



KEMOTERAPİ NEDİR?

Bilgilendirici Bir Rehber



0282

726 0 555

optimed.com.tr



optimed



optimedinternationalcorlu



optimedsaglik



optimedinternationalcorlu

Karekodu okutarak
Corlu veya Merkezde
gubelenimiden randevu alabilirsiniz.



KEMOTERAPİ NEDİR?

Kemoterapi, kanser hastalığını tedavi etmek veya kontrol altına almak için kullanılan bir tedavi yöntemidir. Kanser hücrelerini öldürmek veya büyümelerini durdurmak için kullanılan ilaçlarla yapılan bir tedavidir. Bu ilaçlar genellikle damar yoluyla veya ağız yoluyla alınır.

KEMOTERAPİ NASIL ETKİ EDER?

Kemoterapi hızlı büyüyen ve çoğalan tümör hücrelerinin büyümesini durdurarak veya yavaşlatarak etkisini gösterir.

KEMOTERAPİ NE YAPAR?

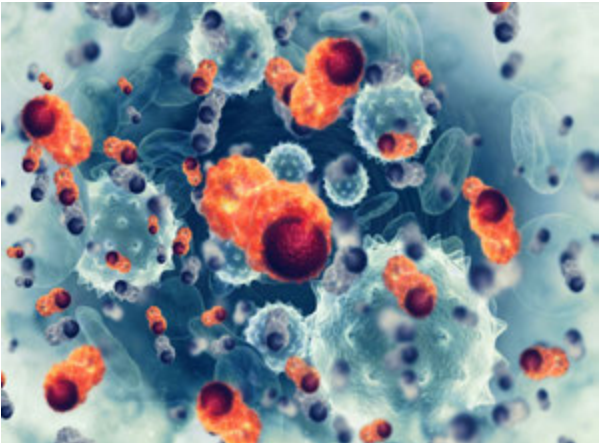
- Tümörü tedavi edebilir.
- Tümörü kontrol edebilir.
- Tümör belirtilerini azaltır.
- Yaşam süresini uzatabilir.
- Hayat kalitesini artırır.

NE SIKLIKLA KEMOTERAPİ ALACAĞIM?

Kemoterapi tedavi protokolleri çok farklıdır.

Bu durum:

- Tümörün tipine,
- Hastalığın evresine,
- Tedavi hedeflerine,
- Kemoterapi çeşidine,
- Vücudun kemoterapiye vereceği tepkiye bağlıdır.



Sağlığınız Güvende

KEMOTERAPİ NASIL VERİLİR?

Kemoterapi genellikle ağız yoluyla alınabilir (tablet veya sıvı şeklinde), damardan (enjekte edilerek veya damar yoluna bağlanarak) veya bazen cilde uygulanabilir (topikal olarak). Tedavinin tipi, kanser türüne, evresine ve hastanın sağlık durumuna bağlı olarak değişebilir. Doktorlar, en uygun tedavi yöntemini belirlemek için hastanın durumunu değerlendirirler.

KATETER VE PORT NEDİR?

Kateter ve port yoluyla kemoterapi, ilaçların damar yoluyla direkt olarak hastanın dolaşım sistemine verilmesini sağlar. Bu, ilaçların vücudun belirli bir noktasına veya genel dolaşıma hızla ulaşmasını sağlar. Kateter, genellikle ince bir tüp şeklinde ve damar içine yerleştirilir ve uzun süreli kullanım için tasarlanmıştır. Port, cilt altına yerleştirilen bir cihazdır ve dışardan görünmez. Hem kateterler hem de portlar, kemoterapi sürecini daha konforlu hale getirir ve damarları sürekli delme ihtiyacını azaltır. Bu yöntemler, ilaçların daha etkin bir şekilde uygulanmasını sağlar ve hastanın tedavi sırasında daha az rahatsızlık yaşamasına yardımcı olur.



KEMOTERAPİ SÜRESİNCE ÇALIŞABİLİR MİYİM?

