

PŘEDCHÁZENÍ NEVOLNOSTI A ZVRACENÍ PO CHEMOTERAPII



DOPORUČENÍ PRO PACIENTY LÉČENÉ CHEMOTERAPIÍ

Vážená paní, vážený pane

podrobujete se léčbě, která se nazývá chemoterapie. Ještě než bude tato léčba zahájena, doporučujeme Vám, abyste si přečetli několik rad, jak zabránit zažívacím obtížím, které se mohou v průběhu této léčby objevit a zhoršit její snášenlivost nebo ve vzácných případech vést k předčasnému ukončení léčby.

Při chemoterapii se u Vás mohou vyskytnout tyto obtíže:

- tlak v oblasti žaludku, nechutenství, odpor k jídlu
- nevolnost, pocit na zvracení, zvracení
- průjem nebo naopak zácpa

Chemoterapie probíhá v cyklech, které trvají 21 - 28 dní. Největší zažívací obtíže se objevují buď bezprostředně po zahájení léčby (první den), označujeme je jako časně nežádoucí účinky chemoterapie. Pozdní nežádoucí zažívací obtíže se mohou objevit až za 3-5 dní.

Následkem těchto obtíží nemocný nepřijímá dostatek tekutin nebo je dokonce ztrácí a hrozí nebezpečí odvodnění, metabolického a minerálního rozvratu, který ve vzácných případech může skončit selháním ledvin. Dále nedostatečným příívodem výživných látek nemocný ztrácí na váze.

Již jednou vzniklé zažívací obtíže po chemoterapii se mohou v průběhu dalšího cyklu ještě více zhoršovat. Proto je cílem lékařů předejít těmto obtížím tak, aby buď vůbec nevznikly nebo byly natolik mírné, že nezpůsobují omezení příjmu jídla a tekutin na dlouhou dobu. Předcházení těmto nežádoucím účinkům po lékařské stránce spočívá v podávání léků, které zabraňují vzniku zažívacích obtíží nebo je výrazně tlumí.

Pokud se po prvním podání chemoterapie nechutenství, pocit na zvracení či zvracení neobjevily, nemusíte při další léčbě tak striktně dodržovat výše uvedená pravidla, ale nadále platí nutnost užívání léků k prevenci zvracení.

PŘEDCHÁZENÍ (PREVENCE) NEVOLNOSTI A ZVRACENÍ PO CHEMOTERAPII

I Vy jako pacient můžete určitými opatřeními přispět k nekomplikovanému průběhu chemoterapie.

Proto prosíme, dodržujte tyto rady a opatření:

1. Lékař Vám doporučí léky k předcházení zvracení. Na naší ambulanci nebo oddělení se podávají v den zahájení léčby a pokračuje se v nich ještě 3 dny. V některých případech začíná příprava již den předem a pokračuje až 5 dní po podání chemoterapie. To, že po podání chemoterapie se cítíte dobře, je způsobeno právě těmito léky. Jejich nepravidelné užívání nebo vynechání může vést ke vzniku záživacích obtíží. To je pro Vás nevýhodné. Proto tyto léky užívejte pravidelně, i když se po prvním podání u Vás neobjevilo nechutenství ani zvracení.
2. Podle Vašeho aktuálního stavu Vám lékař může předepsat léky proti zvracení v různých formách lišících se i způsobem podání. Vedle tablet jsou pro akutní stavy určeny injekční forma podání nebo forma čípku do konečníku. Běžné tablety lze dnes nahradit i rychle rozpustnými tabletami.
3. Před zahájením prvního cyklu chemoterapie se najezte jen lehce, abyste neměli zcela prázdný žaludek (např. jogurt, pudink, tvarohový dezert, suchý rohlík, cracker, ovocná přesnídávka, piškot) a vypijte aspoň 300 ml čaje nebo ředěné ovocné šťávy. Nedoporučujeme těžká tučná jídla jako např. smažená vejčeka, tučný salám, tlačěnka atd. Nápoje jako bílá káva nebo kakao nejsou vhodné
4. Do ambulance nebo na lůžkové oddělení nemocnice, kde chemoterapii dostáváte, si přineste dostatek tekutin - nejlépe mírně chlazených - které popíjete v průběhu a po podání chemoterapie, vždy pokud pocítujete žízeň. Popíjete malé množství, při nevolnosti jen svažuje rty. Zde je vhodný čaj, minerálka, voda - ale ne příliš perlivá.
5. Jestliže Vás lékař propustí bezprostředně po ukončení chemoterapie domů, vyčkejte půl až 1 hodinu v ambulanci a pokud se cítíte dobře, můžete odejít. Je vhodné mít zajištěn odvoz autem s doprovodem, v žádném případě nejezděte autem sami. Cestování dopravními prostředky po prvním podání chemoterapie nedoporučujeme.
O tom, zda Váš zdravotní stav vyžaduje odvoz sanitou, rozhodne lékař.
6. Po chemoterapii první den dodržujte klidnější režim, pobývejte raději doma a zabavte se nenamáhavou činností. Jezte jen střídavě, po malých porcích a vynechejte dráždivá a tučná jídla. Nezapomínejte stále popíjet po malých doušcích tekutiny.

7. Pokud cítíte nevolnost nebo dokonce zvracíte - nesnažte se jíst, jen popíjejte malé množství tekutin (např. 1 polévkovou lžící po 15 - 30 minutách). V tomto případě se osvědčila chlazená Coca-cola, po vyprchání bublinek nebo chlazený, lehce oslazený čaj (černý, zelený, heřmánkový) nebo jen chlazená minerálka bez příchutě.
8. Pokud se další dny zvracení stupňuje a nic nepomáhá, vyhledejte pomoc lékaře. Nedovolte, aby Vás tyto obtíže natolik oslabily a ohrozily natolik, že budete muset být přijat do nemocnice.
9. Někdy převládá pouze nechutenství, je však natolik úporné, že nejste schopni přijímat normální stravu. I zde platí zásada jíst malé množství stravy vícekrát denně a popíjet po malých doušcích tekutiny, které mohou být slazené, a tím přijímáte aspoň část energie. Lepší variantou jsou léčebné přípravky k popíjení, které alespoň částečně nahradí denní příjem energie a výživných látek pro organismus. Můžete je zakoupit v lékárně bez receptu. Existují ve formě nápoje v krabičce nebo lahvičce s brčkem v různých příchutích (sladkých či slaných) nebo bez příchutě. Pokud vypijete aspoň 2 krabičky tohoto nápoje denně, uhradíte polovinu toho, co byste normálně měli sníst. Upozorňujeme, že nápoj se snáší lépe, pokud je chlazený. Začněte nejdříve malým množstvím (1 - 2 polévkové lžíce po 1 hodině) a pokud Vám nápoj vyhovuje, pokračujte tak, abyste si pití rozvrhli na celý den. Vypití celého obsahu krabičky naráz by u Vás mohlo vyvolat průjem. Pokud Vám nějaká příchut' nebo výrobek nechutná, zkuste jinou příchut' nebo jiného výrobce.

Autor: MUDr. Marcela Tomíšková
Fakultní nemocnice Brno, Klinika nemocí plicních a tuberkulózy,
Jihlavská 20, 639 00 Brno

Názory vyjádřené v této publikaci nemusí vyjadřovat stanovisko vzdělávacího střediska
MEDIFORUM nebo společnosti GlaxoSmithKline, s. r. o.

Připravilo vzdělávací středisko MEDIFORUM

Všechna práva jsou vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být reprodukována,
uchovávána ve vyhledávacím systému nebo převedena do jiné podoby
bez předcházejícího souhlasu majitele autorských práv.

MEDIFORUM 2007

MEDIFORUM
Na Pankráci 17/1685, 140 21 Praha 4
Tel.: 222 001 111, Fax: 261 220 253

www.mediforum.cz

Copyright © GlaxoSmithKline s. r. o.

Mediforum je vzdělávací středisko společnosti GlaxoSmithKline s. r. o. podporující edukační programy ve vybraných terapeutických oblastech

- *Naším cílem je poskytovat nejnovější informace z oblasti výzkumu i lékařské praxe*
- *Iniciujeme výměnu názorů a zkušeností předních odborníků na vybraná témata a napomáháme k šíření obecných závěrů z těchto diskusí v lékařské veřejnosti*
- *Podporujeme postgraduální vzdělávání především v rychle se vyvíjejících oblastech lékařských oborů*
- *Spolupracujeme se vzdělávacími institucemi a odbornými společnostmi*
- *Podporujeme rozvoj programů orientovaných na komunikaci s pacientem, s cílem zlepšit spolupráci s lékařem*

Mediforum

Dosud vydané publikace

s infektologickou tematikou

- Zásady racionální antibiotické léčby respiračních infekcí – 2. doplněné vydání – (1995)
- Diagnostika a terapie infekcí vyvolaných virem Herpes simplex a Varicella zoster (1997, kód 900 359)
- Zásady racionální antibiotické léčby infekcí močových cest (1998, kód 900 368)
- Zásady diagnostiky a racionální terapie bakteriálních meningitid (1999, kód 900 376, ISBN 80-85912-07-4)
- Postherpetická neuralgie jako důsledek neléčeného herpes zoster (1999, kód 900 432, ISBN 80-85912-11-2)
- Zásady diagnostiky a terapie chřipky (2000, kód 900 475, ISBN 80-85912-40-6)
- Herpes genitalis sexuálně přenosná choroba (2000, kód 900 473, ISBN 80-85912-46-5)
- Zásady diagnostiky a racionální terapie infekcí horních cest dýchacích (2001, kód 900 497, ISBN 80-85912-61-9)
- Zásady diagnostiky a racionální terapie infekcí dolních cest dýchacích (2001, kód 900 497, ISBN 80-85912-61-9)

v oblasti epileptologie

- Minimální diagnostický a terapeutický standard u pacientů s epilepsií I (1995, kód 900 316)
- Minimální diagnostický a terapeutický standard u pacientů s epilepsií II (1997, kód 900 373)
- Minimální diagnostický a terapeutický standard u pacientů s epilepsií III (1998, kód 900 430, ISBN 80-85912-08-3)
- Minimální diagnostický a terapeutický standard u pacientů s epilepsií IV (1998, kód 900 431, ISBN 80-85912-02-2)
- Minimální diagnostický a terapeutický standard u pacientů s epilepsií I–V (2000, kód 900 478, ISBN 80-85912-48-1)
- Minimální diagnostický a terapeutický standard u pacientů s epilepsií VI (2001, kód 900 498, ISBN 80-85912-66-X)
- Soubor minimálních diagnostických a terapeutických standardů u pacientů s epilepsií I–VII (2002, kód EPI 25011002, ISBN 80-85912-88-0)

v edici „Nové trendy“

- Nové trendy v opioidní anesteziologii (1998, kód 900 372)
- Monoklonální protilátky v onkologii (2000, kód 900 477, ISBN 80-85912-42-2)

ostatní

- Bolesti hlavy: stručné zásady diagnostiky a léčby (2003, kód IMI25021002, ISBN 80-7345-004-6)
- Migréna: stručné zásady diagnostiky a léčby (2003, kód IMI25011002, ISBN 80-7345-003-8)
- Alergická rýma: stručné zásady diagnostiky a léčby (2003, kód FX25010602, ISBN 80-85912-82-1)
- Depresivní onemocnění: širší pohled (2004, kód MDF11021203, ISBN 80-7345-016-X)
- Erektální dysfunkce: její diagnostika a léčba v ordinaci praktického lékaře (2004, kód MDF 258010204, ISBN 80-7345-019-4)
- Inzulínová rezistence a možnosti jejího ovlivnění perorálními antidiabetiky (2004, kód MDF25020804, ISBN 80-7345-036-4)
- Inhalační systémy (2004, kód MDF25040804, ISBN 80-7345-043-7)
- Bipolární porucha a její léčba (2004, kód MDF25060804, ISBN 80-7345-051-8)
- Léčba diabetes mellitus 2. typu kombinací rosiglitazonu a metforminu (2005, kód AVM06010405, ISBN 80-7345-061-5)
- Chronická obstrukční plicní nemoc (2006, kód SE25020406, ISBN 80-7345-085-2)
- Astma v otázkách a odpovědích (2006, kód SE25010406, ISBN 80-7345-089-5)



Projekt podporuje MEDIFORUM,
vzdělávací a doškolovací oddělení společnosti GlaxoSmithKline s.r.o.