

Ohje hoitosuhteessa oleville potilaillemme

Satakunnan sairaanhoitopiiri | Vaasan sairaanhoitopiiri | Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri



SOLUNSPALPAAJAHOITO

Sisällys

Solunspalpaajahoito	2
Veriarvojen seuranta	2
Solunspalpaajahoidon yleisimmät haittavaikutukset	2
Kuume	3
Pahoinvointi ja oksentelu	3
Ravitsemus	4
Iho- ja limakalvo-ongelmat	4
Ripuli	5
Ummetus	6
Hiusten lähtö	6
Väsymys ja uupumus	7
Hormonitoiminta	7
Seksuaalisuus	7
Muut haittavaikutukset	7
Sairauden kanssa eläminen	7
Eritteiden käsittely solunspalpaajahoidon jälkeen	8
Milloin yhteys syöpätautien poliklinikalle tai päivystykseen?	8

Tämän oppaan tarkoituksena on antaa sinulle tietoa solunsalpaajahoidosta sekä hoidon mahdollisista haittavaikutuksista ja niiden helpottamisesta kotona.

Solunsalpaajahoito

Syövän lääkehoitona käytetään solunsalpaajia (sytostaatteja). Solunsalpaajat estävät syöpäsolujen kasvua ja jakautumista. Solunsalpaajahoitoja voidaan antaa ennen leikkausta, leikkauksen jälkeen tai tehostamaan sädehoitoa. Levinneessä taudissa solunsalpaajia käytetään pysäyttämään ja hidastamaan syöpätaudin etenemistä.

Solunsalpaajahoidon suunnittelee lääkäri ensimmäisellä käynnilläsi ja hoito toteutetaan kuurista riippuen yhtenä tai useampana päivänä 1-4 viikon välein. Sinulle selvitetään hoidon tarkoitus, hoitosuunnitelma ja mahdolliset hoidosta aiheutuvat haitat. Vastaanotolla sinulle kirjoitetaan tarvitsemasi reseptit, sairauslomatodistukset ja mahdolliset muut todistukset. Jatkossa lääkärin vastaanotolle tulet sovitun ohjelman mukaisesti.

Solunsalpaajat kulkeutuvat kehon eri osiin verenkierron välityksellä. Ne saattavat vaikuttaa myös terveiden solujen toimintaan aiheuttaen haittavaikutuksia. Lääkkeiden vaikutus kohdistuu erityisesti nopeasti jakautuviin soluihin, kuten verta muodostavan luuytimen soluihin (valkosolut, punasolut ja verihituleet), ja limakalvojen soluihin. Kaikille potilaille ei kuitenkaan tule haittavaikutuksia. **On tärkeää, että kerrot hoitohenkilökunnalle kaikista haittavaikutuksista ja hoidon jälkeisistä muutoksista terveydentilassasi.**

Hoito suunnitellaan potilaalle yksilöllisesti. Se voi koostua yhdestä tai useammasta solunsalpaajalääkkeestä. Solunsalpaajahoito voidaan antaa tiputuksena suoneen tai tabletteina/kapseleina suun kautta. Jos saat hoidon tiputuksena, sinulle laitetaan käden laskimoon kanyyli ("tippa"), joka poistetaan hoidon päätyttyä. Hoidon aikana voit istua tuolissa tai olla sängyssä. Voit myös liikkua hoidon aikana, esim. käydä WC:ssä.

Poliklinikalla toteutettavan hoidon aikana voit syödä omia eväitä. Lääkehoituhuoneessa on myös pientä välipalaa. Polikliinisesti annettavan hoidon jälkeen pääset kotiin.

Veriarvojen seuranta

Veriarvot tarkistetaan aina ennen jokaista hoitoa tai hoitajaksoa, yleensä hoitoa edeltävänä arkipäivänä. Voit käydä verikokeissa oman terveystieteidenkeskuksesi tai sairaalan laboratoriossa. Verikokeissa sinun tulisi käydä aamulla. Useimmissa laboratorioissa on käytössä ajanvarausjärjestelmä, johon voit varata ajan joko puhelimitse tai internetin välityksellä. Voit nauttia aamupalan ennen verikokeisiin menoa, ellei toisin ole mainittu.

