



Strutture sanitarie GVM in Italia

G.B. Mangioni Hospital fa parte di GVM Care&Research - Gruppo Italiano che si compone di oltre 30 Ospedali e Poliambulatori in Italia e in Europa con poli di eccellenza per specialità e complessità. Una rete di strutture avanzate, capillari sul territorio, contraddistinte da elevati standard di qualità e tecnologie all'avanguardia.

DOVE SIAMO



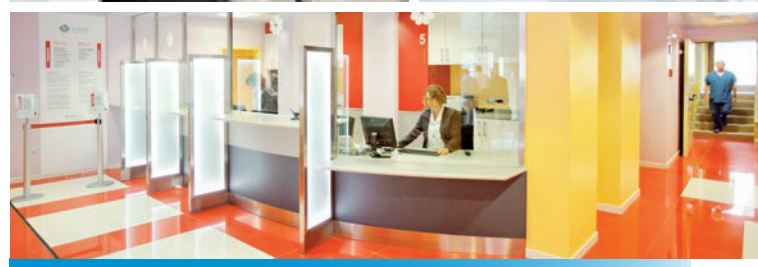
© Copyright - GVM Care&Research. Tutti i diritti sono riservati. L'utilizzo e la riproduzione dei contenuti - totali o parziali - sono vietati in assenza di espressa autorizzazione.



G.B. MANGIONI HOSPITAL
 via Leonardo da Vinci, 49
 23900, Lecco (LC)
 Tel. 0341.478111
 info-gbm@gvmnet.it
 Direttore Sanitario
 Dott. Vincenzo Zottola
www.gvmnet.it

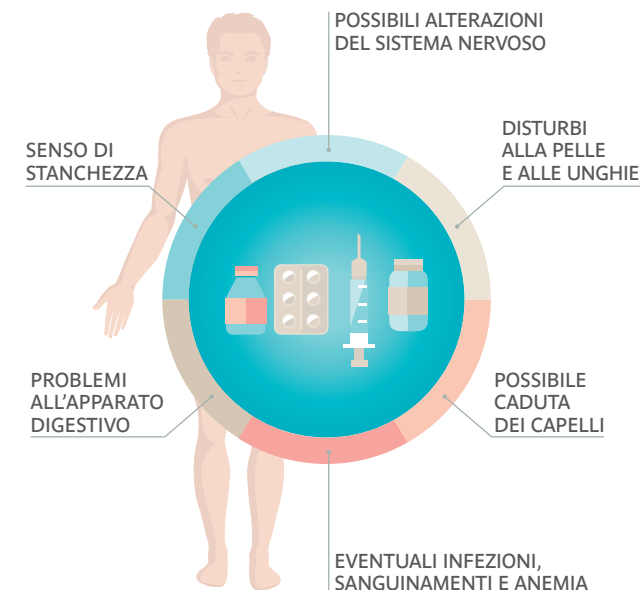
Informazioni contenute nella carta dei servizi

CHEMIOTERAPIA: come affrontare i possibili effetti collaterali



COME FUNZIONANO I FARMACI CHEMIOTERAPICI

La chemioterapia contribuisce ad aiutare il paziente nel **trattamento delle cellule malate** riducendo o bloccando la crescita del tumore. I farmaci chemioterapici intervengono quando le cellule neoplastiche si suddividono, impedendone o ritardandone la moltiplicazione. Tuttavia, non distinguendo tra tipi di cellule, finiscono per danneggiare anche quelle sane e più rapide nel moltiplicarsi: così si spiegano gli **effetti collaterali della chemioterapia**, che variano secondo il trattamento e le specificità del paziente e generalmente **scompaiono al termine del ciclo di cura**.



