאות □

ד. EMENT

שעה לפני טיפול כימי ומשך יומיים כול בוקר אחרי אוכל.

ד. ZOFRAN 8 mg - (חוסמי סרוטונין)

עד פעמיים ביום.

ד. PRAMIN 10 mg - (חוסמי דופנין)

עד 3 פעמים ביום.

ד. DEXACORT 8 mg - אחרי אוכל.

סטרואידים – מפחיתים במידה רבה את תופעת הבחילות והקאות.

שלשול DIARRHEA

חלק מהתרופות הכימיות עלולות לפגוע בתאי רירית המעיים ולגרום לשלשולים. חומרת השלשולים מושפעת מסוג התרופות הכימיות, מהמינון הניתן ומתדירותן. מעל לארבע יציאות מימיות ביום, כדאי לקחת תרופה נגד שלשולים, כדוגמה: אימודיום - **STOPIT(2TAB)**

* חשוב להרבות בשתייה כדי להשלים את כמות הנוזלים שהגוף איבד בעקבות התופעה. מומלץ להימנע מאלכוהול, מקפה/תה עם קפאין, משתייה מוגזת, חלב, מיץ תפוזים או נקטרים.

* רצוי לא לאכול מזון עם סיבים תזונתיים כמו ירקות ופירות עם קליפות, לחם חי, לחם מחיטה מלאה, ואורז מלא, מוצרים עתירי שומן כמו חמאה, מרגרינה, שוקולד ומוצרים חלב.

* רצוי לאכול ארוחות המורכבות ממנות קטנות. אוכל רך ובטמפרטורה החדר.

* חשוב להקפיד על היגיינה של פי הטבעת למניעת זיהום מקומי ולדווח לצוות אם המקום כואב ורגיש.

* יש להקפיד על שטיפת ידיים במים ובסבון לאחר כל יציאה.

* יש לדווח לצוות המטפל על תדירות השלשול ביממה, על אופי הצואה (נוזלית או רכה) על צבעה (שחור, אדום, או אחר) ועל תופעות הלוואי הנלוות לשלשול, כגון כאבי בטן וחולשה.

שינויים בערכי ספירת הדם

תאי דם נוצרים במוח העצם והם רגישים להשפעת הטיפול הכימי. לפיכך, כשבוע עד שבועיים לאחר קבלת התרופות הכימיות צפויה ירידה בערכי ספירת הדם. כל תרופה כימית גורמת במידה אחרת לשינויים בערכי ספירות הדם.

א. תאי דם לבנים (לויקוציטים)-(WBC)

תת הקבוצה החשובה ביותר מתוך סך הכדוריות הלבנות היא הנויטרופילים (NEUT),
המשמשים כקו הגנה ראשון במלחמה בזיהומים. ירידה במספר תאי הדם הלבנים,
בעיקר הנויטרופילים (נויטרופניה), עלולה לגרום לזיהומים