Jos verikoearvoissasi on poikkeavaa ja hoitoa joudutaan siirtämään, siitä ilmoitetaan sinulle puhelimitse yleensä hoitoa edeltävänä arkipäivänä. Voimme käyttää soittaessa numeronäytön estoa, joten matkapuhelimeen soittaessa saattaa näkyä teksti "Tuntematon numero soittaa".

Solunsalpaajahoidon yleisimmät haittavaikutukset

Hoitojen haittavaikutukset vaihtelevat annettavien lääkkeiden mukaan. Haittavaikutusten ilmaantuminen sekä niiden voimakkuus vaihtelevat yksilöllisesti. Etukäteen on mahdotonta ennustaa, tuleeko sinulle haittavaikutuksia ja millaisia ne tulevat olemaan. Yleensä hoidon haittavaikutukset ovat lievittyneet ennen uuden hoitajakson aloittamista.

Muutokset veriarvoissa

Veren valkosolut ovat tärkeä osa ihmisen normaalia puolustusjärjestelmää tulehduksia vastaan. Solunsalpaajat vaikuttavat luuytimen toimintaan laskemalla veren valkosolujen (leukosyytit ja neutrofiilit) määrää. Tulehdusriski kasvaa, kun veren valkosolumäärä vähenee. Solut ovat matalimmillaan 1 - 2 viikkoa hoidosta. Tulehdusriskin vuoksi sinun tulisi huolehtia hyvästä käsihygieniasta.

Hemoglobiinin lasku heikentää hapen kulkua kehon eri osiin, mikä voi aiheuttaa hengästymistä ja väsymistä. Rautalääkityksestä on kuitenkin harvoin hyötyä. Verihiutaleiden määrän voimakas väheneminen saattaa lisätä verenvuotoriskiä. Oireita voivat olla nenäverenvuoto, vuoto ikenistä, verivirtsaisuus ja mustelmat.

Kuume

Jos sinulle nousee **kuume 38 °C** tai sinulla on pientä lämpöä muutamia päiviä tai muita tulehduksen oireita tai sinun yleisvointisi heikkenee, sinun tulee **lähteä päivystykseen**. Jos syöpätautien poliklinikka on avoinna, voit ensin soittaa syöpätautien poliklinikan hoitajalle.

Päivystyksessä sinun tulee kertoa, milloin olet saanut solunsalpaajahoidon. Jos sinulle määrätään tulehduksen hoitoon antibioottikuuri, ota yhteyttä syöpätautien poliklinikan hoitajaan mielellään jo ennen seuraavaa lääkäri- ja/tai hoitoaikaa. Hoitoa voidaan joutua siirtämään tulehduksen hoidon vuoksi. Jos sairastut esim. vatsatautiin tai flunssaan muutamaa päivää ennen hoitoa tai hoitopäivänä, sinun tulisi soittaa syöpätautien poliklinikalle. Siellä arvioidaan voidaanko hoito toteuttaa.

Pahoinvointi ja oksentelu

Yleisin solunsalpaajien haittavaikutus on pahoinvointi. Pahoinvointi voi olla hoidosta riippuen hyvin lievää tai voimakasta. Ennen hoitoa ja hoidon jälkeinen pahoinvoinnin estolääkitys vaihtelee suuresti hoito-ohjelmasta riippuen. Sinun hoitoosi liittyvät pahoinvoinnin estolääkitysohjeet saat kirjallisesti ja lääkäri tekee hoitoa suunniteltaessa tarvittavat reseptit.

- Jos tunnet estolääkityksestä huolimatta voimakasta pahoinvointia, siitä tulisi kertoa lääkärille tai hoitajalle.
- Jos oksentelu on runsasta estolääkityksestä huolimatta tai ravinnon ja nesteiden nauttiminen on heikkoa, sinun on hakeuduttava lääkäriin.

Ravitsemus

Annettavat hoidot saattavat aiheuttaa ruokahaluttomuutta. Vointisi kannalta on tärkeää syödä ja juoda, vaikka se voi joskus tuntua sinusta vastenmieliseltä.

