

Denna anvisning är ämnad för våra patienter som är i ett vårdförhållande

Satakunta välfärdsområde | Österbottens välfärdsområde | Egentliga Finlands välfärdsområde

CYTOSTATIKABEHANDLING



Innehåll

Cytostatikabehandling.....	3
Uppföljning av blodvärden	4
De vanligaste biverkningarna vid cytostatikabehandling.....	4
Förändringar i blodvärden.....	4
Feber	5
Illamående och kräkningar	5
Näring	5
Problem med hud och slemhinnor	6
Behandlingsanvisningar för munslemhinnor	6
Diarré	8
Allmänna behandlingsföreskrifter vid diarré.	8
Förstoppning.....	8
Behandlingsanvisningar vid förstoppning.....	9
Håravfall.....	9
Trötthet och utmattning	9
Hormonell function	9
Sexualitet.....	10
Övriga biverkningar.....	10
Att leva med sjukdom.....	10
Hanteringen av sekret efter cytostatikabehandling	11
När ska polikliniken för cancersjukdomar eller jouren kontaktas?.....	11

Syftet med denna handledning är att ge dig information om cytostatikabehandling samt om eventuella biverkningar och om hur du kan lindra dessa hemma.

Cytostatikabehandling

Cytostatika (cellgifter) används som läkemedelsbehandling mot cancer.

Cytostatika hindrar tillväxten och delningen av cancerceller.

Cytostatikabehandlingar kan ges före operation, efter operation eller för att förstärka strålbehandling. När en sjukdom spritt sig används cytostatika för att stoppa och fördröja cancersjukdomens framskridande.

Läkaren planerar cytostatikabehandlingen vid ditt första besök och behandlingen genomförs under en eller flera dagar med 1-4 veckors mellanrum beroende på kuren. Du kommer att få information om syftet med behandlingen, behandlingsplanen och eventuella olägenheter som behandlingen medför. På mottagningen får du recepten, sjukskrivningsintygen och eventuella andra intyg som du behöver. I fortsättningen kommer du till läkarmottagningen enligt det överenskomna programmet.

Cytostatikan transporteras till de olika delarna av kroppen med hjälp av blodcirkulationen. De kan även påverka de friska cellernas funktion och därför medföra biverkningar. Läkemedlets effekt riktas till celler som delar sig snabbt, såsom cellerna (vita blodkroppar, röda blodkroppar och blodplättar) i den blodbildande benmärgen, och cellerna i slemhinnorna. Alla patienter får dock inte biverkningar. **Det är viktigt att du berättar för personalen om alla biverkningar och förändringar i ditt hälsotillstånd efter behandlingen.**

Behandlingen planeras individuellt för patienten. Den kan bestå av en eller flera olika cytostatika. Cytostatikabehandlingen kan ges med dropp intravenöst eller som tablett/kapsel oralt. Om du får behandlingen som dropp får du en kanyl i en ven i handen ("dropp"), som avlägsnas efter avslutad behandling. Under behandlingen kan du sitta på en stol eller ligga i sängen. Du kan även röra dig under behandlingen, t.ex. gå på toaletten.

Under behandlingen kan du äta en medhavd matsäck. Det finns även små mellanmål i behandlingsrummet. Efter en behandling som ges polikliniskt får du gå hem.

Uppföljning av blodvärden

Blodvärdena kontrolleras alltid före varje behandling eller behandlingsperiod, ofta dagen före behandling. Du kan lämna blodprov på laboratoriet på din egen hälsovårdscentral eller på sjukhuset. Du ska lämna blodprov på morgonen. På de flesta laboratorierna finns ett tidbokningssystem där du kan boka tid endera per telefon eller via internet. Du kan inta ett morgonmål före blodprovstagningen om inget annat har nämnts.

Om det förekommer något avvikande i dina blodprov eller om behandlingen måste flyttas får du vanligtvis information telefonledes vardagen före. När vi ringer är det möjligt att vi använder oss av blockering av uppringnings-id och därför kan samtal till mobiltelefoner komma från ett okänt nummer.