**תסמיני מחלה, כגון: חום, שיעול, נשימה מהירה, צמרמורת, פצעים,
צריבה במתן שתן והרגשה ככלית רעה.**

במצבים של ירידה בתאי דם לבנים חשובה הגיינה

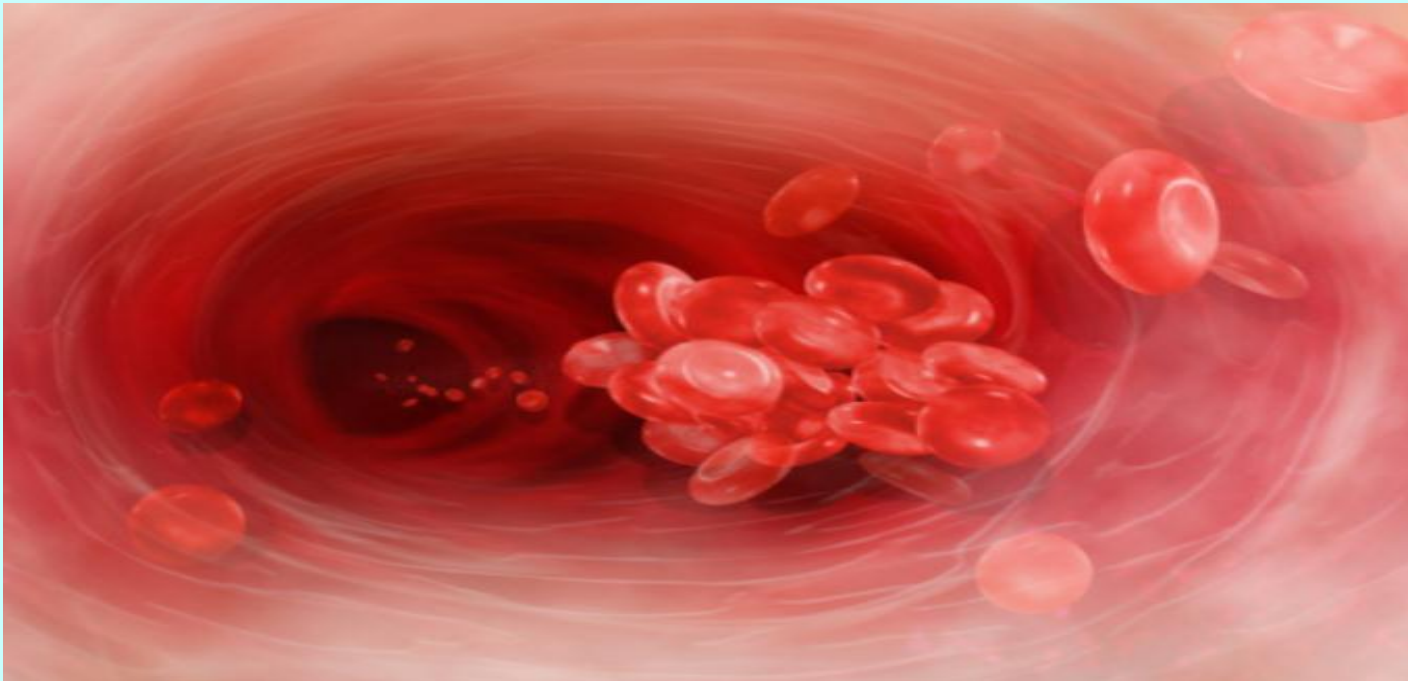
- * רחיצת ידיים במשך 15 שניות לפחות לפני ואחרי האכילה וכן לאחר ההליכה לשירותים.
 - * לא לבקר או להתראות עם אדם חולה.
 - * לנקות את הפה והשיניים לאחר כל ארוחה ולפני השינה.
 - * להימנע ממגע ישיר עם הפרשות של בעלי חיים.
- אין צורך בבידוד מוחלט בתקופה זאת. מותר להסתובב בחוץ באוויר החופשי.
- * חום בזמן טיפול כימותרפי הינו מצב חירום רפואי. עליך לפנות לרופא/מיון אם נמדד פעמיים חום גבוה מ 38.0 מעלות בהפרש של 6 שעות. הורדת חום באמצעות אקמול או אופטלגין.

ב. תאי-דם אדומים-(RBC)

בבדיקה זו נבדקת גם רמת ההמוגלובין (Hgb). תפקיד שלו להעביר חמצן לרקמות. במידה Hgb נמוך – מופיעה אנמיה העלולה לגרום : לחולשה, עייפות, חיוורון ואף לסחרחורת וקוצר נשימה. רוב מקרי האנמיה משתפרים מעצמם, אך ייתכן ויהיה צורך בטיפול תרופתי או בעירוי דם. אם אתה חש באחד הסימנים הללו, דווח על כך לצוות המטפל.

ג. טסיות הדם - טרומבוציטים (PLT)

תפקידם לסייע בקרישת הדם. יש טיפולים שגורמים לירידה חדה מאד בערכים שלהן. יש מקרים שבהם יהיה צורך לתת עירוי טרומבוציטים בכדי לשמור על רתמם. ירידה במספר טרומבוציטים עלולה לגרום לדימום ממושך מהרגיל בעת פציעה או לסימני דימום שונים, כגון הופעת סימנים כחולים בעור, דימום מהחניכיים או מהאף, שתן דמי וצואה שחורה. יש לדווח לצוות המטופל על כל סימן המעיד על דימום או לפנות למיון.