- Hoitopäivänä (+ 1-2 vuorokautta) runsas nesteiden juominen (1 ½ - 2 litraa/vrk:ssa) on tärkeää. Juomana voi olla, mikä maistuu, esim. vesi, mehu tai kivennäisvesi (greippiä sisältäviä tuotteita ei suositella)
- Helposti sulavan ravinnon nauttiminen hoidon jälkeen yleensä lievittää huonovointisuutta ja nopeuttaa toipumista.
- Pahoinvointia voit ehkäistä ja vähentää syömällä useita pieniä aterioita päivässä, syömällä hitaasti ja pureskelemalla ruoka huolellisesti. Normaali, monipuolinen ja terveellinen ruoka on suositeltavaa solunsalpaajahoidon aikana. Voit kuitenkin syödä sitä mikä maistuu, ellei sinulle ole kerrottu erityisistä ruokarajoituksista.
- Hapanmaitotuotteista saattaa olla apua esim. Asidofilus- ja Gefilus-tuotteet
- Happamat ruoka-aineet kuten etikkasäilykkeet, sitruuna ja virvoitusjuomat saattavat vähentää pahoinvointia
- Maku- ja hajuaisti voivat muuttua tilapäisesti
- Apteekista saatavista lisäravinteista, esim. FortiCare tai Nutridrink, saattaa olla apua. Saat halutessasi lisätietoa hoitajalta.
- Luontaistuotteiden käyttöä ei suositella hoitojen aikana. Luontaistuotteista sinun kannattaa keskustella lääkärin kanssa.
- Hoitojen aikana sallittuja vitamiinivalmisteita ovat Kalkki-D -valmisteet sekä Multitabs-monivitamiinivalmiste.

Iho- ja limakalvo-ongelmat

Solunsalpaajahoidojen jälkeen sinulla saattaa esiintyä ihon kuivumista, ihottumaa, suun arkuutta ja kuivumista, silmien ärtymistä ja nenän limakalvon kuivuutta. Limakalvojen haittavaikutukset ilmenevät yleensä kipuna, punoituksena sekä joskus myös haavaumina. Joskus sieninfektiot tai herpes-viruksen aktivoituminen saattavat aiheuttaa infektion oireita, jotka tulee hoitaa niille tarkoitetuilla lääkkeillä.

Suun limakalvojen hoito-ohjeet

- Suun kuivuminen on solunsalpaajien yleinen haittavaikutus. Juomalla säännöllisesti pieniä määriä nesteitä suu pysyy kosteana. Syljeneritystä voi tarvittaessa lisätä apteekista saatavilla tuotteilla.
- Suun purskuttelu suolaliuoksella ruokailujen jälkeen, vähintään 4 - 5 kertaa vuorokaudessa ylläpitää suun hyvää hygieniatasoa. Suolaliuosohje: 1tl suolaa liuotetaan 1 litraan vettä tai lasi vettä, ¼ tl suolaa, ¼ tl sooda. Kamomillatee saattaa rauhoittaa limakalvoja
- Ruuan voi soseuttaa, jos sen pureskeleminen tekee kipeää.
- Miedot ruuat kuten keitot, munaruuat, puurot tai vellit ovat suositeltavia.
- Jäätelön kaltaiset kylmät ruuat tai jääpalojen imeskely rauhoittavat limakalvoja.
- Kuumia ja voimakkaasti maustettuja tai happamia ruokia tulisi välttää.

- Hampaat on hyvä pestä pehmeällä hammasharjalla ja miedolla tahnalla, esim. OralBalancella®, jota saa apteekista.
- Apteekista saa suun kipeytyneille limakalvoille tarkoitettuja imeskelytabletteja, esim. Bepanthen®.
- Alkoholisia sisältävien suunhoitotuotteiden käyttöä ei suositella.
- Vaikeissa suun limakalvo-ongelmissa voit saada apteekin valmistamaa suunhoitogeeliä hoitajalta.
- Jos suun limakalvoilla on valkoista katetta, se tulisi hoitaa lääkkein.

Hampaat tulisi tarkistaa ennen solunsalpaajahoidon aloittamista. Jos sinulla on hoitojen aikana hampaisiin liittyviä ongelmia, ota yhteyttä ensin poliklinikan hoitajaan, ennen kuin varaat aikaa hammaslääkärille. Hammaslääkärisi tulee olla myös tietoinen meneillään olevasta solunsalpaajahoidosta. Hammashoidot saattavat aiheuttaa muutoksia suunniteltuihin solunsalpaajahoitoihin.

Silmien ärtymisen syynä on useimmiten silmien kuivuminen, jonka oireita ovat silmien kutina, kirvely, hiekan tunne silmissä ja/tai silmien vetistely. Oireisiin voit kokeilla silmien kostutustippoja.

Nenän kuivat limakalvot saattavat oireilla nenän tukkoisuutena, lievänä verenvuotona tai kipuna. Nenän limakalvoille voit kokeilla esim. A-vitamiinitippoja tai öljypohjaisia suihkeita.

Emättimen kuiville limakalvoille voit kokeilla paikallisesti esim. Ceridal-öljyä tai muuta hormonitonta valmistetta. Limakalvojen hoitoon tarkoitettuja tuotteita saa apteekista ilman reseptiä.

Tupakoinnin lopetus on tärkeä osa syövän hoitoa. Tupakointi heikentää solunsalpaajahoidon tehoa. Tupakoinnin lopettaminen parantaa useiden syöpäsairauksien ennustetta. Tupakoinnin lopettamisessa sinua auttaa tupakoinnin vieroitukseen perehtynyt sairaanhoitaja, jonka yhteystiedot saat tarvittaessa hoitajalta.

Ripuli

Suoliston limakalvojen soluvaurio ilmenee useimmiten ripulina, joka voi kestää muutaman päivän. Jos sinulle annettavan lääkkeen tiedetään usein aiheuttavan ripulia, siitä kerrotaan jo hoitoa aloitettaessa ja annetaan erillinen kirjallinen ohje ripulin hoidosta.

Yleiset ripulin hoito-ohjeet

- Runsas juominen on tärkeää kuivumisen ehkäisemiseksi. Nesteenä voit nauttia esim. vettä, hedelmämehuja, teetä, lihalientä tai mustikkakeittoa.
- Riisi, perunasose, banaani- tai omenasose, paahtoleipä tai keksit rauhoittavat useimmiten vatsaa.
- On hyvä välttää kaasua muodostavia ravintoaineita kuten kahvia, herneitä, tummaa leipää, kaalia, papuja, makeisia ja voimakkaasti maustettua ruokaa

- Maitotuotteita on hyvä välttää, jos ne ärsyttävät vatsaa
- Ripulia voi helpottaa ruskea omenaraaste. Omena kuoritaan ja raastetaan lautaselle ja sen annetaan ruskettua ennen syömistä.
- Jos ripuli ei rauhoitu päivän kuluessa, sinun tulee hakea apteekista ripulin hoitoon tarkoitettua lääkettä loperamidia (Imocur® tai Imodium®) ja käyttää sitä pakkauksen ohjeen tai erillisen ohjeen mukaan, jonka olet saanut hoitajalta.
- Jos ripuli ei lääkityksestä huolimatta helpota parissa päivässä, sinun on hakeuduttava lääkäriin.

Ummetus

Solunsalpaajat, kipulääkkeet sekä pahoinvoinninestoon käytettävät lääkkeet voivat hidastaa suolen toimintaa ja aiheuttaa ummetusta. Ummetusta voivat aiheuttaa myös vähäinen liikunta tai tavallista vähäkuituisempi ruoka.

Ummetuksella tarkoitetaan vaivaa, jossa ulostaminen on vaikeaa ja suoli tyhjenee harvemmin kuin kolme kertaa viikossa ja uloste on kovaa. Myös jatkuva turvonnut olo, vatsakivut, ilmavaivat, pahoinvointi tai painon tunne vatsalla voivat olla oireita ummetuksesta.

Jos vatsantoiminta hidastuu, sinun tulisi aloittaa ummetuksen hoito välittömästi. Vatsan pitäisi toimia vähintään joka toinen päivä.

Ummetuksen hoito-ohjeet

- Runsas juominen edistää vatsan toimintaa.
- Vihannekset, hedelmät, kokojyväleipä, vehnä- ja kauraleseet sekä pellavansiemenet ovat hyviä kuitupitoisen ravinnon lähteitä.
- Ulkoilua ja liikuntaa voit harrastaa voimiesi mukaan
- Jos ummetus ei helpota parissa päivässä ruokavaliolla ja liikunnalla, lääkehoito tulee aloittaa apteekista saatavilla ulostemassaa pehmentävillä valmisteilla, joita ovat mm. Levolac®, Duphalac® tai Laxoberon®, Pegorion® ja Movicol®. Annokset ovat hyvin yksilöllisiä. Hoito tulisi aloittaa pienillä annoksilla muutamia kertoja päivässä.
- Jos ummetus pitkittyy lääkityksestä huolimatta tai tulee äkillisiä kovia vatsakipuja, sinun on hakeuduttava lääkäriin.

Hiusten lähtö

Osa solunsalpaajista aiheuttaa hiustenlähtöä, ja muu karvoitus kuten ripset ja kulmakarvat, saattavat myös vähentyä. Hiukset alkavat lähteä noin kaksi tai kolme viikkoa ensimmäisen hoidon jälkeen, mutta hiusten lähtö on yksilöllistä. Osalla hiukset lähtevät nopeasti tukkoina ja toisilla vähitellen. Mikäli sinun hoito aiheuttaa hiustenlähdön, saat peruukin hankintaa varten palvelusetelin. Peruukkia on hyvä sovittaa ja tilata se jo valmiiksi, ennen hiustesi lähtöä. Hiukset kasvavat takaisin hoidon päätyttyä.

Väsymys ja uupumus

Hoitojakson aikana sinulla saattaa esiintyä väsymystä ja uupumusta. Itse tautiin voi liittyä väsymystä ja myös hoidot rasittavat elimistöä. Mielialavaihtelut ovat yleisiä ja unirytmisi voi häiriintyä. Väsymys saattaa johtua myös anemiasta tai bakteeritulehduksesta, jotka ovat hoidettavissa. Aina ei väsymykselle ja uupumukselle löydetä syytä. Niiden kokeminen on hyvin yksilöllistä, eikä niitä esiinny kaikilla hoitoa saavilla.

Hormonitoiminta

Hormonitoiminnassa voi esiintyä häiriöitä. Naisilla kuukautiset voivat harventua tai jäädä kokonaan pois väliaikaisesti tai lopullisesti. Vaihdevuosisoireita, kuten hikoilua, unettomuutta ja limakalvojen kuivumista, saattaa esiintyä. Haittaavista oireista olisi hyvä kertoa hoitajalle tai lääkärille.

Seksuaalisuus

Solunsalpaajahoidot voivat aiheuttaa seksuaalielämän muutoksia, kuten haluttomuutta, limakalvoärsytystä ja erektiohäiriöitä. Kondomia suositellaan käytettäväksi solunsalpaajahoidon antopäivänä sekä viikko sen jälkeen. Seksuaalisuuteen liittyvistä ongelmista voit halutessasi keskustella lääkärin tai hoitajan kanssa. Syöpähoitojen aikana tulisi huolehtia raskauden ehkäisystä.

Muut haittavaikutukset

Jotkut solunsalpaajat häiritsevät kynsien kasvua ja aiheuttavat kynsien haurastumista ja värimuutoksia. Osa solunsalpaajista saattaa vaikuttaa käsien ja jalkojen tuntohermojen toimintaan, jolloin raajoissa ilmenee pistelyä ja puutumista. Jos lääkkeen tiedetään aiheuttavan näitä tai joitain muita haittavaikutuksia, niistä kerrotaan sinulle jo hoitoa aloitettaessa.

Sairauden kanssa eläminen

Mielialamuutokset ja huoli tulevaisuudesta ovat luonnollisia reaktioita sairastumisen ja hoidon aikana. Kotona sinun on hyvä pyytää läheisiltäsi apua, jos omat voimat eivät riitä. Voit kertoa mieltä painavista asioista lääkärille tai hoitajalle. Sinulle voidaan tarvittaessa varata aika esim. sosiaalityöntekijälle, kuntoutusohjaajalle tai psykiatriselle sairaanhoitajalle.

Sosiaalityö sairaalassa on osa potilaan kokonaisvaltaista hoitoa ja kuntoutusta. Sairastuminen voi vaikuttaa monella tavalla perhe-elämään, toimeentuloon sekä kotona ja työelämään selviytymiseen.

Palvelumuodot:

- opastus, neuvonta ja tietoa sosiaalieduista ja – palveluista
- avustus anomusten tekemisessä
- potilaan kokonaistilanteen kartoitus
- jatkohoidon suunnittelu potilaan, hoitohenkilökunnan ja omaisten kanssa
- keskustelutukea potilaalle ja omaisille

Kuntoutusohjaaja antaa asiantuntevaa tietoa koskien apuvälineitä, kuntoutuskursseja, koulutukseen ja ammatinvalintaan sekä työhön liittyvissä asioissa, eri tukien hakemisessa ja apua yhteydenotoissa eri viranomaisien kanssa sekä omaisten ja terveydenhuollon henkilökunnan ohjausta.

Hoitojen aikana voit viettää normaalia elämää. Voit ulkoilla ja harrastaa voimiesi mukaan. Voimakasta fyysistä rasitusta ei suositella hoitopäivänä eikä parina hoidon jälkeisenä päivänä. Monipuolinen ruoka, riittävä nesteiden juonti, riittävä lepo ja uni auttavat yleiskunnan säilyttämisessä ja hoidosta toipumisessa.

Saunomista ei suositella hoitopäivinä. Alkoholin käyttö ei ole suositeltavaa solunsalpaajahoitojen aikana.

Eritteiden käsittely solunsalpaajahoidon jälkeen

Solunsalpaajat erittyvät virtsaan, ulosteeseen, hikeen, sylkeen, oksennukseen ja siemennesteeseen **enintään 7 vuorokautta solunsalpaajahoidon jälkeen.**

Suoraa ihokontaktia eritteisiin tulee välttää. Kädet tulee pestä vedellä ja saippualla, jos olet joutunut koskettelemaan eritteitä. WC-käynnin jälkeen pytynkansi suljetaan ja WC vedetään kahdesti. Miesten tulisi virtsata istualtaan. Kädet tulee pestä WC-käynnin yhteydessä. Eritteistä likaantuneet vaatteet pestään erillään muusta pyykistä. Eritteisiin tahriintuneet kertakäyttösuojat (esim. vaipat) suljetaan muovipussiin ja hävitetään normaalin sekajätteen mukana.

Milloin yhteys syöpätautien poliklinikalle tai päivystykseen?

- kuumetta 38°C tai pientä lämpöä muutamia päiviä
- vuoto-oireita: laajoja mustelmia, ienverenvuotoa, pitkittynyttä nenäverenvuotoa, gynekologista vuotoa, veriyskää, verioksenuksia, mustia ulosteita tai verivirtsaisuutta
- vatsakipuja, pitkittynyttä ummetusta tai ripulia
- pahoinvointia / oksentelua, joka jatkuu runsaana yli 2 päivää, lääkityksestä huolimatta
- ihottumaa
- rintakipuja
- ennen seuraavaa hoitoa esim. flunssan oireita, kuumetta, vatsakipuja yms.
-

Mieltä askarruttavissa asioissa voit ottaa yhteyttä syöpätautien poliklinikan hoitajaan.

Sosiaaliturvaan liittyvissä asioissa sinua neuvoo sosiaalihoitajamme.

Kuntoutusohjaaja puolestaan auttaa mm. apuvälineisiin, sopeutumisvalmennuskursseihin ja työhön palaamiseen liittyvissä asioissa.

Satakunnan sairaanhoitopiiri • www.satasairaala.fi • Vaihde 02 627 71
Vaasan sairaanhoitopiiri • www.vaasankeskussairaala.fi • Vaihde 06 213 1111
Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri • www.vsshp.fi • Vaihde 02 313 000