De vanligaste biverkningarna vid cytostatikabehandling

Biverkningarna av behandlingen varierar beroende på de läkemedel som ges. Uppkomsten av biverkningar samt deras styrka varierar individuellt. Det är omöjligt att förutsäga om du kommer att få biverkningar och vilka dessa kommer att vara. Vanligtvis har biverkningarna från behandlingen lindrats före den nya behandlingsperioden påbörjas.

Förändringar i blodvärden

De vita blodkropparna är en viktig del av människans normala immunförsvar mot infektioner. Cytostatika påverkar benmärgens funktion genom att sänka antalet vita blodkroppar (leukocyter och neutrofiler) i blodet. Risken för infektion ökar när antalet vita blodkroppar minskar. Antalet celler är lägst 1-2 veckor efter behandlingen. På grund av infektionsrisken ska du se till att du har en god handhygien.

Sjunkande hemoglobin försämrar syretransporten till olika delar av kroppen, vilket kan medföra andfåddhet och trötthet. Medicinering med järn är dock sällan till någon nytta. Den kraftiga minskningen av blodplättar kan öka risken för blödningar. Symtomen kan vara näsblod, blödande tandkött, blod i urinen och blåmärken.

Feber

Om du har **feber som stiger till 38 °C** eller om du har stegring under några dagar eller andra symtom på infektion eller om ditt allmäntillstånd försämras måste du **komma till jouren**. Om polikliniken för cancersjukdomar är öppen kan du ringa först till skötaren på polikliniken för cancersjukdomar.

På jouren ska du berätta när du har fått cytostatikabehandling. Om du ordinerats en antibiotikakur mot infektion ska du kontakta skötaren på polikliniken för cancersjukdomar gärna redan före följande läkar- och/eller behandlingstid. Behandlingen kan vara nödvändig att flyttas på grund av infektionsbehandlingen. Om du får t.ex. en magsjukdom eller blir förkyld några dagar före behandlingen eller på behandlingsdagen, ska du ringa till polikliniken för cancersjukdomar. Där görs en bedömning om behandlingen kan genomföras.

Illamående och kräkningar

Den vanligaste biverkningen av cytostatika är illamående. Beroende på behandlingen kan illamåendet vara mycket lindrigt eller kraftigt. Den förebyggande medicineringen mot illamåendet före och efter behandlingen varierar mycket beroende på behandlingsprogrammet. Anvisningarna för den förebyggande medicineringen för illamåendet i anknytning till din behandling får du skriftligt och läkaren skriver ut de nödvändiga recepten vid planeringen av behandlingen.

- Om du känner kraftigt illamående trots den förebyggande medicineringen ska du berätta detta för läkaren eller skötaren.
- Om kräkningarna är kraftiga trots den förebyggande medicineringen eller om intaget av näring och vätska är dåligt ska du uppsöka läkare.

Näring

Behandlingarna kan medföra aptitlöshet. Med avseende på ditt tillstånd är det viktigt att äta och dricka även om du ibland tycker att det känns motbjudande.

- Under behandlingsdagarna (+ 1-2 dygn) är det viktigt att dricka mycket vätska (1 ½ - 2 liter/dygn). Drycken kan vara, om det smakar t.ex. vatten,

saft eller mineralvatten (produkter som innehåller grapefrukt rekommenderas inte)

- Intag av lättsmältande föda efter behandlingen lindrar ofta illamåendet och påskyndar återhämtningen.
- Illamåendet kan förebyggas och minskas genom att äta många små mål per dag, genom att äta långsamt och tugga maten noggrant. Normal, mångsidig och hälsosam mat rekommenderas under cytostatikabehandlingen. Du kan dock äta det som smakar om du inte blivit informerad om särskilda kostbegränsningar.
- Till exempel kan Acidofilus- och GEFILUS-produkter vara till hjälp.
- Sura födoämnen såsom ättiksinläggningar, citron och läskedrycker kan minska illamåendet
- Smak- och luktsinnet kan förändras tillfälligt
- Näringstillskott som fås på apotek, t.ex. FortiCare eller Nutridrink kan vara till hjälp. Om du önskar får du mer information av skötaren.
- Användningen av naturpreparat rekommenderas inte under behandlingen. Du ska tala med läkaren om naturpreparaten.
- Under behandlingen är Kalk-D-preparaten samt Multitabs-multivitaminpreparatet tillåtna vitaminpreparat.

