



Consells i recomanacions

Tractaments *oncològics*

GUIA PRÀCTICA



Edita: Hospital de Dia d'Oncologia - Althaia Xarxa Assistencial Universitària de Manresa

Autors: Gemma Farré, Sara Corral i Jordi Cols

Continguts

<i>Els tractaments</i>	5	
On s'administra? Què és la quimioteràpia? I la teràpia biològica? Tractament via oral. Immunoteràpia.		
<i>Possibles efectes secundaris i recomanacions</i>	9	
Febre, risc d'hemorràgies, inflamació en la zona de punció		10
Molèsties bucals, alteració del gust		11
Nàusees i/o vòmits		12
Diarrea / restrenyiment		13
Neuropatia perifèrica		14
Alopècia, rash acneiforme		15
Pell		16
Síndrome de peus i mans, reaccions al·lèrgiques		17
Sexualitat, fatiga		18
<i>Consells de prevenció</i>	19	
Dieta, orina		20
Reservori subcutani, medicació habitual / vacunes, higiene bucal		21
<i>Motius d'urgència / Com contactar amb l'equip</i>	22	
Secretaria Hospital de dia d'Oncologia, Infermeria Hospital de dia		
<i>Associacions contra el càncer</i>	23	

Vostè començarà un tractament específic per la seva malaltia. El seu metge ja li ha explicat en què consisteix, quins són els seus efectes secundaris, com s'ha de realitzar i el temps aproximat de duració.

Aquest llibret té la finalitat d'ajudar-lo i aclarir els dubtes que se li puguin presentar. No obli que aquesta informació no pot substituir el diàleg amb l'equip assistencial.

Els tractaments



ON S'ADMINISTREN ELS TRACTAMENTS?

S'administren de forma ambulatoria en els hospitals de dia, sense necessitat de què el pacient ingressi.

QUÈ ÉS LA QUIMIOTERÀPIA?

És un tractament amb un o més fàrmacs que frena el creixement de les cèl·lules tumorals fins a la seva destrucció. Aquest tractament es pot administrar a través de la vena, subcutani i en determinats casos per via oral.

És el tractament més utilitzat, encara que a vegades s'ha de complementar amb altres mesures terapèutiques.

I LA TERÀPIA BIOLÒGICA?

La teràpia biològica o anticossos monoclonals són tractaments selectius que actuen sobre les cèl·lules canceroses amb menys repercussió a les cèl·lules sanes.

Es poden donar com a tractament únic o combinat amb la quimioteràpia.

Aquest tractament, igual que la quimioteràpia, es pot administrar a través de la vena, subcutani i en determinats casos per via oral.

TRACTAMENT VIA ORAL

A la farmàcia de l'hospital li donaran la informació concreta del fàrmac que el seu metge li ha receptat. Si fa tractament oral recordi:

- El dia d'inici i el final del tractament.
- Mantenir l'horari de la presa.
- Les pastilles no es poden xafar, llepar ni mastegar.
- Beure abundant aigua després de les preses.
- Rentar-se les mans abans i després de manipular les pastilles.

- Les embarassades han d'evitar el contacte amb els comprimits.
- Informar el metge de capçalera del tractament que iniciarà per tal d'evitar interaccions.
- Seguir les normes de conservació del medicament.
- Dipositar les restes del medicament o l'embalatge en el punt SIGRE de la farmàcia més propera a la farmàcia de l'hospital.

IMMUNOTERÀPIA

Els tractaments immunooncològics aprofiten la resposta immunitària natural del cos del pacient. Tot i això la immunoteràpia també pot atacar els teixits sans i provocar efectes secundaris autoimmunitaris.

Els principals efectes secundaris de la immunoteràpia es produeixen més freqüentment a:

- Pell: erupció i prurit.
- Gastrointestinals: diarrea, sang o mucositat en la femta o dolor abdominal sever.
- Pulmonars: dificultat respiratòria i tos.
- Endocrins: fatiga, pèrdua de pes, nàusees i vòmits, excés de set o de gana, miccions freqüents i/o excessives.

Efectes secundaris menys freqüents:

- Mal de cap, confusió, debilitat o dolor muscular, entumiment, dolor o inflamació de les articulacions i febre sense motiu aparent.