**PER PRENOTARE UN CONSULTO
CHAMA IL NUMERO
0341.478111
dalle 08.30 alle 19.00
da lunedì a sabato**



Dott.ssa Barbara Scola

La Dott.ssa Barbara Scola svolge la propria attività principalmente nel campo dell'oncologia medica, occupandosi della diagnosi e cura dei principali tumori solidi ed ematologici sia in ambito ambulatoriale che di ricovero. Lavora inoltre all'interno del Reparto di Medicina Generale occupandosi delle patologie metaboliche, cardiovascolari, renali e pneumologiche, principalmente per persone in età avanzata. La cura del paziente avviene in accordo alle linee guida internazionali ma ponendo sempre il paziente stesso al centro dell'impegno assistenziale, nell'ottica dell'umanizzazione della Medicina.



G. B. Mangioni Hospital
Lecco



GLI EFFETTI COLLATERALI PIÙ COMUNI DELLA CHEMIOTERAPIA

Con il presente opuscolo vogliamo illustrare alcuni dei più frequenti disturbi che possono comparire come effetti collaterali del trattamento chemioterapico e fornire alcune indicazioni su come affrontarli per ridurre il loro impatto sullo stato di salute del paziente.

SENSO DI STANCHEZZA

La **sensazione di affaticamento** che si prova durante la cura può essere intensa e prolungata, e a volte può peggiorare per l'accumularsi dei cicli di terapia. È importante pertanto che il paziente ascolti il proprio corpo e si riposi molto **evitando sforzi eccessivi**.

PROBLEMI LEGATI ALL'APPARATO DIGESTIVO

Poiché soggette a continuo ricambio, le cellule che rivestono le mucose dell'apparato **digerente** sono tra quelle che possono risentire maggiormente dei farmaci per la chemioterapia. Durante il trattamento il paziente potrebbe quindi soffrire di:

• Senso di nausea e/o vomito

Si tratta di disturbi che in genere arrivano 2-3 giorni dopo la chemioterapia, possono durare ore o più raramente qualche giorno.

Sotto controllo medico, **il paziente può assumere farmaci anti-nausea** (detti antiemetici), disponibili anche a domicilio.

• Dolore, infiammazione delle mucose, ulcere in bocca

Questi fastidi possono comparire nei 5-10 giorni successivi all'inizio del trattamento e in genere si risolvono gradualmente 3-4 settimane dopo il termine. **Per alleviarli, si consigliano sciacqui con bicarbonato diluito** (disponibile in farmacia). Nei casi più persistenti è opportuno contattare il medico.

• Possibile alterazione del gusto

Alcuni farmaci chemioterapici possono modificare il gusto dei cibi. Si tratta comunque di un fenomeno transitorio che **regredisce completamente alla fine del trattamento**. Al momento non esistono cure specifiche.

• Possibile perdita di appetito, diarrea o stipsi

In questi casi è **importante che il paziente consumi molti liquidi**, soprattutto in caso di diarrea.

EVENTUALI INFEZIONI, SANGUINAMENTI E ANEMIA

Durante la chemioterapia, il calo dei **globuli bianchi** può causare l'insorgere di infezioni. In caso di febbre alta, sensazione di freddo, tosse o mal di gola è importante quindi che il paziente avvisi subito il proprio medico. Quando a diminuire sono i **globuli rossi**, invece, il paziente può a volte soffrire di anemia, spesso causa di stanchezza o mancanza di fiato. L'eventuale calo delle **piastrine**, infine, può facilitare i sanguinamenti dalle mucose o la formazione di ecchimosi. Se questi effetti si fanno particolarmente evidenti, **il paziente può chiedere al proprio medico di intervenire con appositi farmaci o trasfusioni di sangue**.