Kemoterapi sürecinde çalışma, kişinin genel sağlık durumu, tedavinin yan etkileri ve işin gerektirdiği fiziksel ve zihinsel talepler gibi faktörlere bağlı olarak değişebilir. Bazı insanlar kemoterapi alırken çalışmaya devam edebilirken, diğerleri için dinlenmek ve tedaviye odaklanmak daha

Sağlığınız Güvende

iyidir. Doktorunuzla konuşarak sizin için en uygun olanı belirlemek önemlidir. Ayrıca, işvereninizle de iletişime geçerek esnek çalışma düzenlemeleri gibi seçenekleri değerlendirebilirsiniz.



KEMOTERAPİ SÜRESİNCE REÇETELİ VE REÇETESİZ BAŞKA İLAÇLARI KULLANABİLİR MİYİM?

Kemoterapi sırasında sadece doktorun onay verdiği ilaçları kullanılmalıdır. Doktorunuzun verdiği ilaçlar, kemoterapinin yan etkilerini hafifletmek, enfeksiyon riskini azaltmak veya vücuttaki diğer problemleri yönetmek için kullanılabilir. Örneğin, kemoterapi seanslarından önce veya sonra anti-bulanti ilaçları verilebilir, enfeksiyon riskini azaltmak için antibiyotikler reçete edilebilir veya kan sayılarını düzenlemek için ilaçlar kullanılabilir. Tedavi planı, hastanın durumuna ve kemoterapi tedavisinin özelliklerine göre kişiselleştirilir. Diyet destek ürünlerinin veya bitkisel ilaçların kullanımından önce doktora danışılması gerekmektedir.



Sağlığınız Güvende

KEMOTERAPİNİN OLASI YAN ETKİLERİ NELERDİR?

- Bulantı ve kusma,
- Saç dökülmesi,
- Yorgunluk ve halsizlik,
- Kan sayılarında değişiklikler (anemi, trombositopeni, lökopeni gibi),
- Ağızda yara,
- Yorgunluk,
- Ağrı,
- Mide ve bağırsak problemleri (ishal, kabızlık),
- İştahsızlık,
- Cinsel değişiklikler,
- İlacın cilt altına kaçmasına bağlı yan etkiler,
- Bağışıklık sistemi zayıflaması ve enfeksiyon riskinin artması,
- Ciltte kuruluk, döküntüler veya hassasiyet,
- Nöropati (sinir hasarı),
- Hafıza ve odaklanma sorunları.



KEMOTERAPİDE YAN ETKİLER NEDEN OLUR?

Kemoterapi yan etkilere neden olabilir çünkü ilaçlar, hızlı bölünen kanser hücrelerini hedef alırken aynı zamanda sağlıklı hücrelere de zarar verebilir. Bu yan etkiler, vücutta hücresel hasara, özellikle hızlı bölünen sağlıklı hücrelerin bulunduğu bölgelerde oluşan reaksiyonlara bağlıdır.

Sağlığınız Güvende

dökülmesi, bulantı, kusma, yorgunluk, enfeksiyon riskinde artış, kanama problemleri, iştah değişiklikleri ve cilt reaksiyonları gibi durumlar bulunabilir.

YAN ETKİLER KONUSUNDA NE YAPABİLİRİM?

Doktorunuzun talimatlarını takip edin: İlaçları ve diğer tedavi yöntemlerini doğru şekilde almak önemlidir. Dozajları ve alım zamanlamalarını kesinlikle doktorunuzun önerdiği şekilde uygulayın.

Beslenme ve sıvı alımına dikkat edin: Dengeli bir diyet sürdürmek ve yeterli miktarda sıvı almak, kemoterapi yan etkileriyle başa çıkmaya yardımcı olabilir.

Dinlenmeye önem verin: Vücudunuzun iyileşmesi için yeterli miktarda dinlenmeye ihtiyacı vardır. İhtiyacınız olduğunda dinlenmeyi ihmal etmeyin.

Yan etkileri hafifletmek için destekleyici tedavileri kullanın: Doktorunuzun önerdiği anti-bulantı ilaçları, ağrı kesiciler ve cilt bakım ürünleri gibi destekleyici tedaviler, yan etkileri hafifletebilir.