La majoria d'efectes secundaris són lleus o moderats i són reversibles si es detecten de forma ràpida. Poden aparèixer en qualsevol moment, fins i tot dies després de la primera dosi o al cap de poques setmanes o mesos d'iniciar el tractament. És important que si nota qualsevol símptoma, es posi en contacte amb nosaltres com més aviat millor.

És important que vostè sàpiga quins són els possibles **efectes secundaris i les recomanacions** a seguir. No tenen per què aparèixer, ni tenir la mateixa intensitat en cada pacient, ni significar una millor resposta al tractament. Normalment són efectes temporals i desapareixen poc després de finalitzar el tractament.

També és important saber que són trastorns que **poden millorar** amb diferents hàbits o amb medicaments.

Possibles efectes secundaris i recomanacions



FEBRE

Alguns tractaments poden fer disminuir les defenses i per això l'organisme té major risc de contraure una infecció. Pot aparèixer febre (38° o superior).

Com actuar?

- Trucar a l'hospital de dia, en horaris del servei. Fora de l'horari ha d'acudir al servei d'urgències de l'hospital.

RISC D'HEMORRÀGIES

Hi ha medicaments que poden provocar un sagnat anormal com poden ser: deposicions amb sang, orinar amb sang, sagnat nasal, aparició d'hematomes sense traumatismes, sagnat de genives, etc.

Com actuar?

- Si és un sagnat abundant acudir al servei d'urgències tan aviat com es pugui.
- Si és un sagnat que s'autolimita posar-se en contacte amb l'equip assistencial.

INFLAMACIÓ DE LA ZONA DE PUNCIÓ

L'administració de la quimioteràpia pot produir una irritació del trajecte venós i pot aparèixer una zona inflamada, envermellida i dolorosa, al cap d'unes hores o dies. És per això que en alguns casos l'equip valorarà la necessitat de posar un catèter venós central per rebre el tractament.

Com actuar?

- Acudir al servei de l'hospital de dia.

MOLÈSTIES BUCALS

Es pot produir la inflamació de la mucosa bucal: des d'un lleu envermelliment fins a l'aparició de llagues que poden provocar dolor i dificultar la ingesta.

Com actuar?

- Utilitzar un raspall de dents suau.
- Mantenir una bona higiene bucal i glopejar aigua amb bicarbonat o aigua de timó després de cada àpat.
- Protegir els llavis amb crema de cacau o vaselina.
- Mesures dietètiques com: dieta tova (gelatines, gelats...) tèbia i no àcids.
- Llepar gel, pot millorar el dolor.
- Evitar tabac i alcohol.
- Si persisteixen les molèsties ha de consultar a l'equip assistencial.

ALTERACIÓ DEL GUST I L'OLFACTE

Alguns medicaments poden alterar el gust i l'olfacte.

Com actuar?

- Evitar el consum d'alcohol, cafeïna i tabac per la irritació de les mucoses.
- Llepar xiclets o dolços sense sucre.
- Oferir suc de fruita no àcids.
- Begudes carbonatades.
- Suggestir menjar que no siguin els plats preferits.
- Evitar l'ús de perfums, olors fortes i desagradables.

NÀUSEES I/O VÒMITS

Alguns medicaments poden provocar nàusees i/o vòmits que es poden arribar a controlar amb medicació. Poden aparèixer el mateix dia del tractament i fins 3 o 4 dies després.

Com actuar?

- Prendre la medicació prescrita pel seu metge.
- Mesures dietètiques com:
 - Fer menjars lleugers i poc condimentats (poca quantitat i freqüent).
 - Es toleren millor els aliments a temperatura ambient.
 - Evitar olors fortes i desagradables.
 - Evitar aliments fregits, làctics, carns vermelles el dia del tractament.
 - Ingerir abundants líquids a petits glops (begudes carbonatades, deixant evaporar el gas).
 - Fer repòs assegut després dels àpats.
 - Utilitzar roba folgada que no estrenyi.
 - Si persisteixen les nàusees i/o vòmits, contacti amb l'equip assistencial.