POSSIBILE CADUTA DEI CAPELLI

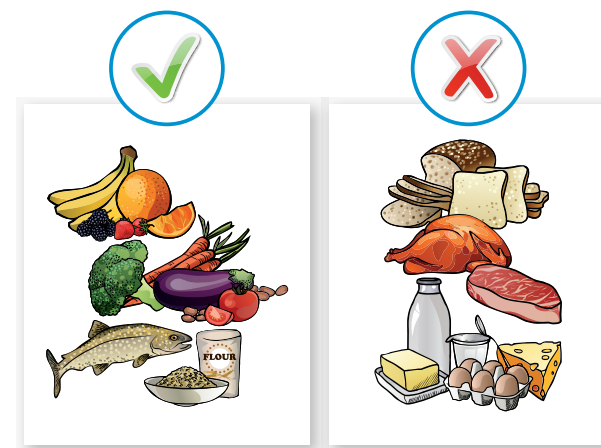
Con la chemioterapia, a volte, il paziente si trova a dover affrontare la progressiva perdita di capelli, peli, ciglia e sopracciglia. Si tratta di una delle conseguenze più temute, ma anche di un **fenomeno temporaneo che cessa con il percorso di cura**: i capelli infatti ricrescono già poche settimane dopo la fine del trattamento. Nel frattempo, è possibile ricorrere a foulard, cappelli o parrucche. A questo proposito **l'ASL di Lecco** offre un servizio gratuito per la fornitura di parrucche (Un raggio di Sole - Tel. 3276335345, riceve su appuntamento). Non tutti i farmaci comunque provocano questi effetti indesiderati.

DISTURBI ALLA PELLE E ALLE UNGHIE

Alcuni farmaci possono a volte rendere la pelle secca e sensibile oppure provocare reazioni cutanee (come la sindrome mano-piede da Capecitabina). Il fenomeno può in alcuni casi colpire anche le unghie, che diventano secche, scheggiate o striate. **Per proteggersi, il paziente dovrebbe applicare sempre una crema protettiva quando si espone al sole**. Se lo ritiene necessario, inoltre, può seguire alcuni consigli specifici per la cura della pelle e il trucco (La forza e il sorriso - Tel. 3387094887, riceve su appuntamento).

POSSIBILI ALTERAZIONI DEL SISTEMA NERVOSO

In alcuni casi la chemioterapia può provocare una neuropatia periferica, che si manifesta con alterazioni della sensibilità, formicolii e sensazione di punture alle mani e ai piedi. A volte, invece, il percorso di cura può compromettere l'udito. Si tratta tuttavia di fenomeni momentanei, che **generalmente si risolvono al termine delle cure**. In entrambi i casi, comunque, **è consigliabile che il paziente ne parli con il proprio medico**.



CONSIGLI PRATICI

- Seguire una dieta sana ed equilibrata
- Bere molto, soprattutto in caso di diarrea o vomito
- Cercare di svolgere una regolare attività fisica
- Ascoltare il proprio corpo evitando sforzi eccessivi
- In caso di infiammazione delle mucose, fare regolarmente sciacqui con il bicarbonato diluito
- Applicare la crema protettiva quando ci si espone al sole, anche per periodi brevi
- Comunicare sempre l'insorgere di nuovi disturbi al medico, il quale valuterà se prescrivere un farmaco o un percorso di cura specifico
- Ricordarsi di fare richiesta di invalidità e attivare la legge 104 per il familiare lavoratore che aiuterà il paziente durante la cura.

ALIMENTAZIONE: SÌ E NO

- ✓ Pesce azzurro
- ✓ Proteine vegetali come creme di cereali, di riso o di legumi
- ✓ Alimenti proteici vegetali ricchi di aminoacidi liberi come il miso
- ✓ Cibi salati e asciutti come le gallette di riso integrale (indicati per alleviare la nausea)
- ✓ Lontano dai pasti, bere molta acqua o tè verde
- ✓ Masticare bene il cibo e frazionare i pasti in 5/6 spuntini
- ✗ Fibre di cereali, specie se indurite dalla cottura al forno (pane integrale e pizza, alimenti grezzi)
- ✗ Proteine animali (carne rossa e conservata)
- ✗ Latte e derivati
- ✗ Zucchero e farine raffinate o altri amidi ad alto indice glicemico, come patate, mais, dolci e dolcificanti