

# Инструкция на дом для пациентов, прошедших курс цитостатической противоопухолевой терапии

Побочные эффекты после прохождения курса цитостатической противоопухолевой терапии варьируются в зависимости от вводимых препаратов и индивидуальной реакции организма. Обычно побочные эффекты проявляются наиболее сильно через 2-7 суток после курса лечения.

## Показатели анализов крови и риск заражения инфекциями

Цитостатическая терапия оказывает влияние на показатели крови, и Вы подвержены повышенному риску заражения серьезной инфекцией, с которой Ваш организм не сможет справиться самостоятельно. **Если дома у Вас поднялась температура до 38,0 градусов или выше, незамедлительно обратитесь в дежурное отделение больницы Нова.** Если Вы получили медицинскую карту пациента, возьмите ее с собой и предъявите в дежурном отделении. Возьмите с собой список лекарств, индивидуальные лекарственные аэрозоли (например, ингаляторы для купирования приступов астмы) и шприц-ручки с инсулином. Будьте готовы к госпитализации.

## Тошнота

Если у Вас приступы тошноты, примите назначенные Вам противорвотные препараты (например, Primperan, Granisetron, Ondansetron) согласно инструкции. Принимайте достаточное количество жидкости (2-3 литра) и пищи. Частые интервалы между приемами пищи и прохладная, нейтральная пища и напитки могут снизить приступы тошноты. Если Вы не можете пить или принимать пищу в достаточном количестве, обратитесь в лечашее медицинское учреждение.

## Функционирование желудочно-кишечного тракта

Если у Вас приступы диареи несколько раз в день, обратитесь в лечашее медицинское учреждение. Если Вы принимаете слабительные препараты и у Вас началась диарея, прекратите прием слабительных и наблюдайте, прекратится ли диарея. Не забывайте пить много жидкости. Если диарея сопровождается лихорадкой, обратитесь в дежурное отделение.

Цитостатики, болеутоляющие и противорвотные препараты могут вызывать запор. Во время курса лечения важное значение имеет регулярное функционирование желудочно-кишечного тракта. При необходимости принимайте достаточное количество слабительных. Слабительные можно приобрести в аптеке без рецепта (например, Pegorion, Lactulos и Laxoberon).

При запоре также помогает физическая активность, прием достаточного количества жидкости и пищи, богатой клетчаткой (например, овощи, фрукты, особенно сливы, и цельнозерновые продукты).

## Дерматологические реакции и реакции со стороны слизистой оболочки

Ухаживайте за полостью рта, кожей и слизистыми оболочками тщательно, но бережно и аккуратно. Кожу и слизистые оболочки можно обрабатывать обычным кремом и маслами. В аптеке можно приобрести препараты для увлажнения и уходом за полостью рта. Если ротовая полость болит настолько сильно, что Вы не можете пить/есть в достаточном количестве, обратитесь в лечашее медицинское учреждение. Если ощущается сухость слизистой оболочки интимных зон, в аптеке можно приобрести, например, такие препараты: Repadina, Ceridal.

## Сексуальная жизнь

Цитостатическая терапия может вызвать гормональные нарушения и изменения в сексуальной жизни. Менструации могут стать более редкими или отсутствовать вообще также могут появиться симптомы менопаузы (потливость, бессонница и сухость слизистых оболочек). Возможно снижение либидо, раздражение слизистых оболочек и нарушение эрекции. Открыто поговорите об этом с партнером. Позаботьтесь о контрацепции во время и после курса цитостатической терапии, следуя рекомендациям врача. Рекомендуется использовать презерватив в день приема цитостатиков и в течение примерно недели после него из-за риска заражения инфекциями и защиты от выделений. Во время полового акта Вы можете воспользоваться интимными гель-смазками, которые можно приобрести в аптеке.

## Выделения

Цитостатики выводятся с мочой, калом, потом, слюной, рвотными массами и спермой максимум в течение 7 суток после окончания лечения. Следует избегать прямого контакта кожи с выделениями. После посещения туалета смойте воду дважды при закрытой крышке унитаза.

## Перерывы между курсами лечения

- По возможности, в зависимости от общего состояния Вы можете вести нормальную повседневную жизнь. Тем не менее избегайте посещения общественных мероприятий и контактов с людьми, болеющими инфекционными заболеваниями. Помните о качественной гигиене рук.
- Распространенным побочным эффектом после приема цитостатиков является усталость и изнеможение. Одним из лучших способов борьбы с усталостью является физическая активность. Несмотря на то, что способность справляться с нагрузками

после курса лечения часто снижается, рекомендуется стараться ежедневно совершать прогулки на свежем воздухе и/или заниматься физкультурой в зависимости от Вашего общего состояния.

- Следует избегать приема алкоголя и препаратов натурального происхождения. При необходимости разрешен прием витамина D и аптечных поливитаминных препаратов.
- Откажитесь от курения, если это возможно. Курение ослабляет эффективность цитостатической терапии и замедляет выздоровление.
- Часто помогает беседа с близкими людьми и/или специалистом, а также поддержка людей, оказавшихся в аналогичной ситуации.

## **Обращение в лечашее медицинское учреждение**

Пожалуйста, обратитесь в лечашее медицинское учреждение, если после лечения у Вас наблюдаются тяжелые побочные эффекты или другие симптомы, связанные с заболеванием

- лихорадка 37,5 градусов или выше (при температуре 38,0 градусов или выше всегда обращайтесь в дежурное отделение)
- ухудшение общего самочувствия
- сильная усталость
- сильная диарея
- кровотечение
- тяжелые дерматологические реакции
- болевые ощущения, боль в груди
- одышка
- или иные тяжелые симптомы

Пожалуйста, обратитесь в лечашее медицинское учреждение, если Вы были госпитализированы или Вы проходите курс лечения антибиотиками, который был назначен не в онкологическом или гематологическом отделении больницы Нова. Обратитесь в лечашее медицинское учреждение также в том случае, если Вы собираетесь пройти лечение у стоматолога.

## **Если возникла потребность в экстренной медицинской помощи, обратитесь напрямую в дежурное отделение больницы Nova**

- Медицинский центр тел. 014 269 1034 (пн. - пт. с 8 до 14)
- Больничные места для больных онкологическими и гематологическими заболеваниями тел. 014 269 3716 (круглосуточно 24/7)
- Гематологическое отделение тел. 014 269 2950 (пн. - пт. с 9 до 14)