

Хіміотерапія. Побічні ефекти.



Хіміотерапія – один з основних методів лікування в онкології. Механізми дії у хіміопрепаратів бувають різними, але всі вони зводяться до одного принципу: ліки пошкоджують і знищують ракові клітини. Так як хіміопрепарати найчастіше вводять внутрішньовенно, вони поширюються по всьому організму і атакують не тільки пухлинні, але й здорові клітини, зокрема в волосяних фолікулах, кістковому мозку, слизових оболонках (рот, травний тракт, репродуктивна система). Через це виникають побічні ефекти.

Деякі хіміопрепарати можуть пошкодити клітини серця, нирок, сечового міхура, нервової системи, легенів.

Наслідки хіміотерапії

Якщо вам доведеться отримати курс хіміотерапії, швидше за все ви переживаєте з приводу серйозних побічних ефектів. Ось що про це потрібно знати:

- Немає надійного способу передбачити, як організм реагуватиме на хіміотерапію. У одних пацієнтів побічних ефектів майже немає, у інших вони виражені дуже сильно.
- В онкології є правило: доза хіміопрепарата повинна бути настільки високою, щоб ефективно вбивати ракові клітини, але настільки низькою, щоб викликати мінімум побічних ефектів. Лікар завжди шукає «золоту середину».
- В останні 20 років лікарі навчилися ефективно запобігати та усувати багато побічних ефектів хіміопрепаратів.

Якого кольору буває хіміотерапія? Чим «червона» відрізняється від «білої»?

Розподіл хіміотерапії в онкології «за кольорами» придуманий пацієнтами і багато в чому носить умовний характер. Головний критерій - колір розчину препарату:

- **Червона хіміотерапія:** доксорубіцин, епірубіцин, ідарубіцин. Викликають найсильніші побічні ефекти.
- **Жовта хіміотерапія:** метотрексат, фторурацил, циклофосфамід. По токсичності ці препарати, мабуть, можна поставити на друге місце після «червоних».
- **Синя хіміотерапія:** мітоміцин, мітоксантрон.
- **Біла хіміотерапія:** таксол, таксотел.

Основні побічні ефекти хіміопрепаратів:

Випадання волосся (алопеція).

При хіміотерапії не є небезпечним для здоров'я, але часто викликає сильне занепокоєння у багатьох пацієнтів. Волосся випадає через те, що хіміопрепарати пошкоджують їх корені, в яких відбувається поділ клітин. Алопеція відбувається не у всіх пацієнтів. Іноді волосся просто стає більш тонким. Зазвичай випадання волосся починається через кілька тижнів після початку курсу хіміотерапії. Іноді воно випадає швидко, пучками, іноді - поступово. Цей побічний ефект тимчасовий. Через 3-6 місяців після завершення лікування волосся відростає знову. Його колір і зовнішній вигляд може трохи змінитися.

Анемія.

Доставку кисню до тканин організму здійснюють червоні кров'яні тільця - еритроцити. Кожен з них живе всього 3-4 місяці, тому в кістковому мозку постійно повинні утворюватися нові. Хіміопрепарати атакують клітини кісткового мозку, тому вміст еритроцитів і гемоглобіну в крові знижується, розвивається анемія. Прояви анемії: слабкість, запаморочення, задишка, відчуття нестачі повітря, прискорене серцебиття.

Повідомте лікаря, якщо ви почали відчувати схожі симптоми. Анемія вимагає негайного лікування.

Порушення апетиту.

Як правило, хіміотерапія викликає два види зміни апетиту:

- Зниження апетиту, аж до повної відсутності.
- Зміна смаку продуктів.

Для онкологічного хворого важливо продовжувати харчуватися і приймати достатню кількість рідини.

Зміна шкіри і нігтів.

Під час курсів хіміотерапії можуть турбувати: сухість, свербіж, почервоніння, біль шкіри, підвищена чутливість до сонячних променів. На шкірі може з'явитися кропив'янка. Нігті стають ламкими, крихкими. Про всі ці симптоми потрібно повідомити лікаря.

Зміни пам'яті.

Приблизно у кожного п'ятого пацієнта, який отримує курс хіміотерапії, виникають проблеми з пам'яттю і мисленням. Вони можуть бути викликані двома причинами:

- побічними ефектами хіміопрепаратів;
- втому, тривогою, стресом через хворобу і лікування.

Лікар повинен розібратися в причинах і призначити лікування. Іноді погіршення пам'яті виражено не сильно і не викликає особливих проблем, в інших випадках заважає виконувати повсякденні справи.

Запор. Діарея.

Запор – це стан, коли стілець стає більш щільним, важко відходити, в туалеті доводиться сильно і довго тужитися.

Повідомте лікаря, якщо вас турбують такі симптоми:

- Стільця не було більше 2 днів.
- Турбує біль в животі.
- Живіт збільшився в розмірах.
- Знизився апетит, періодично виникає нудота і блювота.

Через введення хіміопрепаратів стілець може стати рідким і частим (діарея). Під час діареї організм втрачає рідину, а це може призводити до серйозних ускладнень.

Повідомте лікаря, якщо:

- Діарея і коліки турбують більше доби.
- Частота стільця більше 6-7 разів на день.
- Паморочиться голова.
- Температура тіла піднялася вище 38 ° С.
- З'явилися болі в прямій кишці, домішки крові в калі.

Слабкість і стомлюваність.

Підвищена стомлюваність може бути пов'язана з хіміотерапією, анемією, стресом і депресією, безсонням, хронічним болем. Іноді втома виникає тільки в певний час, в інших випадках вона зберігається весь день. Обов'язково повідомте лікаря, якщо через це вам стало складніше справлятися з повсякденними справами, якщо втома не проходить навіть після відпочинку.

Нудота і блювання.

Зазвичай нудота і блювота турбують в дні, коли хіміопрепарати вже не вводять. З цими побічними ефектами допомагають впоратися ліки і деякі рекомендації:

- Обмежте гостру, солодку, солону, смажену, жирну їжу.
- Якщо ви погано переносите запах сирової їжі, попросіть близьких приготувати її для вас.
- Дайте їжі охолонути, не їжте її гарячою.
- Їжте порціями, але частіше. 5-6 невеликих прийомів їжі протягом дня краще, ніж три «великих».
- Якщо вам складно пити багато, приймайте рідину протягом дня невеликими ковтками.
- Під час введення хіміопрепаратів потрібно постаратися розслабитися і дихати глибоко. Близькі можуть вам допомогти, відволікти вас.
- Знайдіть оптимальний для вас час прийому їжі. Деякі люди відчувають себе добре, якщо трохи поїдять перед процедурою. Іншим краще нічого не їсти.
- Як мінімум, протягом години після введення хіміопрепаратів не рекомендується нічого їсти і пити.

Вплив на фертильність у жінок і чоловіків.

Хіміотерапія може призвести до зниження рівня жіночих статевих гормонів і передчасної менопаузи. Виникають такі симптоми, як:

- Сухість, свербіж у піхві, біль і неприємні відчуття під час статевого акту.
- Приливи жару.
- Зниження статевого потягу.
- Слабкість, емоційна нестабільність, схильність до депресії.
- Нерегулярні місячні, або їх відсутність.
- Пітливість ночами.

Деякі хіміопрепарати викликають зниження рівня тестостерону в організмі у чоловіків. Це призводить до деяких симптомів:

- Еректильна дисфункція: складності у виникненні та утриманні ерекції.
- Зниження статевого потягу.
- Підвищена стомлюваність.
- Дратівливість, схильність до депресій.
- Іноді - приливи жару, пітливість.

Запальний процес у роті і горлі.

Клітини слизової оболонки рота і травного тракту постійно розмножуються і оновлюються, тому хіміопрепарати можуть їх пошкодити. У деяких пацієнтів через 7-10 днів після початку лікування виникає запальний процес в роті – оральний мукозит. Турбує печіння, як після опіку окропом, можуть з'явитися виразки. Повідомте лікаря, якщо у вас з'явилися схожі симптоми:

- Стало складно приймати їжу і ковтати.
- На слизовій оболонці рота з'явилися хворобливі плями, виразки.
- Ви стали по-іншому відчувати смак і запах їжі.
- Майже перестала виділятися слина, в роті постійна сухість.
- Коли приймаєте гарячу або холодну їжу, виникає біль.

Набряки.

Виникнення набряків можуть провокувати хіміопрепарати, гормональні зрушення в організмі, загальний стан здоров'я (зокрема, серцево-судинної системи). Негайно зверніться до лікаря при появі таких симптомів:

- Затруднення дихання.
- Відчуття того, що серце працює з перебоями.
- Швидко, різко виник набряк, який швидко збільшується.
- Незрозуміле збільшення ваги - воно також може бути пов'язане з набряками.
- Дуже рідкі сечовипускання, невелика кількість сечі - це говорить про те, що рідина затримується в організмі.

Нервові розлади.

Хіміотерапія може викликати деякі побічні ефекти з боку нервової системи. Помітивши їх, потрібно відразу повідомити лікаря:

- Швидка втомлюваність рук і ніг, поколювання, печіння, оніміння.
- Втрата рівноваги, падіння. Запаморочення.
- М'язові спазми, судоми, болі.
- Погіршення роботи рук: стало складніше піднімати і утримувати предмети.
- Зниження слуху.
- Біль в животі.

Розлади сечовипускання.

При проведенні хіміотерапії може змінитися колір і запах сечі. Запитайте у лікаря, які зміни можуть виникнути. Якщо з'явилися деякі симптоми, про них потрібно обов'язково повідомити лікаря:

- Озноб, підвищення температури тіла понад 38 ° С.
- Сеча стала червоною, помаранчевою, темно-жовтою, зеленою, каламутною, в ній з'явилася кров.
- Сечовипускання стали утрудненим, під час них виникає печіння, біль.
- Сеча стала різко пахнути.