Duygusal destek alın: Kanslerle mücadele etmek zor olabilir. Aileniz, arkadaşlarınız veya bir destek grubu gibi duygusal destek kaynaklarından yardım alın.

Doktorunuzla iletişimde kalın: Kemoterapi sırasında yaşadığınız herhangi bir yan etkiyi doktorunuza bildirin. İhtiyacınız olan her türlü yardımı almanıza yardımcı olabilirler.



Sağlığınız Güvende

BULANTI VE KUSMA VE TEDAVİSİ

- Bazı kemoterapi tipleri bulantı, kusma ya da her ikisine de yol açabilir. Hangi tedaviyi aldığınızı ve bulantı potansiyelini doktorunuza danışabilirsiniz.
- Bulantı ve kusma kemoterapi sırasında hemen sonrasında saatler ya da günler sonrasında ortaya çıkabilir.
- Bulantı ve kusma konusunda çok çeşitli tedavi seçenekleri bulunmaktadır. Doktorunuz size en uygun tedaviyi reçete edecektir.
- Size verilen ilaçları şikâyetiniz olsa da olmasa da belirtilen sürede mutlaka kullanmalısınız.
- İlaçların tedaviden önce mi sonrasında mı alınacağını, günde kaç defa ve kaç gün alınacağını mutlaka doktorunuza danışmalısınız.
- Tedavi öncesi hafif bir öğün ile beslenin. Yiyecek ve içecekleriniz ılık ve serin olmalıdır (sıcak ve soğuk değil).
- Karpuz, üzüm gibi meyvelere buz parçaları karıştırarak tüketebilirsiniz.
- Yağlı, baharatlı, gazlı (brokoli, fasulye vb.) ve keskin kokulu yiyecek ve içeceklerden uzak durmalısınız. Küçük öğünler ya da atıştırmalar yapabilirsiniz.
- Naneli, şekersiz sakız veya ekşi şeker tüketebilirsiniz.
- Bulantı hissettiğinizde derin ve yavaş nefes alın, taze hava almaya özen gösterin.



Sağlığınız Güvende

SAÇ DÖKÜLMESİ

- Bazı kemoterapiler saç dibi hücrelerine zarar verirler.
- Saç kaybı genelde kemoterapiden 2-3 hafta sonra başlar.
- Saçlarınızın tamamının dökülmesi yaklaşık 1 hafta alır.
- Saçlarınız kemoterapi bitiminden birkaç ay sonra tamamen çıkacaktır.
- Saçlarınız daha koyu, daha canlı çıkacaktır.

KAN HÜCRELERİNİN DÜŞMESİ

Vücudumuzda 3 tip kan hücresi bulunur.

Bunlar;

Akyuvarlar,

Alyuvarlar,

Trombosit (pıhtılaşmayı sağlayan hücre),

Bazı kemoterapiler kemik iliğini etkileyerek bu hücrelerin birisinde veya tümünde azalmaya yol açabilir.

Kan hücrelerinin düşmesi sonucu ortaya çıkabilecek belirtiler:

- Halsizlik,
- Çarpıntı,
- Kanama,
- Vücutta döküntü ve kızarıklık,
- Ateş (38 dereceyi aşan),
- Öksürük ve boğaz ağrısı,
- Üşüme ve titreme,
- Baş ağrısı.

DİKKAT! BU BELİRTİLERDEN HERHANGİ BİRİ ORTAYA ÇIKTIĞINDA MUTLAKA DOKTORUNUZA VEYA SİZE EN YAKIN SAĞLIK KURULUŞUNA BAŞVURUNUZ.

AĞIZ YARALARI

Bazı kemoterapi tipleri ağız, boğaz ve dudak hattı gibi hızlı gelişen hücrelere zarar verebilir.

Öneriler:

- Ağız ve dilinizi her gün kontrol edin.