DIARREA / RESTRENYIMENT

L'alteració del ritme deposicional pot ser causat per la malaltia, el tractament, canvis en la dieta i canvis en l'activitat.

Es considera diarrea 3 o més deposicions líquides per sobre del seu ritme habitual.

Diarrea: com actuar?

- Dieta astringent.
- Abundant ingesta de líquids (aigua, aigua d'arròs, de pastanaga, suc de poma, llet d'ametlles).
- No prendre llet ni derivats.
- Prendre la medicació prescrita pel seu metge.
- Si amb això no millora, contacti amb l'equip assistencial.

Restrenyiment: com actuar?

- Fer dieta rica en fibra, fruites, verdures, pa integral, fruits secs.
- Augmentar la ingesta de líquids.
- Si es pot, fer exercici moderat de forma regular.
- No prendre laxant sense consultar.
- Si persisteix el restrenyiment ha de consultar amb l'equip assistencial.

NEUROPATIA PERIFÈRICA

La neuropatia perifèrica és el resultat d'un tipus de dany que afecta els nervis perifèrics provocats per determinats fàrmacs del tractament.

Les principals àrees afectades per la neuropatia són mans i peus, i en menys freqüència l'intestí.

La neuropatia es caracteritza per:

- Entumiment, formigueig (sensació de punxades) en les mans i/o peus.
- Sensació de cremor a les mans i/o peus.
- Entumiment al voltant de la boca.
- Rigidesa de la mandíbula.
- Restrenyiment.
- Pèrdua de sensibilitat al tacte.
- Debilitat i/o rampes a les cames, i qualsevol dolor a les mans i/o peus.
- Dificultat per recollir objectes i cordar-se la roba.

Com actuar?

- Protegir les zones del seu cos en les que ha perdut sensibilitat.
- Evitar els canvis extrems de temperatura, ja que poden agreujar els símptomes.
- Utilitzi roba d'abrigar durant el temps que fa fred. Protegir bé les mans i els peus del fred.
- Assegurar-se de què l'aigua no estigui massa calenta quan renti els plats o bé es dutxi.
- Al cuinar, utilitzi agafadors o manyoples per evitar cremar-se.
- Utilitzar guants per rentar plats o per les feines de jardineria.

ALOPÈCIA

Alguns medicaments poden causar la caiguda parcial o total del cabell, pot afectar a qualsevol part del cos. El cabell tornarà a créixer de nou al finalitzar el tractament, però pot canviar la textura o color.

Com actuar?

- Utilitzar xampú de PH neutre.
- No utilitzar tints (excepte vegetals sense amoníac) ni permanents.
- Protegir el cap del fred i del sol.
- Consultar amb el seu perruquer/a.
- Pot utilitzar mocadors, gorres, turbants de teixits naturals.

RASH ACNEIFORME

El rash acneiforme és un efecte secundari que consisteix en una erupció cutània semblant a l'acne. Les àrees del cos on pot aparèixer amb més freqüència són: cap, cara, coll, les espatlles i l'escot. A vegades s'acompanya també per la sequedat cutània.

Com actuar?

- Per la higiene diària de la pell es recomana l'ús d'aigua tèbia i sabó o gel d'avena.
- No utilitzar ni cremes ni desodorants que continguin alcohol.
- Utilitzar crema hidratant corporal per prevenir i millorar la sequedat.
- Evitar afaitar-se amb navalla o maquineta amb fulla. Utilitzar la màquina elèctrica.
- No prendre el sol, si es preveu l'exposició al sol fer servir un protector solar amb factor elevat.
- No utilitzar cap producte per la pell sense recomanació mèdica.
- Evitar gratar-se.

PELL

A causa del tractament, la pell es pot arribar a ressecar i escamar-se. També les ungles poden arribar a canviar de color i tornar-se més fràgils. Un cop finalitzat el tractament, amb el temps, tornaran a la normalitat. Les venes que utilitzem per administrar els tractaments es tornen més fosques.

Com actuar?