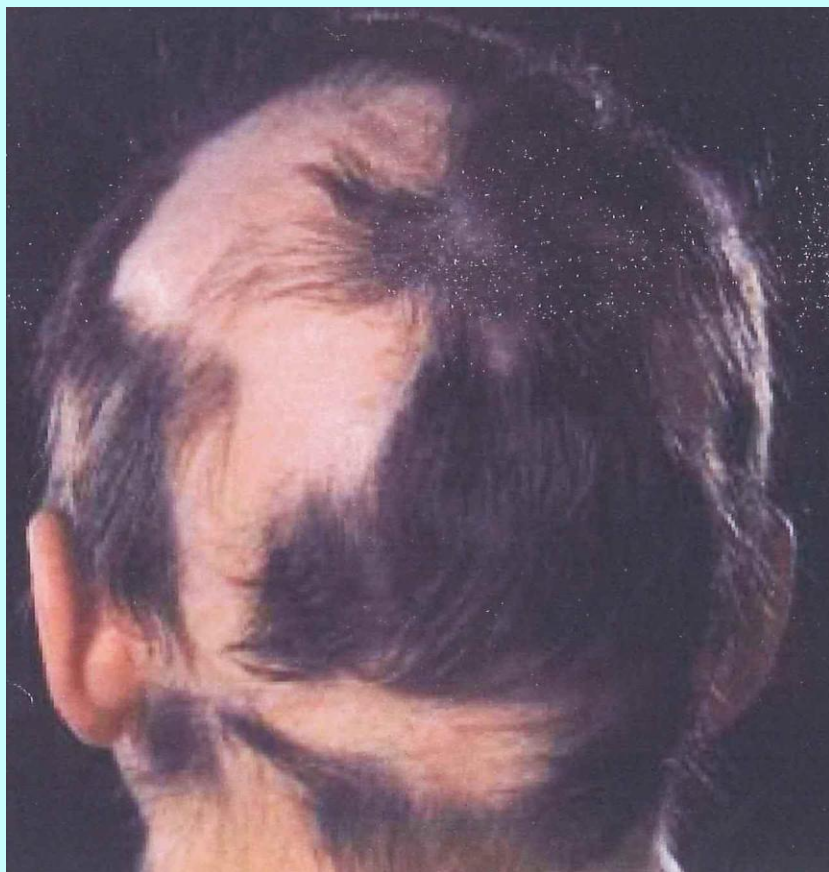
נשירת שיער

נשירת שיער חלקית או מלאה, יכולה להופיע בחלק מהטיפולים הכימיים. חשוב לזכור כי נשירה היא זמנית, וכי השיער ישוב ויצמח במלואו לאחר סיום הטיפול. חלק מהתרופות כלל לא גורמות לנשירת השיער, אחרות גורמות לנשירה קלה או מלאה. הנשירה יכולה להיות איטית מאוד והדרגתית, אך גם מהירה ומידית. בדרך כלל הנשירה מתחילה כשבועיים לאחר הטיפול הכימי הראשון.

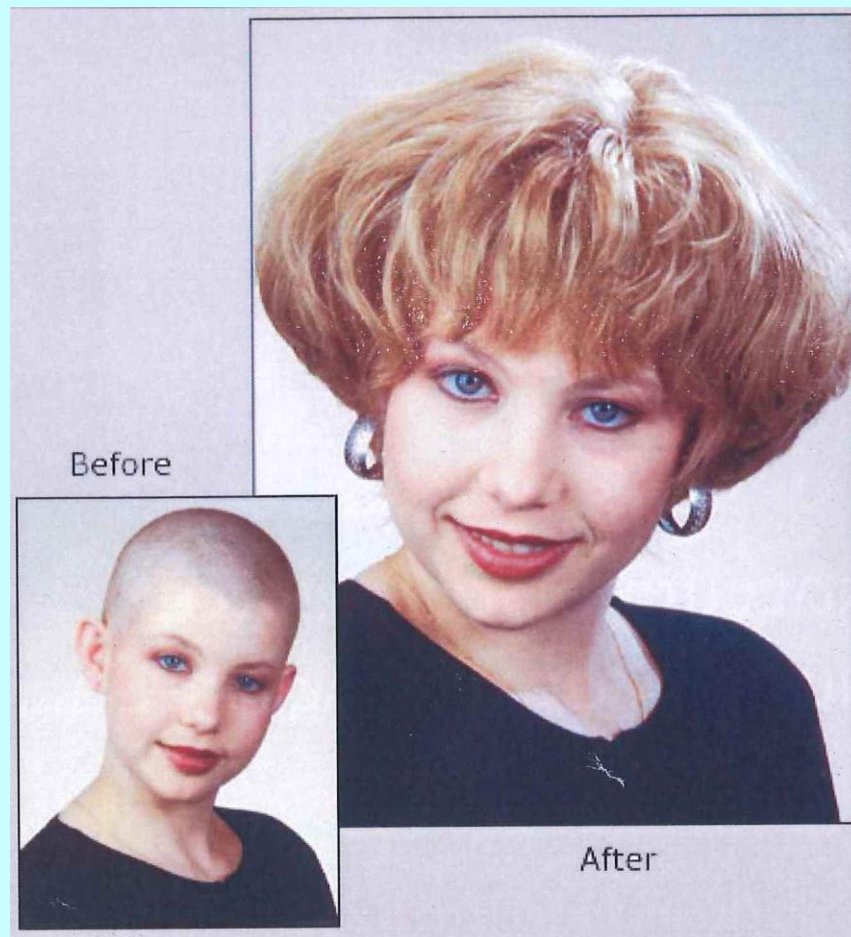
כדאי להתכונן לתופעה מראש ולהכין כובע, מטפחת או פאה.

❖ משרד הבריאות משתתף ברכישת פאה עבור חולים אונקולוגיים.

נשירת שיער - ALOPESIA



נשירת שיער



פגיעה בעור ובציפורניים

חלק מהתרופות עלולות להשפיע על מצב העור והציפורניים.

- מומלץ להימנע מחשיפה לשמש בשעות החמות ולהגן על העור במסנן קרינה וקרם לחות.
- לחבוש כובע רחב שוליים ולכסות את הגוף בלבוש ארוך.
- צבע הציפורניים והמבנה שלהן עשויים להשתנות בהשפעת חלק מסוגי הכימותרפיה. שינויים אלו ייעלמו בדרך-כלל לאחר סיום הטיפול.

**חשוב לזכור שהרופאים והאחיות תמיד זמינים ומוכנים
לעזור לכם בכל נושא.
הצוות המטפל של אשפוז יום אונקולוגי מאחלים לכם
רפואה שלמה והחלמה מהירה.**



תודה על ההקשבה