Sağlığınız Güvende

- Ağız içi ıslaklığını koruyun (sürekli su yudumlayabilir, buz parçacıkları ve şekersiz sakız çiğneyebilirsiniz).
- Ağız, diş, diş eti ve dilinizi temizleyin (çok yumuşak diş fırçası ve florid içeren diş macunları kullanın).
- Alkol içeren ağız gargaraları kullanmayın (günde 3-4 defa 1 bardak sıcak su içine ¼ çay kaşığı soda, 1/8 çay kaşığı tuz ile hazırlanmış solüsyonu kullanabilirsiniz.)
- Yumuşak diş ipi ile diş aralarını her gün temizleyin.
- Takma diş kullanıyorsanız uygunluğundan emin olun.
- Sigara kullanmayın, alkol almayın.

YORGUNLUK VE HALSİZLİK

Kemoterapiye bağlı halsizlik hafiften aşırı dereceye kadar değişen derecede olabilir.

Öneriler:

- Gevşeme ve dinlenme (meditasyon, ibadet, yoga, rehberlik, danışmanlık, görsel sanatlar) yapın.
- Gün içinde 3 büyük öğün yerine 5-6 küçük öğün ve atıştırma yapın.
- Günde en az 8 bardak su tüketin.
- Dinlenme zamanı planlayın.
- Hareketli olun (15 dakika yürüyüş, yoga ve egzersiz yapmak, bisikleti sürmek vb.).
- Kitap okuma, örgü örme, müzik dinleme veya yeni bir şey öğrenmeye çalışın.
- Her gece en az 8 saat uyuyun.
- İşleriniz için iş listesi yapın.
- Aile üyeleri ve arkadaşlarınızdan yardım isteyin.



Sağlığınız Güvende

AĞRI

Ağrı tümörün kendisine bağlı olabileceği gibi kemoterapi nedeni ile de olabilir.

Öneriler:

- Ağrı ile mücadelenin çok çeşitli seçenekleri vardır. Size en uygun tedaviyi doktorunuzdan öğrenebilirsiniz.
- Ağrı kesici ilaçları saatlerine uyarak düzenli kullanınız (hatta ağrınız olmasa bile).
- İlaç dozlarını atlamayın.
- Derin derin nefes almaya çalışın, yoga veya diğer rahatlama yolları da faydalı olabilir.
- Size reçete edilen ilaçların bağımlılık ve/veya alışkanlık yapma özellikleri yoktur.
- Ağrı uzmanı veya destek tedavisi ile ilgilenen bir uzmandan ağrılarınız olduğu zaman randevu alın.



KABIZLIK

Bazı kemoterapi ilaçları, ağrı kesiciler ve bulantı ilaçları hareketsizlik veya kabızlık yapabilir.

Öneriler:

- Günde en az 8 bardak su veya diğer sıvılardan için.
- Daha fazla posalı gıda aldığınızdan ve yeterince sıvı tükettiğinizden emin olun.
- Her gün mutlaka yürüyüş yapın. Dilerseniz bisiklete binebilir ya da yoga yapabilirsiniz.
- Doktor, hemşire veya diyet uzmanınıza daha yüksek posa içeren gıdaları sorup beslenmenize ekleyebilirsiniz.
- Eğer son 2 gün içinde tualete çıkmamışsanız doktorunuza bildirin.

Sağlığınız Güvende

İSHAL

Kemoterapi sizin ince ve kalın bağırsağınızın sağlıklı hücrelerine zarar vererek ishale yol açar ve bağırsak hareketlerinizi arttırabilir. İshal ayrıca kabızlık için kullanılan ilaçlar ve enfeksiyonlar nedeni ile de oluşur.

Öneriler:

- Günde 3 öğün yerine 5-6 küçük öğünler alın ve atıştırmalar yapın.
- Yüksek sodyum ve potasyum tuzları içeren gıdaları tüketin (muz, portakal, şeftali, kayısı ve patates).
- Günde 8-12 bardak su için.
- Aşırı şekerli gıdalarda sakının.
- Düşük posalı yiyecekler tüketin (muz, beyaz pirinç, kızartılmış ekmek, yoğurt).
- İshaliniz 24 saat içinde geçmezse ve ishale beraber ağrı, kramp varsa doktorunuz ile görüşün.
- Tuvalet kağıdı yerine bebek temizleme mendilleri veya püskürtme su ile tuvalet sonrası temizliğinizi yapınız.