Problem med hud och slemhinnor

Efter cytostatikabehandlingen kan det förekomma torr hud, eksem, känslighet och torrhet i munnen, irriterade ögon och torra slemhinnor i näsan. Biverkningarna i slemhinnorna yttrar sig vanligtvis som smärta, rodnad samt ibland även som sår. Ibland kan svampinfektioner eller aktivering av herpesvirus orsaka infektionssymtom som ska behandlas med läkemedel som är avsedda för detta.

Behandlingsanvisningar för munslemhinnor

- Muntorrhet är en vanlig biverkning av cytostatika. Genom att dricka regelbundet små mängder vätska hålls munnen fuktig. Salivutsöndringen kan vid behov ökas med preparat som fås på apoteket.
- Sköljning av munnen med saltlösning efter måltiderna minst 4-5 gånger per dygn upprätthåller en god hygiennivå i munnen. Recept på saltlösning: 1tsk salt löses i 1 liter vatten eller ett glas vatten, ¼ tsk salt, ¼ tsk soda. Kamomillte kan lugna slemhinnorna
- Maten kan mosas om det gör ont att tugga.
- Milda maträtter såsom soppor, äggrätter, gröt och välling rekommenderas.

- Kall mat av typen glass eller att suga på isbitar lugnar slemhinnorna.
- Heta och kraftigt kryddade eller sura maträtter ska undvikas.
- Det är bra att borsta tänderna med en mjuk borste och mild tandkräm, t.ex. OralBalance®, som fås på apotek.
- Från apoteket fås sugtabletter som är avsedda för skadade slemhinnor, t.ex. Bepanthen®.
- Användningen av alkoholinnehållande munvårdsprodukter rekommenderas inte.
- För svåra munslemhinneproblem kan du få apotekstillverkad munvårdsgel av skötaren.
- Om du har en vit beläggning på slemhinnorna ska den behandlas med läkemedel.

Tänderna ska kontrolleras före cytostatikabehandlingen inleds. Om du har problem som är anknutna till tänderna under behandlingen ska du kontakta först sköterskan på polikliniken innan du reserverar en tid hos tandläkaren. Din tandläkare ska också vara medveten om den pågående cytostatikabehandlingen. Tandvården kan också orsaka förändringar i den planerade cytostatikabehandlingen.

Orsaken till irriterade **ögon** är vanligtvis ögontorrhet, vars symtom är klåda och sveda i ögonen, en känsla av sand i ögonen och/eller rinnande ögon. Mot symtomen kan du prova med fuktdroppar för ögonen.

De torra slemhinnorna i **näsan** kan ge symtom som täppt näsa, lindrigt näsblod eller smärta. För slemhinnorna i näsan kan du prova t.ex. A-vitaminspray eller oljebaserade sprayer.

För de torra slemhinnorna i **slidan** kan du prova lokalt t.ex. Ceridal-olja eller ett annat hormonfritt preparat. Preparat för behandling av slemhinnor fås på apoteket utan recept.

En viktig del av cancerbehandlingen är att **sluta röka**. Rökning minskar cytostatikabehandlingens effekt. Att sluta röka förbättrar prognosen för flera cancersjukdomar. En sjukskötare som är specialiserad på rökavvänjning hjälper dig att sluta röka. Vid behov får du kontaktuppgifterna av skötaren.

Diarré

Skadorna i tarmens slemhinnor uppträder oftast som diarré som kan pågå under några dagar. Om det är känt att det läkemedel du får ofta medför diarré får du information om detta redan när behandlingen inleds och du får en separat anvisning om hur diarrén ska behandlas.

Allmänna behandlingsföreskrifter vid diarré.

- Rikligt vätskeintag är viktigt för att förhindra uttorkning. Som vätska kan du inta t.ex. vatten, fruktsafter, te, buljong eller blåbärssoppa.
- Ris, potatismos, banan- eller äppelmos, rostat bröd eller kex lugnar vanligtvis magen.
- Det är bra att undvika gasframkallande kost såsom kaffe, ärter, mörkt bröd, kål, bönor, sötsaker och kraftigt kryddad mat
- Det är bra att undvika mjölkprodukter då de irriterar magen
- Diarrén kan lindras av brunt rivet äpple. Äpplet skalas och rivs och därefter får den bli brun innan den äts.
- Om diarrén inte lugnar sig under dagen ska du skaffa ett läkemedel för behandling av diarré från apoteket, loperamid (Imocur®, Imodium® eller Lopex®) och använda det enligt bipacksedeln eller en separat anvisning som du fått av sjukskötaren.
- Om diarrén inte går över inom ett par dagar ska du kontakta läkare.

Förstoppning

Cytostatika, smärtstillande läkemedel samt läkemedel mot illamående kan fördröja tarmens funktion och medföra förstoppning. Lite motion och kost med mindre fiber än vanligt kan också medföra förstoppning.

Med förstoppning avses ett besvär då tarmtömningen är svår och tarmen töms mer sällan än tre gånger per vecka och avföringen är hård. En kontinuerlig känsla av svullnad, magsmärtor, luftbesvär, illamående och tryckkänsla i magen kan vara symtom på förstoppning.

Om magfunktionen blir långsammare ska du inleda behandlingen mot förstoppning omedelbart. Magen ska fungera minst varannan dag.

Behandlingsanvisningar vid förstoppning

- Rikligt vätskeintag främjar magens funktion.
- Grönsaker, frukter, fullkornsbröd, vete- och havrekli samt linfrön är bra källor för fiberrik föda.
- Du kan vistas ute och motionera efter din förmåga.
- Om förstoppningen inte lättar med hjälp av kost och motion ska läkemedelsbehandlingen inledas med preparat från apotek som gör avföringsmassan mjuk. Dessa är bl.a. Levolac®, Duphalac® eller Laxoberon®, Pegorion® och Movicol®. Doserna är mycket individuella. Behandlingen ska inledas med små doser några gånger per dag.
- Om förstoppningen fortsätter trots medicinering eller om det uppkommer plötsliga kraftiga magsmärtor måste du kontakta läkare.

Håravfall

En del av cytostatikan medför håravfall och även annan behåring såsom ögonfransar och ögonbryn kan minska. Håret börjar falla cirka två eller tre veckor efter den första behandlingen men håravfallet är individuellt. Hos vissa personer faller håret i tussar och hos andra småningom. Om din behandling medför håravfall får du en servicesedel för att skaffa en peruk. Peruken är bra att prova ut och beställa före ditt hår faller av. Håret växer ut igen efter behandlingen.

Trötthet och utmattning

Under vårdperioden kan du känna dig trött och utmattad. Själva sjukdomen kan medföra trötthet och även behandlingarna påfrestar kroppen. Humörsvängningarna är vanliga och sömnrhythmen kan bli störd. Tröttheten kan även bero på anemi eller en bakterieinfektion som kan behandlas. Alltid kan man inte hitta en orsak till trötthet och utmattning. Känslan är mycket individuell och förekommer inte hos alla som behandlas.

Hormonell funktion

Hormonrubbningar kan förekomma. Hos kvinnor kan menstruationerna bli glesare eller falla bort helt temporärt eller slutgiltigt. Klimakteriebesvär såsom svettningar, sömnlöshet och torra slemhinnor kan förekomma. Det är bra att berätta för skötaren eller läkaren om symtomen som förekommer.

Sexualitet

Cytostatikabehandlingarna kan medföra förändringar i sexuallivet såsom olust, irriterade slemhinnor och erektionsstörningar. Dagen för cytostatikabehandling och en vecka efter den rekommenderas användning av kondom. Om du vill kan du tala med läkaren eller skötaren om problem i anknytning till sexualitet. Under cytostatikabehandlingen ska graviditet undvikas.