- Utilitzar sabó de PH neutre i hidratar bé la pell.
- Evitar els productes que continguin alcohol (desodorants, colònies, cosmètics...).
- Evitar l'exposició directe al sol, fer servir gorres, ombrel·les i cremes solars d'alta protecció per la pell i els llavis.
- Mantenir les ungles netes i curtes.
- Utilitzar guants de protecció per realitzar les tasques domèstiques i de jardineria, amb la finalitat de prevenir ferides i infeccions.
- No s'ha d'utilitzar esmalt d'ungles ni ungles postisses fins que hagin crescut i tornat a la normalitat.
- Evitar depilar-se amb cera o fulla d'afaitar. Es recomana la depilació amb maquina elèctrica.



SÍNDROME DE PEUS I MANS

L'eritrodissèstèsia palmo-plantar o síndrome de peus i mans és una reacció dèrmica que provoca envermelliment, sensibilitat (dolor, entumiment i formigueig) i descamació dels palmells de les mans i les plantes dels peus. L'envermelliment té aparença d'una cremada solar.

Com actuar?

- Evitar l'exposició prolongada de les mans i els peus a l'aigua calenta.
- Utilitzar cada dia cremes de protecció solar amb factor igual o superior a 15 en la pell descoberta.
- Procurar anar amb les mans i els peus al descobert sense guants o mitjons sempre que els temps o permeti.
- Portar roba ampla i utilitzar calçat còmode, ben ventilat.
- No utilitzi joies.

REACCIONS AL·LÈRGIQUES

Les reaccions al·lèrgiques poden ser causades per molts factors, entre ells el tractament que pot estar realitzant. Les reaccions poden donar-se de forma immediata (segons o minuts) i en altres casos més tardans (hores o dies).

Com actuar?

- Comunicar si observa l'aparició de: erupció cutània, coïssor o prurit, ampolles o urticària.
- Informi l'equip assistencial sobre al·lèrgies que pateix, ja siguin a fàrmacs o altres.
- Comunicar si en algun moment se sent malament: dolor, suor, mareig, sensació d'ofec, coïssor, erupció cutània...
- Si se li recepta medicació prèvia al tractament i se li oblidava de prendre-la, comuniqueu-ho al personal assistencial.

SEXUALITAT

El tractament pot provocar trastorns físics i psíquics, que poden provocar una disminució del desig sexual. Normalment és reversible en la majoria dels casos.

Trastorns físics com l'alteració de la menstruació, infertilitat, impotència, sequedat vaginal...

Trastorns psíquics com ansietat, depressió...

Com actuar?

- No quedar embarassada durant el tractament.
- No donar lactància materna durant el tractament.
- Es recomana l'ús del preservatiu.
- Utilització de lubricants ginecològics (amb base aquosa) en cas de sequedat vaginal.
- Si està en edat fèrtil i desitja tenir fills, abans d'iniciar el tractament consulti l'equip.
- Davant algun altre dubte consulti l'equip assistencial.

FATIGA

A causa de la malaltia i/o tractament que es rep pot aparèixer una sensació de cansament desproporcionada amb l'activitat realitzada i que no es recupera fàcilment amb el descans o dormint.

Com actuar?

- Adaptar l'horari de treball.
- Realitzar activitats diàries tranquil·les i sempre amb intervals de descans.
- Evitar conduir o fer grans trajectes en vehicles després del tractament.

Consells de prevenció



Vostè està a punt de rebre tractament amb quimioteràpia, **nosaltres li donarem consells perquè pugui tolerar millor els tractaments.**

DIETA

Si no té prescrita una dieta específica pel metge, es recomana fer una dieta equilibrada. S'aconsella que 3 dies abans i fins 3 dies després del tractament se segueixin les següents pautes:

Menjar poc i sovint (5-6 vegades al dia).

Beure abundants líquids, sobretot el dia que s'administra el tractament.

Evitar

- Aliments àcids, picants i greixosos.
- Prendre alcohol i begudes estimulants (cafè, té...)
- Fregits. Són millors coccions: vapor, planxa, forn, bullit...
- Aliments molt calents.

Trobarà aquesta i més informació a l'app d'Althaia i a <http://bit.ly/guianutricio>

ORINA

La majoria dels medicaments s'eliminen per l'orina, per això la importància de beure molts líquids per disminuir els seus efectes secundaris.