İŞTAHSIZLIK

Kemoterapi iştah değişikliklerine yol açabilir. İştah değişiklikleri yorgun veya depresif hissetmenizden de kaynaklanabilir.

Öneriler:

- 3 büyük öğün yerine 5-6 kez küçük öğünler yiyin ve atıştırın.
- Yüksek kalorili ve proteinli yiyecek ve içecekleri tercih edin.
- Acıktığınız zaman değil, yemeniz gerektiği zaman yiyin.

Sağlığınız Güvende

- Katı yiyecek yiyemiyorsanız süt, yumuşak yiyecekler, meyve suları veya çorba içebilirsiniz.
- Plastik çatal veya kaşık kullanın.
- Yemekten önce kısa bir yürüyüş gibi bazı aktiviteler yaparak iştahınızı artırın.
- Yemek öncesi ve sırasında çok fazla sıvı kullanarak iştahınızın azalmasına yol açmayın.
- Ekstra vitamin veya beslenme desteği (yüksek proteinli içecekler gibi) için doktorunuzla konuşun. Eğer uzun zamandır yemek yiyemediyse ve kilo kaybediyorsanız, iştahınızı artıracak ilaç kullanmanız gerekebilir. Beslenme tüpü veya damar yolu ile beslenme sağlanabilir.

CİNSEL DEĞİŞİKLİKLER

- Bazı kemoterapi tipleri hem erkek hem de kadında kısırlığa yol açabilir. İleri dönemde çocuk sahibi olmayı düşünüyorsanız bu konuyu doktorunuz ile görüşün.
- Kemoterapi sırasında az da olsa hamile kalma olasılığı olabilir. Bu nedenle, kemoterapi süresince korunma yöntemlerine devam edin.
- Doktor veya hemşirenize kemoterapi sırasında cinsel ilişkinin sakıncasının olup olmadığını sorun.

İLACIN CİLT ALTINA KAÇMASI İLE İLGİLİ SORUNLAR

Bazı kemoterapi ilaçları cilt altına kaçtığına ciddi nekroz yapabilir. En iyi tedavi önlemektir. Tedaviniz süresince ilaç uygulamalarını sıkı takip ediniz. Damar giriş yerinde şiddetli ağrı-sızı, kızarıklık, renk değişikliği fark ettiğinizde hemen



Sağlığınız Güvende

BESLENME

**Tedavi süresince beslenmenize dikkat edin.
Çünkü iyi bir beslenme ile;**

- Kendinizi daha iyi hissedersiniz.
- Yorgunluğunuz azalır.
- Gerekli kilonun idamesi sağlanır.
- Enerji ve güç sağlar.
- Enfeksiyon riskini azaltır.
- Yan etkileri azaltır.
- Yaşam kalitesini artırır.



GENEL BİLGİLER

- Ellerinizi sık sık yıkayın!
- Hastalarla temasta olacak kişiler ellerini 15 saniye süreyle anti-bakteriyel bir sabunla yıkaması ve sonrasında kâğıt havlu ya da hastaninkinin dışında bir bez havluyla kuruması gerekir.
- Kullanılan bez havlular günlük olarak değiştirilmelidir.
- Hastaların her gün duş almaları veya mümkün ise banyo yapmaları tavsiye edilir.
- Kemoterapi süresince nezle, farenjit, ishal, grip gibi bulaşıcı hastalığı olan insanlara dikkat edilmelidir.
- Yakın zamanda oral polio, rubella, kızamık, kabakulak veya suçiçeği aşısı olan insanlara dikkat edilmelidir.
- Kalabalık ortamlar risklidir.
- Kemoterapi süresince kendinizi ev ortamı ve ev halkından izole etmenize gerek yoktur.
- Yakın zamanda oral polio, rubella, kızamık, kabakulak veya suçiçeği aşısı olan insanlara dikkat edilmelidir.