Övriga biverkningar

Ibland stör cytostatikan nageltillväxten och gör naglarna sköra och medför färgförändringar. En del av cytostatikan kan påverka känselnervernas funktion i händer och fötter vilket gör att det förekommer stickningar och domningar i extremiteterna. Om man vet att läkemedlet medför dessa eller några andra biverkningar kommer du att få information om dessa redan när behandlingen påbörjas.

Att leva med sjukdom

Humörsvängningar och en oror om framtiden är naturliga reaktioner när man blir sjuk och under behandlingen. Du måste be om hjälp hemma av dina närstående om de egna krafterna inte räcker till. Du kan berätta för läkaren eller skötaren om frågor som tynger dig. Vid behov kan du få tid hos t.ex. en socialarbetare, rehabiliteringshandledare eller psykiatrisk sjukskötare.

Socialarbetet på sjukhuset är en del av patientens övergripande behandling och rehabilitering. Insjuknandet kan påverka på många sätt familjelivet, utkomsten samt hur man klarar sig hemma och i arbetslivet.

Serviceformer:

- handledning, rådgivning och information om sociala förmåner och socialtjänster
- hjälp vid sammanställning av ansökan
- kartläggning av patientens helhetssituation
- planering av fortsatt vård tillsammans med patienten, vårdpersonalen och de anhöriga
- samtalsstöd för patienten och de anhöriga

Rehabiliteringshandledaren ger sakkunnig information om hjälpmedel, rehabiliteringskurser, utbildning och yrkesval samt i frågor i anknytning till arbete, vid ansökan om olika typer av stöd och hjälp vid kontakt med olika myndigheter samt anhöriga och handledning av personalen inom hälso- och sjukvården.

Under behandlingarna kan du föra ett normalt liv. Du kan vara ute och motionera enligt din förmåga. Mångsidig mat, tillräckligt intag av vätska, tillräcklig vila och sömn hjälper att upprätthålla det allmänna tillståndet och återhämtningen efter behandlingen.

Bastubad rekommenderas inte under behandlingsdagen. Alkohol rekommenderas inte under cytostatikabehandlingen.

Hanteringen av sekret efter cytostatikabehandling

Cytostatikan utsöndras i urinen, avföringen, svett, saliv, kräkningar och sädesvätska **under högst 7 dygn efter cytostatikabehandlingen.**

Direkt hudkontakt med sekret ska undvikas. Händerna ska tvättas med tvål och vatten om du har varit tvungen att röra vid sekret. Efter toalettbesök ska det uppräta locket stängas och toaletten spolats två gånger. Män ska urinera sittande. Händerna ska alltid tvättas i samband med toalettbesök. Kläder som smutsats ner av sekret tvättas separat från annan tvätt. Engångsskydd som smutsats ner av sekret (t.ex. blöjor) stängs i en plastpåse och bortskaffas med normalt blandavfall.

När ska polikliniken för cancersjukdomar eller jouren kontaktas?

- feber 38°C eller stegring under några dagar
- blödningsproblem: omfattande blåmärken, blödande tandkött, långvarigt näsblod, gynekologisk blödning, blodiga upphostningar, blodiga kräkningar, svarta avföringar eller blod i urinen
- magsmärtor, långvarig förstoppning eller diarré
- illamående / kräkningar som fortsätter som riklig längre än 2 dagar, trots medicinering
- eksem
- bröstsmärtor
- före följande behandling t.ex. förkylningssymtom, feber, magsmärtor o.s.v.

Om du har frågor som du funderar över kan du kontakta skötaren på polikliniken för cancersjukdomar

Du får råd av vår socialskötare om frågor om socialskydd

Rehabiliteringshandledaren i sin tur hjälper med frågor angående bl.a. hjälpmedel, kurser för anpassningsträning och ärenden i anknytning till återvändande till arbete.