

Dolegliwościom wywołanym przez chemioterapię można zapobiec

Zrozumienie nudności i wymiotów wywołanych chemioterapią

Chemioterapia jest ważną metodą leczenia nowotworów, ale niektórzy ludzie poddawani chemioterapii będą mieć okresy w których mają mdłości (nudności) lub jest im niedobrze (wymiotują) na skutek leczenia.¹ Jest to spowodowane przez substancje chemiczne w lekach stosowanych w chemioterapii wpływające na część mózgu, która kontroluje uczucie nudności.² Skutki te mogą być różne, od łagodnych do ciężkich, i wpływać na ludzi indywidualnie.

Przy odpowiednim wsparciu i leczeniu, nudności i wymioty można zmniejszyć lub nawet im zapobiec. Należy porozmawiać z zespołem opieki zdrowotnej na początku wystąpienia tych skutków ubocznych, aby mogli oni jak najszybciej zająć się Twoimi obawami.

Zgłaszanie skutków ubocznych nie zatrzyma leczenia chemioterapią, ale pomoże znaleźć najlepsze sposoby radzenia sobie z nim.

Niestety, istnieje kilka błędnych przekonań na temat nudności i wymiotów, które mogą zniechęcać ludzi do uzyskania pomocy, której potrzebują.

„Myślałem, że nudności są nieuniknioną częścią chemioterapii”.

Wiele osób wierzy, że odczuwanie nudności lub mdłości po chemioterapii jest po prostu czymś z czym muszą się pogodzić i że oznacza to, że chemioterapia jest skuteczna. Bardzo ważne jest zapobieganie i kontrola nudności i wymiotów u pacjentów z rakiem, aby mogli kontynuować leczenie i wykonywać swoje normalne czynności tak często, jak to możliwe.¹ Postępy w leczeniu przeciwwymiotnym oznaczają, że ryzyko odczuwania nudności lub mdłości można zmniejszyć, a nawet zapobiec im u wielu pacjentów.

„Czy to prawda, że uczucie nudności i mdłości nie jest poważnym skutkiem ubocznym i minie samoistnie?”.

Uczucie nudności lub mdłości jest czymś więcej niż tylko małym problemem, dla wielu osób jest to najtrudniejszy skutek uboczny, z jakim trzeba sobie radzić.² Co ciekawe, pacjenci ogólnie uważają nudności za gorsze niż wymiotowanie.³

Niekontrolowane nudności i wymioty mogą wpływać na jakość życia pacjentów na wielu poziomach. Może to nawet prowadzić do problemów, takich jak brak wystarczającej ilości składników odżywczych,⁴ odwodnienie i trudności z wykonywaniem codziennych zadań.⁵ Monitorując i radząc sobie z objawami, takimi jak nudności i wymiotowanie, możesz poczuć się lepiej i mieć większą szansę na przejście przez leczenie nowotworowe.⁶

„Założyłem, że nie można nic zrobić, aby zapobiec lub wyleczyć nudności lub mdłości po chemioterapii”

Istnieje wiele sposobów zapobiegania i leczenia nudności lub mdłości oraz zmniejszania ich wpływu na codzienne życie. Twój zespół opieki zdrowotnej będzie współpracował z Tobą w celu znalezienia najlepszego dla Ciebie podejścia, które może obejmować przegląd leków przeciw wymiotnym, takich jak zmniejszenie dawki lub przepisanie innych leków przeciwwymiotnych, zmiany w stylu życia jak jedzenie mniejszych posiłków częściej, unikanie tłustych i ostrych pokarmów oraz odkrywanie naturalnych środków zaradczych lub innych strategii. Ważne jest, aby zgłosić jakiegokolwiek uczucie nudności lub mdłości do swojego zespołu opieki zdrowotnej aby mogli pomóc w zarządzaniu skutkiem ubocznym.

„Byłam przekonana, że powinnam po prostu sobie z tym poradzić i nie zgłaszać, że czuję nudności lub mdłości”.

Kluczowe jest rozmawianie ze swoim zespołem opieki zdrowotnej o nudnościach lub mdłościach. Oni mogą pomóc Tobie poradzić sobie i zapobiec tym skutkom ubocznym poprzez dostarczenie leków i innych metod leczenia. Twój zespół opieki zdrowotnej może również monitorować Twoje postępy i wprowadzać zmiany do Twojego planu leczenia, jeśli to konieczne. To pomoże ukończyć pełny cykl chemioterapii, który został Tobie przepisany i uniknąć nieprzewidzianych powikłań.⁷

„Moim zdaniem uczucie nudności lub mdłości po chemioterapii ma wpływ tylko na niektóre rodzaje chemioterapii”.

Każdy reaguje inaczej na chemioterapię. Wszystkie leki przeciwnowotworowe mają skutki uboczne, ale nie muszą one wpływać na każdego.² Niektóre leki stosowane w chemioterapii częściej powodują mdłości i wymioty niż inne. - Twój zespół opieki zdrowotnej może pomóc w zapobieganiu i radzeniu sobie z tymi skutkami ubocznymi bez względu na rodzaj chemioterapii, którą otrzymujesz.

Nie musisz zmagać się z nudnościami i wymiotami w milczeniu. Twój zespół opieki zdrowotnej jest tutaj, aby Cię wspierać. Pozostańmy w kontakcie, wcześniej zgłaszajmy objawy i szukajmy pomocy.



Więcej informacji można znaleźć na stronie:
ChemoSicknessPrevention.com

Kampania i materiały dotyczące zapobiegania chorobie Cherner są tworzone i finansowane przez Chugai Pharma UK Ltd dla pacjentów i pracowników służby zdrowia.



Oddanie w kierunku redukcji dolegliwości związanych z chemioterapią

Odnosiniki

1. NHS (Krajowa Służba Zdrowia) Dostępne pod adresem: <https://www.nhs.uk/conditions/chemotherapy/side-effects/> ostatni dostęp listopad 2023 r.
2. Cancer Research UK (Ośrodek badań nad rakiem w Wielkiej Brytanii). Dostępne pod adresem: <https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/treatment/chemotherapy/side-effects/abouttreatment>

- /cancerdrugs/side-effects/sickness. Ostatni dostęp listopad 2023 r.
3. Grassi L, i inni Psycholther Psychosom. 2015;84:339-347
4. Curran MP and Robinson DM. Lek 2009;69(13): 1853-1878.
5. Aapro M, et al. Ann Oncol. 2012;23:1986-1992.

6. Basch E, i inni. J Clin Oncol. 2016;34(6):557-565.
7. Janelins MC, i inni Expert Opin Pharmacother. 2013;14(6):757-60.
8. Roila F, i inni Ann Oncol. 2016;27(Suppl 5):v119-v133.