



ПОВЫШЕНИЕ ВОСПРИИМЧИВОСТИ К МИКРОБАМ – ИНФЕКЦИИ.

Химиотерапия понижает количество лейкоцитов и микробы намного легче вызывают болезнь в вашем

МЕРЫ ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ МИКРОБАМИ:

- Часто мойте руки. В особенности мойте руки перед едой и после выхода из туалета. Не режьте ногти под корень, не делайте маникюр;
- Постарайтесь не получать раны;
- Во время бритья вместо лезвия используйте безопасные электробритвы;
- Используйте мягкую, не повреждающую дёсны зубную щётку;
- Не дотрагивайтесь до прыщей и ран;
- Постарайтесь каждый день принимать тёплый душ, намажьте ваше тело мягкой мочалкой, не используйте жетскую;
- Избегайте многолюдной и загрязнённой среды, не контактируйте с людьми, имеющими заразные болезни;
- Пейте кипячённую воду, не кушайте в общественных местах. Обращайте внимание на то, чтобы фрукты, овощи были хорошо помыты, а лучше не употреблять их в пищу;
- Научитесь измерять температуру, если вы почувствуете себя не как всегда, то обязательно измерьте температуру.

При повышении температуры **ОБЯЗАТЕЛЬНО** сообщите врачу или медсестре.

КАКОГО РОДА АНАЛИЗЫ НЕОБХОДИМЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ ПОБОЧНЫХ ЭФФЕКТОВ ХИМИОТЕРАПИИ?

Общий анализ крови: Представляет собой анализ, указывающий на количество в крови образуемых костным мозгом и борющихся с микробами белых тельцов (лейкоцитов), переносчика кислорода-гемоглобина и обеспечивающих свертывание тромбоцитов, которые останавливают кровотечение.

Биохимический анализ крови: Нормальное или ненормальное функционирование наших органов определяется из выявляемых в крови некоторых биохимических показателей как мочевины, креатинин, сахар и аргиназы печени.

КРОВОТЕЧЕНИЕ

Очень редко и в особенности при применении в высоких дозах химиотерапевтические препараты уменьшают в крови количество тромбоцитов, обеспечивающих свертывание крови. По данной причине у вас может повыситься склонность к кровотечению. Нормальное количество тромбоцитов составляет 150.000 - 300.000 единиц. Даже если количество тромбоцитов упадёт ниже 100.000 единиц, проблемы кровотечения могут не возникнуть. Однако при показателях ниже 20.000 единиц может возникнуть кровотечение и в такой ситуации необходимо срочно принимать меры.

НИЗКИЕ ТРОМБОЦИТЫ, ЧТО ДЕЛАТЬ:

- Не используйте аспирин, не принимайте обезболивающие препараты без консультации с врачом;
- Не принимайте алкогольные напитки до тех пор, пока на это не даст разрешение ваш врач;
- Чистите зубы мягкой зубной щёткой;
- Сморкайтесь осторожно, не повреждая слизистую носа, не применяйте пальцы;
- Избегайте получения ожогов;
- Избегайте получение ран;
- Не принимайте пряную, горькую, горячую и твёрдую пищу, которая может вызвать у вас раздражение;
- Принимайте много жидкости;
- Не вступайте в половые связи;
- Контролируйте стул;
- Больше отдыхайте;
- Принимайте богатую белками пищу.

ВЫПАДЕНИЕ ВОЛОС

Это часто встречающийся, но не всегда проявляющийся побочный эффект. Врач осведомит вас относительно того, вызовут или нет выпадение волос принимаемые вами лекарства. Наряду с волосами на голове выпадение волос будет проследиваться и на других участках тела. Это обстоятельство может психически повлиять на вас, но вы должны поделиться своими переживаниями.

В первую очередь вы должны думать о том, что этот побочный эффект будет иметь на вас всего лишь временное воздействие. После завершения терапии выпавшие волосы вновь отрастут и есть возможность того, что станут более густыми. Вы получите облегчение, если побеседуете на эту тему с пациентами, пережившими аналогичное состояние.

БАЙЛАНЫС/КОНТАКТЫ



Астана қ., Керей, Жәнібек хандар көшесі, 3



www.cancercenter.kz



kense@cancercenter.kz



8 (7172) 702-911

8 (7172) 702-900



+7 (708) 425-07-11



astana.nroc



cancercenter.kz



Ұлттық ғылыми онкология орталығы

Национальный научный онкологический центр




ХИМИОТЕРАПИЯ. ЖАНАМА ӘСЕРЛЕРІ

ХИМИОТЕРАПИЯ. ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ

Химиотерапия уничтожает растущие и делящиеся клетки, поэтому она может нанести вред имеющим аналогичные свойства нормальным клеткам. Такого рода клетки находятся в костном мозге, в пищеварительной и репродуктивной системах, а также в волосяных фолликулах и побочные действия проявляются больше всего в этих областях.

Побочные эффекты проявляют различия в зависимости от типа и дозы принимаемого вами лекарства, а также от вида и структуры вашего заболевания. Наиболее часто проявляющимися побочными эффектами являются тошнота, рвота, выпадение волос и усталость. Большая часть побочных эффектов возникает во время прохождения химиотерапии и исчезает при завершении лечения.



Chemotherapy

Химиотерапия өсіп келе жатқан және бөлінетін жасушаларды жояды, сондықтан ол ұқсас қасиеттері бар қалыпты жасушаларға зиян тигізуі мүмкін. Мұндай жасушалар сүйек кемігінде, ас қорыту және репродуктивті жүйелерде, сондай-ақ шаш фолликулаларында кездеседі және жанама әсерлері осы жерлерде көп көрінеді.

Жанама әсерлер сіз қабылдаған дәрі-дәрмектің түрі мен дозасына, сондай-ақ аурудың түрі мен құрылымына байланысты өзгереді. Ең жиі байқалатын жанама әсерлер - жүректің айнуы, құсу, шаштың түсуі және шаршау. Жанама әсерлердің көпшілігі химиотерапия кезінде пайда болады және емдеу аяқталғаннан кейін жоғалады.

МИКРОБТАРҒА - ИНФЕКЦИЯЛАРҒА ДЕГЕН СЕЗІМТАЛДЫҚТЫ АРТТЫРУ

Химиотерапия лейкоциттердің санын азайтып, микробтар сіздің денеңізде ауруды тудыруы мүмкін.

МИКРОБТАРДЫ ЖҰҚТЫРУДЫҢ АЛДЫН АЛУ ШАРАЛАРЫ:

- Қолыңызды жиі жуыңыз. Әсіресе, тамақтанар алдында және дәретханадан шыққаннан кейін қолыңызды жуыңыз. Тырнақтарыңызды тамырдың астына дейін кесіп алмаңыз, маникюр жасамаңыз;
- Жарақат алмауға тырысыңыз;
- Қырыну кезінде пышақтың орнына қауіпсіз электр ұстараларын қолданыңыз;
- Жұмсақ, қызыл иекке зақым келтірмейтін тіс щеткасын қолданыңыз;
- Безеулер мен жарақаттарға тиіспеңіз;
- Күн сайын жылы душ қабылдауға тырысыңыз, денеңізді жұмсақ жуғыш затпен жуыңыз, үккішті қолданбаңыз;
- Адамдар көп және ластанған ортадан аулақ болыңыз, жұқпалы аурулары бар адамдармен байланысқа түспеңіз;
- Қайнаған су ішіңіз, қоғамдық орындардан тамақ жеменіз;
- Жемістер мен көкөністердің жақсы жуылғанына назар аударыңыз, ең жақсысы оларды тамақта пайдаланбау;
- Температураны өлшеуді үйреніңіз, егер өзіңізді біртүрлі сезінсеңіз, температураны өлшеуді ұмытпаңыз.

Температура көтерілген жағдайда МІНДЕТТІ ТҮРДЕ дәрігерге немесе медбикеге хабарлаңыз.

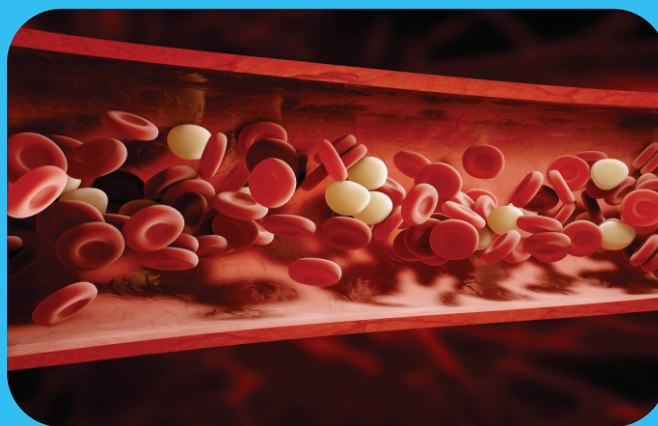
ХИМИОТЕРАПИЯНЫҢ ЖАНАМА ӘСЕРЛЕРІН БАҒАЛАУ ҮШІН ҚАНДАЙ ТАЛДАУ ҚАЖЕТ?

