

عوارض شیمی درمانی

عوارضی که ممکن است این داروها در بدن بوجود آورند بستگی به نوع دارو و شدت واکنشی دارد که بدن فرد نسبت دارو نشان می دهد. ناگفته نماند که هر بیمار دچار همه عوارضی که در اینجا می خوانید، نخواهد شد بلکه گاهی یک یا چند عارضه ممکن است بروز نماید. نکته مهم آن است که هر گونه عوارض جانبی و علائم کلینیکی را به پزشک معالج و پرستار مربوطه گزارش دهید.

الف – تهوع و استفراغ:

چون اکثر داروهای شیمی درمانی باعث التهاب مخاط معده می شوند، معمولاً همراه با آن، داروهایی برای جلوگیری از حالت تهوع و استفراغ از طرف پزشک به شما داده می شود. با این وجود اگر نکات زیر را رعایت کنید، حالت تهوع و استفراغ کمتری خواهید داشت:



- 1- هر بار که غذا می خورید لقمه های کوچک بردارید و به آرامی بجوید.
- 2- سعی کنید ظاهر غذاها اشتها آور باشد و از غذاهایی که هضم راحت تری دارند، استفاده کنید.
- 3- سه روز اول پس از انجام دارو درمانی، سعی شود از گوشت سفید مثل مرغ و ماهی استفاده شود و پس از این می توان از گوشت قرمز بخصوص ماهیچه استفاده کرد.

ب- احساس ضعف و خستگی و تنگی نفس:

- 1- از انجام کارهای سنگین پرهیز کنید، استراحت بیشتری داشته باشید تا انرژی تان را ذخیره کرده باشید.
- 2- در زمان وجود سرگیجه یا عدم تعادل، از تغییر وضعیت ناگهانی مثل تغییر وضعیت از حالت خوابیده به نشسته، پرهیز کنید.
- 3- غذای مصرفی بیمار باید پرپروتئین باشد و میان وعده های غذایی فراموش نشود.



پ- خواب رفتگی و گزگز در انگشتان و اختلال در

تعادل:

داروهای شیمی درمانی ممکن است تغییراتی در اعصاب حسی ایجاد کنند و باعث عوارضی مثل خواب رفتگی انگشتان دست و پا و یا اختلال در حرکت و از دست دادن تعادل شوند



که معمولاً گذرا بوده و با قطع دارو به تدریج برطرف می شود. پزشک را در جریان این امر قرار دهید.

ت- ریزش مو:

چون سرعت رشد و تکثیر (زیاد شدن) سلولهای پیاز موی سر و تن بسیار زیاد است از این رو ممکن است در اثر دارو درمانی موقتاً به آنها آسیب برسد ولی پس از قطع دارو متوقف می شود و موهایتان به حالت طبیعی درخواهد آمد. در صورت تمایل می توانید:



- ۱- قبل از شیمی درمانی موهایتان را کوتاه کنید.
- ۲- از کلاه، شال گردن یا روسری نخی استفاده کنید.
- ۳- با شانه دانه درشت موهای خود را شانه کنید.
- ۴- از شامپوهای ملایم برای شستن مو استفاده کنید و بعد از حمام از سشوار استفاده نکنید.

ث- خونریزی:



داروهای شیمی درمانی ممکن است باعث کاهش تعداد پلاکت ها شوند. (پلاکت ها سلول های کوچکی هستند که در مغز استخوان ساخته می شوند. نقش مهمی در لخته شدن خون دارند و از خونریزی جلوگیری می کنند). اگر مقدار پلاکت های خون کم شود، احتمال خونریزی داخلی به صورت های مختلف بالا می رود. پزشک معالج در طول درمان وضعیت انعقادی را کنترل خواهد کرد و در صورت افت شدید پلاکت، دستور تزریق پلاکت را خواهد دادو

در زمان افت پلاکت جهت کم کردن خطر خونریزی نکات زیر را رعایت کنید:



۱- بدون اجازه پزشک هیچ دارویی حتی آسپرین، داروهای مسکن و خواب آور استفاده نکنید.

۲- قبا از انجام هرگونه اقدام دندانپزشکی، با پزشک معالج مشورت کنید. از مسواک نرم استفاده کنید و لثه ها را با وسیله نرمی مثل پنبه تمیز کنید.

۳- برای نظافت بینی انگشت داخل آن نکنید و اگر خون دماغ شدید یا لثه هایتان دچار خونریزی شد یا خلط خونی داشتید، فوراً به پزشک معالج اطلاع دهید.

۴- هنگام استفاده از وسایل تیز و برنده مثل چاقو، احتیاط کنید تا جایی از بدنتان زخم نشود.

۵- به منظور جلوگیری از سوختن بدنتان از دست زدن به وسایل داغ خودداری کنید.

۶- از کارهای سخت بدنی و ورزش سنگین خودداری کنید تا جایی از بدنتان زخمی نشود.



۷- اگر زیرپوست بخصوص در ناحیه ساق پا و یا شکم دانه های قرمز رنگی پیدا شد، فوراً به پزشک تان اطلاع دهید.



۸- اگر کبودی و خون مردگی زیر پوست بدنتان مشاهده کردید، به پزشک تان اطلاع دهید.

۹- از گذاشتن درجه حرارت (دماسنج) در مقعد، استعمال شیاف و تنقیه خودداری کنید.

۱۰- خونریزی واژینال (رحمی) و خونریزی از مقعد را به پزشک تان اطلاع دهید.

۱۱- اگر در ادرار و یا مدفوع خود خون دیدید، و یا مدفوع قیری رنگ داشتید، فوراً به پزشک تان اطلاع دهید.

ج - بی‌اشتهایی:

معمولاً بی‌اشتهایی در چند روز اول پس از شروع هردوره دارو درمانی پیدا می‌شود. برای رفع بی‌اشتهایی نکات زیر رعایت شود:



۱- دفعات غذا خوردن را زیاد کنید ولی هربار مقدار کمی بخورید.

۲- هنگامی که اشتهای بهتری دارید (در اوایل صبح) غذای بیشتری بخورید. از غذاهای که مورد دلخواه شماست استفاده کنید.

۳- در اثر داروی شیمی درمانی ممکن است اختلالی در پرزهای چشایی پیدا شود و اشتهای شما به گوشت از بین برود. با زدن چاشنی‌ها و سس‌ها به گوشت می‌توانید طعم غذا را خوشمزه کنید. ترجیحاً مرغ و ماهی را جایگزین گوشت قرمز کنید.

۴- درباره مکمل‌های غذایی و رژیم غذایی خاص در طول درمان با پزشک و کارشناس تغذیه مشورت کنید.

۵- توجه داشته باشید اگر غذا نخورید باعث کاهش وزن و کاهش مقاومت بدنتان شده و بهبودی به تأخیر می‌افتد. پس اراده کنید خوب غذا بخورید تا انرژی لازم برای مقابله با بیماری را داشته باشید. هر هفته بیمار را وزن کنید و در صورت کاهش وزن به پزشک اطلاع دهید.



واحد آموزش به بیمار- مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص)



آموزش به بیمار

کد ۲۰۵

عوارض شیمی درمانی

مطبقیم کننده: مهین قاسمی (کارشناس ارشد آموزش بهداشت
و ارتقا سلامت)

تأیید کننده: دکتر نفیسه انصاری نژاد (فوق تخصص خون و سرطان
بالین، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران)

سال ۱۴۰۳

آدرس: خیابان تارخان - خیابان نیایش - مجتمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص) - تلفن: ۶۴۳۵۱

<http://hrmc.iums.ac.ir/>