Sağlığınız Güvende

- Kalabalık ortamlar risklidir.
- Kemoterapi süresince kendinizi ev ortamı ve ev halkından izole etmenize gerek yoktur.
- Sağlıklı olduğundan emin olunmayan kişilerin elleri sıkılmamalıdır.
- Evcil hayvan ve insan atıklarından uzak durulmalıdır.
- Damağa iyi oturmayan takma dişler ağızda yaralara yol açabilir.
- Sağlıklı olduğundan emin olunmayan kişilerin elleri sıkılmamalıdır.
- Evcil hayvan ve insan atıklarından uzak durulmalıdır.
- Damağa iyi oturmayan takma dişler ağızda yaralara yol açabilir.
- Ev bitkileri ve taze çiçeklerden uzak durulmalıdır. Bunlar kullanılmayan uzak bir odada tutulabilir.
- Tozdan ve kimyasal iritanlardan (temizlik maddeleri gibi) uzak durulmalıdır.
- Tıraş bıçağı yerine elektrikli tıraş bıçağı kullanılmalıdır.
- Tırmak kenarlarını itmek için keskin objeler kullanılmamalıdır.
- Aşı yaptırılmadan önce doktorun bilgilendirilmesi gerekmektedir.
- Tükettiğiniz tüm gıda ürünlerinin temiz ve sağlıklı olduğundan emin olunuz.
- Hastaların vücut ısılarını günde iki kez ölçmeleri tavsiye edilir.
- Hastaların bulundukları ortamın havasının nemlendirilmesi tavsiye edilir.
- Her konuda doktorunuza ve hemşirenize başvurmaktan çekinmeyiniz.



Sağlığınız Güvende

KEMOTERAPİ GÜNLÜK YAŞANTIYI NASIL ETKİLER?

Enerji Seviyesi: Kemoterapi yan etkileri genellikle yorgunluk ve halsizlik hissiyle birlikte gelir. Bu durum günlük aktiviteleri yapmayı zorlaştırabilir ve dinlenme ihtiyacını artırabilir.

İştah ve Beslenme: Kemoterapi genellikle iştah kaybına neden olabilir veya yiyeceklerin tadını değiştirebilir. Bu durum, sağlıklı beslenmeyi zorlaştırabilir ve kilo kaybına yol açabilir.

İş ve Okul: Bazı hastalar kemoterapi sürecinde işlerine veya okullarına ara vermek zorunda kalabilirler. Yan etkiler nedeniyle günlük aktiviteleri sürdürmek zor olabilir.

Kişisel Bakım: Saç dökülmesi gibi yan etkiler, hastaların kişisel görünüm ve bakımları üzerinde duygusal etkiye sahip olabilir.

Sosyal Hayat: Kemoterapi sıklıkla sosyal etkinlikleri ve sosyal ilişkileri etkileyebilir. Bazı hastalar tedavi sürecinde daha izole hissedebilirler veya sosyal etkinliklere katılmakta zorlanabilirler.

Psikolojik Etkiler: Kemoterapi tedavisi, kaygı, depresyon ve duygusal zorluklar gibi psikolojik etkilere neden olabilir.

Ulaşım: Tedavi merkezine sık sık gitmek gerekebilir, bu da ulaşım planlamasını etkileyebilir ve hasta ve bakıcılar için zaman ve enerji gerektirebilir.

Her hasta farklı deneyimler yaşayabilir ve tedavi süreci kişisel olarak yönetilmelidir. Destek grupları, danışmanlık hizmetleri ve diğer kaynaklar, hastaların ve bakıcılarının bu süreçte yardım almasına yardımcı olabilir.



Sağlığınız Güvende

OPTİMED



Özel Optimed Hastanesi

G.M.K.P. Mahallesi Atatürk Caddesi
No:118 Çerkezköy / TEKİRDAĞ

Özel Optimed International Çorlu Hastanesi

Alipaşa Mahallesi Kılıç Ali Paşa Caddesi
No:36/1 Çorlu / TEKİRDAĞ

Özel Optimed Tıp Merkezi

Kazımiye Mahallesi Omurtak Caddesi
No:58/C Çorlu / TEKİRDAĞ

Doküman No:EY-YD-118

Rev.No:00/Rev.Tar:....



0282

726 0 555

optimed.com.tr



optimed



optimedsaglik



e-randevu

7/24 yanınızda