Қанды жалпы талдау: Бұл сүйек кемігі түзетін және микробтармен күресетін ақ денелердің (лейкоциттердің), оттегі тасымалдаушысы-гемоглобиннің қандағы мөлшерін көрсететін және қан кетуді тоқтататын тромбоциттердің ұюын қамтамасыз ететін талдау.

Қанды биохимиялық талдау: Біздің ағзаларымыздың қалыпты немесе қалыптан тыс жұмыс істеуі қандағы несепнәр, креатинин, қант және бауыр аргиназалары сияқты кейбір биохимиялық көрсеткіштерден анықталады.

ҚАН КЕТУ

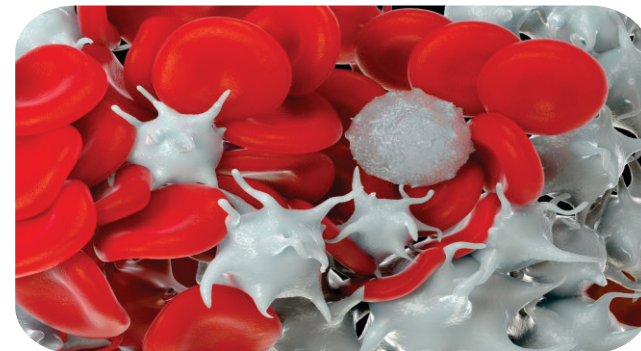
Өте сирек, әсіресе жоғары дозаларда қолданғанда, химиотерапиялық препараттар қанның ұюын қамтамасыз ететін тромбоциттер санын азайтады. Осыған байланысты Сізде қан кету бейімділігі жоғарлауы мүмкін. Тромбоциттердің қалыпты саны - 150.000-300.000 бірлік. Тромбоциттер саны 100.000 бірліктен төмен түссе де, қан кету проблемалары туындамауы мүмкін. Алайда, 20.000 бірліктен төмен көрсеткіштер кезінде қан кетуі мүмкін және мұндай жағдайда шұғыл шаралар қабылдау қажет.



ТРОМБОЦИТТЕР ТӨМЕН, НЕ ІСТЕУ КЕРЕК:

- Аспиринді қолданбаңыз, дәрігерден кеңес алмайынша ауырсынуды басатын дәрілерді қабылдамаңыз;
- Дәрігер рұқсат бергенге дейін алкогольді сусындарды ішпеңіз;

- Тістеріңізді жұмсақ тіс щеткасымен тазалаңыз;
- Мұрныңызға зақым келтірмейтіндей етіп, абайлап түшкіріңіз, саусақтарыңызды қолданбаңыз;
- Күйіп қалудан аулақ болыңыз;
- Жарақат алудан сақ болыңыз;
- Сізді тітіркендіруі мүмкін хош иісті, ащы, ыстық және қатты тағамдарды қабылдамаңыз;
- Сұйықтықты көп ішіңіз;
- Жыныстық қатынасқа түспеңіз;
- Дәретіңізді бақылаңыз;
- Көбірек демалыңыз.



ШАШТЫҢ ТҮСУІ

Бұл жиі кездесетін, бірақ әрдайым көрініс таппайтын жанама әсер. Дәрігер сіз қабылдап жатқан дәрі-дәрмектердің шаштың түсуіне немесе түспеуіне әкелетіні жайлы хабардар етеді. Басындағы шашпен қатар, шаштың түсуі дененің басқа бөліктерінде де байқалады. Бұл жағдай сізге психикалық тұрғыдан әсер етуі мүмкін, бірақ сізге өзіңіздің күйзелісіңізбен бөлісу қажет.

Ең алдымен, бұл жанама әсер сізге уақытша әсер етеді деп ойлауыңыз керек. Терапия аяқталғаннан кейін, түскен шаш қайтадан өседі және бұрыңғыға қарағанда қалыңырақ болу мүмкіндігі бар. Егер сіз осыған ұқсас жағдайды басынан кешірген пациенттермен сөйлесеңіз, жеңілдеп қаласыз.