Depenent del seu tractament l'orina pot estar tenyida de vermell, blau..., és un efecte transitori.

Aquests tractaments s'eliminen per orina, femta o vòmits, per això recomanem que el dia del tractament i uns dies després quan utilitzi el lavabo tiri diverses vegades la cadena.

RESERVORI SUBCUTANI

Si és portador d'un reservori, recordeu que un cop finalitzat el tractament endovenós de quimioteràpia, cal que cada dos mesos demani hora a secretaria d'oncologia per fer-ne el manteniment.

MEDICACIÓ HABITUAL / VACUNES

Si pren medicació habitualment, cal informar el seu metge.

Si vostè és diabètic, informi l'equip d'infermeria. Si requereix insulina o antidiabètics orals cal portar-los el dia de la sessió de quimioteràpia.

En cas que es vulgui vacunar consulti al seu metge.

HIGIENE BUCAL

Raspallat de dents suau i glopejar aigua amb bicarbonat després de cada àpat.

Durant el tractament de quimioteràpia no és aconsellable les extraccions i/o qualsevol manipulació dental (consulti primer al seu metge).



Motius d'urgència

Si presenta alguns d'aquests símptomes, ens ho ha de comunicar:

- Febre superior a 38°
- Nàusees i/o vòmits mal controlats
- Diarrea i/o restrenyiment persistent
- Lesions a la boca que impedeixin menjar
- Inflamació en la zona de punció
- Presència d'un sagnat anormal
- En cas de sobredosi en la medicació via oral

Com contactar amb l'equip

INFERMERIA HOSPITAL DE DIA

Per a consultes sobre efectes secundaris i control de símptomes

Infermera referent:

Horari: Dilluns - dijous, de 08:00h a 18:30h
Divendres, de 08:00h a 15:00h

Telèfon: 93 875 93 00 (extensió 5500 i 5501)

SECRETARIA HOSPITAL DE DIA D'ONCOLOGIA

Programació de visites, exploracions...

Horari: Dilluns - dijous, de 15:00h a 18:00h

Telèfon: 93 875 93 00 (extensió 5517)

Fora d'aquests horaris s'haurà de dirigir al servei d'urgències de l'hospital.

Associacions contra el càncer

A continuació li facilitem un llistat d'associacions de lluita i suport contra el càncer. Aquestes dades han estat facilitades per les mateixes associacions a fi d'orientar als nostres pacients.

ASSOCIACIÓ	CORREU ELECTRÒNIC/WEB	TELÈFON
L'OLIVERA. ASSOCIACIÓ D'AJUDA MÚTUA I LLUITA CONTRA EL CÀNCER DE MAMA	olivera@ajmanresa.org www.oliveramanresa.org	93 875 23 10 93 875 23 11 690 390 961
FUNDACIÓ ALBADA. ASSOCIACIÓ DE SUPORT CONTRA EL CÀNCER A CARDONA	albadacardona@gmail.com	
ASSOCIACIÓ ESPANYOLA CONTRA EL CÀNCER (junta local de Manresa)	manresa@aecc.es www.aecc.es	93 872 41 41
ASSOCIACIÓ DE LLUITA CONTRA EL CÀNCER INFANTIL "ADRIÁN GONZÁLEZ LANZA"	info@asociacionadriangonzalezlanza.org asociacionadriangonzalezlanza.org	607 303 451 607 303 452 647 481 449
ASSOCIACIÓ FÈNIX D'AJUDA I SUPORT CONTRA EL CÀNCER SOLSONA	fenixsolsones@gmail.com www.solsonaentitats.cat	634 222 517
ASSOCIACIÓ GINKGO APAC DEL BERGUEDÀ	ginkgo.apacbergueda@hotmail.com ginkgoapacdelbergueda.blogspot.com	696 074 812



**XARXA ASSISTENCIAL
UNIVERSITÀRIA DE MANRESA**

Dr. Joan Soler, 1-3 - 08243 Manresa

Tel. 93 875 93 00

Fax 93 873 62 04

althaia@althaia.cat

www.althaia.cat

Trobareu aquesta
i més informació
a l'app d'Althaia:

