

## Chemoterapia

Tento informačný leták je o chemoterapii. Mnohí ľudia s rakovinou podstupujú chemoterapiu ako súčasť liečby.

Dúfame, že tento leták zodpovie vaše otázky. Ak máte ďalšie otázky, môžete sa obrátiť na lekára alebo sestričku v nemocnici, kde sa liečite.

Pridali sme aj ďalšie informácie od organizácie Macmillan. Niektoré z nich sú len v angličtine. Ak by ste sa chceli o týchto informáciách porozprávať s našimi špecialistami na pomoc pri rakovine, máme tlmočníkov pre ľudí, ktorí nehovoria po anglicky. Je tu aj možnosť porozprávať sa s niekým o tom, ako sa cítite, a o obavách, ktoré možno máte.

Na linku pomoci Macmillan Support Line sa môžete bezplatne obrátiť na číse **0808 808 00 00**, od pondelka do piatku medzi 9:00 a 20:00. Ak máte problémy so sluchom, môžete použiť textový telefón na číse 0808 808 0121 alebo službu Text Relay. Môžete tiež navštíviť stránku **macmillan.org.uk**

### Tieto informácie zahŕňajú:

- Čo je rakovina?
- Čo je chemoterapia?
- Kedy sa používa chemoterapia?
- Podávanie chemoterapie
- Porozumenie liečbe
- Vyšetrenia pred liečbou
- Kde sa liečba podáva?
- Ako dlho liečba trvá?
- Vedľajšie účinky
- Dodatočné informácie
- Súvisiace informácie o organizácii Macmillan

## Čo je rakovina?

Orgány a tkanivá tela sa skladajú z maličkých stavebných súčastí, ktoré sa nazývajú bunky. Rakovina je choroba týchto buniek.

Bunky môžu v rôznych častiach tela vyzeráť a fungovať rôzne, väčšina z nich sa však obnovuje a rozmnožuje rovnakým spôsobom. Za normálnych okolností sa bunky delia usporiadaným a kontrolovaným spôsobom. Keď sa však tento proces z nejakého dôvodu vymkne spod kontroly, bunky sa naďalej delia a prerastú do hrčky, ktorá sa nazýva nádor.

Pri **nezhubnom nádore** sa bunky nerozširujú do iných častí tela a vtedy nejde o rakovinu. Môžu však naďalej rásť na pôvodnom mieste a spôsobiť problém tlakom na iné časti tela.

Pri **zhubnom nádore** sa bunky môžu rozširovať do iných častí tela. Rakovina začne rásť v jednej časti tela, čo sa nazýva primárna rakovina. Ak sa rakovina nelieči, môže sa rozširovať. Ak sa rozšíri a začne rásť v inej časti tela, nazýva sa to sekundárna alebo metastatická rakovina.

## Čo je chemoterapia?

Chemoterapia využíva protirakovinové lieky na zničenie rakovinových buniek. Tieto lieky sa prenášajú krvou, takže sa môžu dostať k rakovinovým bunkám vo väčšine častí tela. Liečba je založená na poškodení deliacich sa buniek tak, aby odumreli. Poškodia sa pri tom aj zdravé bunky, tie sa však väčšinou zregenerujú.

Pri liečbe môžete dostávať jeden alebo viacero liekov. Váš lekár sa s vami porozpráva o tom, ako môže liečba fungovať a kedy by vám mohla pomôcť. Povie vám tiež, ako sa pravdepodobne budete cítiť, keď budete tieto lieky brať.

## Kedy sa používa chemoterapia?

Chemoterapia je jedným druhom liečby rakoviny. Môže sa podávať na vyliečenie alebo udržanie rakoviny pod kontrolou. Môže sa tiež podávať ako prevencia pri pokuse zabrániť návratu rakoviny. Iné druhy liečby zahŕňajú operácie, rádioterapiu alebo hormonálnu liečbu.

Niektorí ľudia môžu dostávať chemoterapiu predtým, než idú na operáciu. To môže pomôcť rakovinu zmenšiť, aby bol rozsah operácie menší alebo aby bola jednoduchšia.

Iní ľudia môžu túto liečbu dostávať po operácii alebo rádioterapii. Pomáha to znížiť riziko, že sa rakovina v budúcnosti vráti. Niekedy sa liečba podáva zároveň s rádioterapiou.

U niektorých ľudí sa rakovina môže rozšíriť do iných častí tela (sekundárna alebo metastatická rakovina). Chemoterapia môže pomôcť rakovinu zmenšiť a lepšie ju udržať pod kontrolou. Môže tiež zlepšiť niektoré príznaky rakoviny a niektorým ľuďom pomôcť žiť dlhšie.

## Podávanie chemoterapie

Chemoterapeutickú liečbu budete zvyčajne dostávať rozdelenú na sedenia. Po každom sedení nasleduje obdobie oddychu. Liečebné sedenie a obdobie oddychu sa spolu nazývajú liečebný cyklus. Jedna liečba sa skladá z určitého počtu cyklov. Váš lekár – odborník na rakovinu – s vami preberie, koľko cyklov podstúpite.

Chemoterapeutické lieky sa zvyčajne podávajú do žily alebo ústami. Niekedy sa podávajú injekciou pod kožu, do svalu, do tekutiny okolo chrbtice alebo do telovej dutiny, ako je napríklad močový mechúr. Pri niektorých typoch rakoviny kože sa môžu používať tiež chemoterapeutické krémy.

### Vnútrožilová chemoterapia

Mnohé lieky sa podávajú injekciou do žily:

- Kanyla: hadička, ktorú vám zavedú do žily paže alebo do chrbáta ruky.
- Centrálny venózný katéter (CVK): tenká hadička, ktorá sa zavádza cez kožu na hrudníku do žily blízko srdca.
- Periférne zavedený centrálny venózný katéter: tenká hadička sa zavedie do žily v ohybe alebo hornej časti paže a vedie sa žilou, až kým sa jej koniec nedostane do žily blízko srdca.
- Implantovateľný port typu portacath: tenká a mäkká plastová hadička, ktorú vám zavedú do žily blízko srdca. Vyzerá ako hrčka pod kožou na hrudníku.

Na podávanie odmeraného malého množstva lieku počas dlhšieho časového obdobia sa niekedy používajú infúzne pumpy. Môžu fungovať niekoľko dní alebo až týždeň. Pumpa sa môže používať dlhšie, bude sa však vymieňať každý týždeň. Môžete s ňou ísť domov a pokračovať vo svojich každodenných činnostiach.

### Perorálne tablety alebo kapsule

Niektorí ľudia môžu dostávať tablety alebo kapsule. Nie každá liečba sa môže podávať týmto spôsobom. Väčšina ľudí, ktorí dostávajú tablety alebo kapsule, ich môže brať doma. Je dôležité mať na pamäti, že sú to chemoterapeutické lieky a môžu mať vedľajšie účinky.

## Porozumenie liečbe

Pred každou liečbou vám lekár alebo zdravotná sestra vysvetlí, prečo ju potrebujete a ako často vám ju budú podávať. Povedia vám, ako sa možno budete po liečbe cítiť a o všetkých vedľajších účinkoch.

Je dobré zobrať so sebou niekoho, kto hovorí vašim jazykom aj po anglicky. Ak potrebujete tlmočníka, možno bude k dispozícii – pokúste sa však dať nemocnici vedieť dopredu, že si želáte, aby tam bol. Požadajú vás o podpísanie formulára o tom, že súhlasíte s chemoterapeutickou liečbou a rozumiete možným vedľajším účinkom. Volá sa to poskytnutie súhlasu.

Pamätajte na to, že vám nesmú podať žiadnu liečbu bez toho, aby ste rozumeli, prečo ju dostávate a ako sa pri nej možno budete cítiť.

## **Vyšetrenia pred liečbou**

Pred liečbou budete možno potrebovať niekoľko vyšetrení. Tie pomôžu lekárom uistiť sa, že ste dostatočne zdravý/ zdravá na to, aby ste podstúpili liečbu. Zvyčajne ide o krvné testy a prípadne rozbor moču alebo vyšetrenia srdca. Niekedy je pred začiatkom liečby potrebný aj röntgen alebo ultrazvuk.

Je bežnou praxou ísť pred každým liečebným cyklom na krvný rozbor a na vyšetrenie u lekára alebo sestričky. Môže to byť v deň liečby alebo deň či dva vopred. Skontrolujú vám výsledky krvných testov a spýtajú sa vás, ako sa cítite od poslednej liečby.

## **Kde sa liečba podáva?**

Liečba sa uskutoční v dennej ambulancii alebo na oddelení chemoterapie. Niekedy je možné dostávať ju doma alebo v mobilnej ambulancii neďaleko domu. Môžete sa porozprávať s lekárom alebo sestričkou o tom, kde vám môžu podať liečbu, je však dôležité, aby to pre vás bolo to najbezpečnejšie miesto. Je možné, že budete musieť za liečbou cestovať, podľa toho, kde bývate. Niekedy je možné získať finančnú pomoc na úhradu cestovných nákladov alebo dohodnúť dopravu.

## **Ako dlho liečba trvá?**

Väčšinu vnútrožilovej liečby môžete absolvovať ako ambulantný pacient/ ambulantná pacientka v nemocnici. Môže to trvať polhodinu až niekoľko hodín. Niektorí ľudia budú musieť zostať na krátku dobu v nemocnici. Ak dostávate chemoterapeutické tablety, kapsule alebo krémy, môžete ich brať doma. Liečba môže trvať niekoľko týždňov až mesiacov.

## **Zmeny v liečebnom pláne**

Váš lekár použije rozbor krvi alebo moču na kontrolu účinkov chemoterapie na telo. Lekár vás môže tiež vyšetriť a pozrieť sa na výsledky krvných testov, ultrazvuku alebo röntgenu. Niekedy je potrebné zmeniť liečbu. Lekár to s vami vždy preberie.

Niekedy sa liečba musí oddialiť, aby malo telo viac času na regeneráciu pred podaním ďalšieho cyklu liečby. Najčastejším dôvodom oddialenia liečby je nízky počet bielych krviniek v krvi.

## **Vedľajšie účinky**

Chemoterapeutické lieky ovplyvňujú aj niektoré zdravé bunky v tele, a preto môžu mať vedľajšie účinky, ktoré spôsobia, že sa budete cítiť zle. Poškodenie zdravých buniek trvá zvyčajne len krátko a väčšina vedľajších účinkov sa zlepší. Niektoré vedľajšie účinky môžu trvať dlhšie. Váš lekár alebo sestrička vám povedia, ktoré to sú a ako dlho môžu trvať.

Rôzne lieky môžu vyvolať rôzne vedľajšie účinky a každý človek reaguje inak. U niektorých ľudí sa prejaví len málo vedľajších účinkov a u iných viac.

Tu opíšeme najčastejšie vedľajšie účinky. Neprejavujú sa však u všetkých ľudí, ktorí podstupujú liečbu. Ak spozorujete akékoľvek účinky, ktoré tu nie sú vymenované, alebo ak chcete o vedľajších účinkoch vedieť viac, spýtajte sa lekára alebo sestričky.

**Sestrička vám dá telefónne číslo alebo čísla, na ktoré môžete zavolať do nemocnice kedykoľvek, ak sa cítite zle, cez deň alebo v noci. Uložte si tieto čísla do mobilu alebo na bezpečné miesto.**

### **Infekcia**

Chemoterapia môže znížiť počet bielych krviniek v krvi, čím sa zvýši vaša náchylnosť na infekciu. Keď je počet bielych krviniek nízky, nazýva sa to neutropénia.

Obráťte sa ihneď na nemocnicu na kontaktných číslach, ktoré ste dostali, ak:

- vaša telesná teplota prekročí 37,5 °C (99,5 °F) alebo 38 °C (100,4 °F), podľa rád, ktoré vám dal chemoterapeutický tím,
- sa zrazu cítite zle, aj keď máte normálnu teplotu,
- máte príznaky infekcie – môžu zahŕňať pocit slabosti, boľavé hrdlo, kašeľ, hnačku alebo nutkanie na časté močenie.

Počet bielych krviniek sa pred ďalšou liečbou zvyčajne postupne zvýši a vráti do normálu. Pred ďalšou chemoterapiou vám urobia krvný rozbor. Ak je počet bielych krviniek stále nízky, lekár môže liečbu na krátku dobu oddialiť.

### **Anémia**

Chemoterapia môže znížiť počet červených krviniek v krvi. Tieto krvinky roznášajú kyslík po tele. Ak je ich počet nízky, môžete sa cítiť unavene alebo tak, akoby ste nestačili s dychom. Ak sa tak cítite, povedzte to svojmu lekárovi alebo sestričke. Pri výraznej anémii môže byť potrebná transfúzia krvi na dodanie červených krviniek.

### **Modriny a krvácanie**

Liečba môže znížiť počet krvných doštičiek v krvi. Krvné doštičky napomáhajú zrážaniu krvi. Ak spozorujete modriny alebo krvácanie, ktoré si neviete vysvetliť, povedzte to svojmu lekárovi. Môže ísť o krvácanie z nosa, krvácanie ďasien, modriny alebo kožné vyrážky. Niektorí ľudia potrebujú transfúziu na dodanie krvných doštičiek.

### **Únava**

Pocit veľkej únavy je bežným vedľajším účinkom. Často sa zhoršuje pri konci liečby a môže trvať dlho po jej ukončení. Pokúste sa brať veci zľahka a oddychovať toľko, koľko potrebujete. Pomáha vyvažovať ho opatrným cvičením, ako napríklad krátkymi prechádzkami. Ak sa cítite ospalo, nešoférujte ani neobsluhujte stroje.

### **Pocit nevoľnosti a zvracanie**

Tento stav môže nastať počas prvých dní po chemoterapii. Lekár vám predpíše lieky proti nevoľnosti na jej prevenciu alebo udržanie pod kontrolou. Berte ich presne tak, ako vám vysvetlí sestrička alebo lekárnik.

Ak cítite nevoľnosť alebo zvraciate, spojte sa čo najskôr s nemocnicou. Tam vám môžu poskytnúť rady a zmeniť lieky proti nevoľnosti na iné, pri ktorých sa budete cítiť lepšie.

## **Zápcha**

Zápcha je, keď sa vám nejaký čas nedarí ísť na veľkú potrebu. Proti zápche zvyčajne pomáha pitie veľkého množstva tekutín, konzumácia potravín s vysokým obsahom vlákniny a opatrné cvičenie. Niekedy je potrebné zobrať liek, ktorý sa nazýva laxatívum. Ten vám môže predpísať lekár, alebo si ho môžete kúpiť bez predpisu v lekárni.

## **Hnačka**

Hnačka je, keď chodíte na veľkú potrebu častejšie než zvyčajne. Môže vás pri nej bolieť brucho. Ak dostanete hnačku, povedzte to svojmu lekárovi. Zvyčajne sa dá jednoducho udržiavať pod kontrolou pomocou liekov. Ak máte hnačku, je dôležité piť množstvo tekutín.

## **Afty**

Počas liečby môžete pociťovať bolesť alebo sucho v ústach, alebo sa vám môžu vytvoriť malé vredy. Pomáha piť množstvo tekutín a čistiť si zuby jemne, mäkkou kefkou.

Mali by ste sa tiež vyhýbať potravinám, ktoré môžu podráždiť ústnu dutinu, ako napríklad cesnak, cibuľa, čili papričky a džúsy z citrusových plodov. Ak vás bolia ústa, povedzte to svojmu lekárovi alebo sestričke. Poradia vám ohľadom starostlivosti o ústnu dutinu a liekov na prevenciu alebo prečistenie infekcií ústnej dutiny.

## **Strata chuti do jedla**

Niektorí ľudia stratia chuť do jedla. Môže to trvať niekoľko dní alebo aj dlhšie. Ak sa vám zdá, že nejete dosť, alebo že strácate na hmotnosti, môžete požiadať o návštevu dietetika alebo špecializovanej zdravotnej sestry v nemocnici. Poradia vám, ako si zlepšiť apetít a udržať zdravú hmotnosť.

## **Zmeny chuti**

Možno spozorujete, že sa vám chuť jedla zdá iná. Normálna chuť sa zvyčajne vráti po ukončení liečby. Niektorí ľudia cítia zvláštnu kovovú alebo horkú pachúť v ústach. Pomôcť môžu cukríky s mentolovou alebo inou výraznou chuťou.

## **Strata vlasov**

Nie každá chemoterapia spôsobuje vypadávanie vlasov. Niektoré spôsobujú len čiastočné vypadávanie, iné môžu spôsobiť vypadanie všetkých vlasov, čo môže byť veľmi rozrušujúce.

Vypadávanie vlasov zvyčajne začína dva až tri týždne po začiatku liečby, aj keď niekedy môže začať už po niekoľkých dňoch. Zvyčajne zase narastú v priebehu niekoľkých mesiacov po skončení liečby.

Niektorí ľudia môžu pri konkrétnych typoch chemoterapie obmedziť vypadávanie vlasov pomocou chladiacej čiapky. Nazýva sa to ochladzovanie pokožky hlavy. Túto metódu nemôžu používať všetci, môžete sa však spýtať svojho lekára alebo sestričky, či by to vo vašom prípade bolo užitočné.

**Je dôležité, aby ste svojmu lekárovi alebo sestričke dali hneď vedieť, ak sa cítite zle alebo máte závažné vedľajšie účinky, a to aj v prípade, že tu nie sú spomenuté.**

## **Dodatočné informácie**

### **Riziko krvných zrazenín**

Rakovina zvyšuje riziko tvorby krvných zrazenín a chemoterapia ho môže zhoršiť. Zrazenina môže spôsobiť príznaky ako bolesť, začervenanie a opuch nohy, dýchavičnosť a bolesť v hrudníku. Ak spozorujete ktorýkoľvek z týchto príznakov, spojte sa ihneď so svojim lekárom. Krvná zrazenina je vážna vec, lekár ju však môže vyliečiť pomocou liekov na riedenie krvi. Viac informácií vám poskytne váš lekár alebo sestrička.

### **Iné lieky**

Niektoré lieky, vrátane tých, ktoré nie sú na predpis, vám môžu pri chemoterapii ublížiť. Informujte svojho lekára o všetkých liekoch, ktoré beriete, vrátane liekov vo voľnom predaji, výživových doplnkov a bylinných liečiv.

### **Plodnosť**

Liečba môže ovplyvniť schopnosť počať dieťa. Ak máte ohľadom toho obavy, porozprávajte sa pred začatím liečby s lekárom alebo sestričkou.

### **Antikoncepcia**

Váš lekár vám odporučí, aby ste počas liečby zabránili počatiu dieťaťa, pretože lieky môžu poškodiť jeho rozvíjajúci sa organizmus. Je dôležité, aby ste počas chemoterapie a niekoľko mesiacov po nej používali antikoncepciu. Môžete sa o tom porozprávať so svojim lekárom alebo sestričkou.

### **Sexuálny styk**

Ak máte počas prvých pár dní chemoterapie sexuálny styk, musíte na ochranu svojho partnera použiť prezervatív.

### **Dojčenie**

Počas liečby a niekoľko mesiacov po nej by ste nemali dojčiť, pretože v materskom mlieku môžu byť chemoterapeutické látky.

### **Lekárske a zubárske ošetrenia**

Ak musíte ísť do nemocnice z akéhokoľvek iného dôvodu než pre rakovinu, vždy lekárom a sestričkám povedzte, že podstupujete chemoterapiu. Povedzte im meno svojho lekára – odborníka na rakovinu, aby ho mohli požiadať o informácie.

Ak si myslíte, že potrebujete ísť k zubárovi, porozprávajte sa so svojim lekárom – odborníkom na rakovinu. Svojho zubára vždy informujte o tom, že podstupujete chemoterapiu.

### **Cestovanie**

Ak máte naplánovanú dovolenku, je veľmi dôležité, aby ste sa o svojich plánoch porozprávali s lekárom alebo sestričkou. Keďže má liečba vplyv na imunitný systém, nemôžete ísť počas nej na niektoré očkovania a v niektorých prípadoch ani letieť lietadlom.

## Súvisiace informácie o organizácii Macmillan

- Chemotherapy fact sheets (Informačné letáky o chemoterapii)
- Controlling nausea and vomiting (Nevolnosť a zvracanie pod kontrolou)
- Coping with fatigue (Zvládanie únavy)
- Coping with hair loss (Zvládanie straty vlasov)
- How are you feeling? The emotional effects of cancer (Ako sa cítite? Emocionálne následky rakoviny)
- Living with and after cancer (Život s rakovinou a po nej)
- Mouth care during chemotherapy (Starostlivosť o ústnu dutinu počas chemoterapie)
- Understanding chemotherapy (Pochopenie chemoterapie)

Kópie týchto informácií si môžete vyžiadať bezplatným telefonátom na číslo **0808 808 00 00** alebo na stránke **macmillan.org.uk**

Tento informačný leták napísal, zrevidoval a zredigoval tím organizácie Macmillan Cancer Support pre rozvoj informácií o rakovine. Schválil ho náš lekársky redaktor, Dr. Tim Iveson, konzultujúci klinický onkológ.

Ďakujeme nášmu ošetrovateľovi, špecialistovi na rakovinu Michaelovi Flynnovi, a ľuďom, ktorých životy ovplyvnila rakovina a ktorí zrevidovali toto vydanie.

Tento informačný leták bol zostavený na základe informácií z viacerých spoľahlivých zdrojov, vrátane:

- British National Formulary. 65. vydanie. 2013. British Medical Association and Royal Pharmaceutical Society of Great Britain.
- Elektronické Medicines Compendium (eMC). [www.medicines.org.uk](http://www.medicines.org.uk) (prístup v auguste 2013).
- National Chemotherapy Advisory Group, august 2009. Chemotherapy Services in England: Ensuring Quality and Safety.

Snažíme sa zabezpečiť presnosť poskytovaných informácií, nie je však možné spoliehať sa na to, že budú odrážať súčasný stav lekárskeho výskumu, ktorý sa neustále mení. Ak máte obavy o svoje zdravie, musíte sa porozprávať so svojim lekárom. Organizácia Macmillan nenesie zodpovednosť za žiadne straty ani škody následkom nepresnosti týchto informácií alebo informácií tretích strán, ako napríklad informácií na stránkach, na ktoré odkazujeme.

© Macmillan Cancer Support 2013. Charitatívna organizácia zaregistrovaná v Anglicku a Walese (261017), Škótsku (SC039907) a na Ostrove Man (604). Kancelária zaregistrovaná na adrese 89 Albert Embankment, Londýn SE1 7UQ.

MAC12464



Posledná revízia obsahu: 1. januára 2014

Ďalšia plánovaná revízia: 1. januára 2016