

Eksemestan

Eksemestan stosuje się w leczeniu raka piersi.

Czym jest eksemestan?

Eksemestan to lek do terapii hormonalnej stosowany w leczeniu raka piersi.

Może być używany do leczenia raka piersi u kobiet, które przeszły już menopauzę. Czasem podawany jest też kobietom, które jeszcze nie przeszły menopauzy.

Eksemestanu można używać:

- po zakończeniu innych terapii w celu obniżenia ryzyka nawrotu raka piersi,
- do kontrolowania raka piersi po nawrocie lub z przerzutami (**rak piersi wtórny**).

Lek ten może być stosowany samodzielnie lub razem z innymi lekami. Podane tutaj informacje najlepiej czytać w połączeniu z naszymi ogólnymi informacjami o **terapiach hormonalnych** i **rodzaju nowotworu**, na który cierpi dana osoba.

Zanim pacjentka wyrazi **zgody** na leczenie, lekarz objaśni jego przebieg oraz związane z nim możliwe skutki uboczne.

Jak działa eksemestan

Hormony to związki chemiczne wytwarzane przez ludzki organizm. Hormony przekazują informacje i pomagają kontrolować sposób działania komórek i organów. Terapie hormonalne to leki, które zmieniają sposób wytwarzania hormonów i ich działania w organizmie.

Wiele raków piersi potrzebuje do swojego rozwoju hormonu o nazwie estrogen. Nazywa się je **rakami piersi z pozytywnymi receptorami estrogenowymi**.

Eksemestan zmniejsza ilość estrogenu w organizmie. Blokuje enzym (rodzaj białka), który wspomaga wytwarzanie estrogenu w tkance tłuszczowej w organizmie.

Przyjmowanie eksemestanu w tabletkach

Eksemestan dostępny jest w postaci tabletek, które można przyjmować w domu. Można robić to raz dziennie po jedzeniu. Należy starać się przyjmować lek codziennie o tej samej porze oraz połykać tabletki w całości, popijając szklanką wody. Tabletek nie należy rozgryzać ani kruszyć. Eksemestan można zażywać samodzielnie lub wraz z innymi lekami.

Jeśli pacjentka zapomni wziąć tabletkę, powinna zrobić to, gdy tylko sobie przypomni. Jeśli jednak nadeszła już prawie pora na kolejną dawkę, należy przyjąć ją zgodnie z planem. Nie należy przyjmować podwójnej dawki leku.

Eksemestan to lek do leczenia długoterminowego. Zazwyczaj przyjmuje się go przez kilka lat. Pielęgniarka lub lekarz omówi z pacjentką plan leczenia. Tabletki należy zawsze przyjmować ściśle według zaleceń. Jest to ważne, gdyż w ten sposób można mieć pewność, że działają one możliwie najbardziej skutecznie.

Inne kwestie dotyczące tabletek, o których należy pamiętać:

- Pacjentka powinna przechowywać leki w oryginalnym opakowaniu i w temperaturze pokojowej, z dala od źródeł ciepła i bezpośredniego działania promieni słonecznych.
- Tabletki muszą być też przechowywane w bezpiecznym miejscu, poza zasięgiem dzieci.
- W razie wymiotów od razu po zażyciu tabletek należy skontaktować się z zespołem opieki zdrowotnej. W takiej sytuacji nie należy przyjmować dodatkowej dawki.
- Należy postarać się o nową receptę, zanim tabletki się skończą oraz upewnić się, że ma się wystarczającą ilość leku na okres urlopu.
- Jeśli leczenie zostało przerwane, należy zwrócić pozostałe tabletki farmaceutce.

Pielęgniarka lub farmaceuta może także dać pacjentce inne leki do zabrania ze sobą do domu. Leki należy przyjmować ściśle według zaleceń. Nie należy przerywać kuracji którymkolwiek z przyjmowanych przez siebie leków, jeśli nie zalecił tego lekarz.

Skutki uboczne

Opisujemy tutaj najczęściej występujące skutki uboczne leczenia. Niniejsza broszura przedstawia również niektóre rzadziej występujące skutki uboczne.

U danej pacjentki mogą wystąpić niektóre z opisanych tutaj skutków ubocznych, jednak mało prawdopodobne jest, że wystąpią u niej one wszystkie. Jeśli dana osoba przyjmuje także inne leki przeciwnowotworowe, może odczuwać skutki uboczne, które nie zostały tutaj omówione. O zaobserwowanych skutkach ubocznych należy zawsze poinformować lekarza, pielęgniarkę lub farmaceutę.

Lekarz może przepisać leki, które pomogą ograniczyć niektóre ze skutków ubocznych. Należy przyjmować leki ściśle według zaleceń pielęgniarki lub farmaceuty. Dzięki temu jest bardziej prawdopodobne, że będą skuteczne. Informacji na temat łagodzenia skutków ubocznych udziela pielęgniarka. Większość skutków ubocznych zaczyna ustępować po zakończeniu leczenia.

Poważne i zagrażające życiu skutki uboczne

Niektóre metody leczenia nowotworów mogą mieć poważne skutki uboczne. W rzadkich przypadkach mogą one stanowić zagrożenie dla życia. Onkolog lub pielęgniarka może wyjaśnić ryzyko wystąpienia takich skutków ubocznych u danej osoby.

Kontakt ze szpitalem

Pielęgniarka przekaze numery telefonów do szpitala. W razie złego samopoczucia lub chęci uzyskania porady można zadzwonić pod podane numery o dowolnej porze dnia i nocy. Należy zapisać te numery w telefonie lub trzymać je w bezpiecznym miejscu.

Więcej informacji

Nie możemy wymienić wszystkich możliwych skutków ubocznych tego leczenia. Istnieją pewne rzadko występujące skutki uboczne, które nie zostały tutaj przedstawione. Szczegółowe informacje można znaleźć w [elektronicznym Kompendium Leków \(eMC\)](#).

Częste skutki uboczne

Uderzenia gorąca i poty

Uderzenia gorąca są częstym skutkiem ubocznym opisanego tutaj leczenia. Podczas takiego epizodu szyja i twarz mogą być ciepłe w dotyku i zaczerwienione. Uderzenia gorąca mogą trwać od kilku sekund do 10 minut. Osoba z nowotworem może się spocić, a potem odczuwać zimno i lepkość skóry. Podczas takiego uderzenia niektóre osoby są zaniepokojone lub drażliwe.

Istnieją sposoby na ograniczenie uderzeń gorąca.

- Należy nosić ubrania z naturalnych włókien takich jak bawełna.
- Należy ubierać się warstwowo, aby móc ściągać poszczególne warstwy w przypadku uderzenia gorąca.
- Pościel powinna być wykonana z bawełny i być złożona z warstw, które można indywidualnie zdejmować, jeśli odczuwa się gorąco.
- Temperatura w pomieszczeniach powinna być niska lub należy korzystać z wentylatora.
- Należy pić zimne, a nie gorące napoje. Należy unikać napojów zawierających kofeinę.

W miarę przyzwyczajania się organizmu do leczenia hormonalnego liczba uderzeń gorąca i potów może się zmniejszyć. Lekarz może przepisać leki, które pomagają złagodzić te objawy. Uderzenia gorąca i poty zazwyczaj ustają kilka miesięcy po zakończeniu leczenia, ale u niektórych osób utrzymują się.

Można uzyskać więcej informacji na temat [radzenia sobie z uderzeniami gorąca](#).

Ból mięśni lub stawów

Podczas leczenia można odczuwać ból mięśni lub stawów. Jeżeli to się dzieje, należy zgłosić ten fakt lekarzowi, który może przepisać środki przeciwbólowe. Aktywność fizyczna może pomóc w uśmierzeniu bólu i zachować elastyczność stawów. Pomocne może okazać się również utrzymywanie właściwej masy ciała. Należy powiedzieć lekarzowi lub pielęgniarce, jeśli ból nie ustępuje.

Nudności

Jeśli pojawiają się nudności, są zazwyczaj łagodne, ale i tak należy zgłosić to lekarzowi lub pielęgniarce. Tabletki eksemestanu należy przyjmować z jedzeniem lub wieczorem.

Bóle głowy

Opisana tutaj terapia może powodować bóle głowy. W przypadku wystąpienia bólu głowy należy poinformować o tym lekarza. Może on podać środki przeciwbólowe.

Zawroty głowy

Eksemestan może wywołać zawroty głowy. Jeśli stanowi to problem, należy zgłosić to lekarzowi lub pielęgniarce.

Niestrawność lub ból brzucha

Leczenie, o którym tutaj mowa, może powodować niestrawność lub ból brzucha. W przypadku wystąpienia tych objawów należy poinformować o nich lekarza. Może on przepisać leki, które pomagają złagodzić te objawy.

Zmęczenie

Uczucie zmęczenia jest powszechnie występującym skutkiem ubocznym. Nie należy się śpieszyć i powinno się planować dni tak, aby mieć czas na odpoczynek. Źródłem energii mogą być niezbyt forsowne ćwiczenia fizyczne, takie jak krótkie spacery. W razie odczuwania senności nie należy prowadzić pojazdów ani obsługiwać maszyn.

Wahania nastroju

Pacjentka może odczuwać w trakcie leczenia **wahania nastroju**. Może czuć się przygnębiona lub popadać w depresję. Wszelkie wahania nastroju należy zgłosić lekarzowi lub pielęgniarce.

Problemy ze snem

W trakcie przyjmowania opisanej tu terapii pacjentka może źle sypiać. Jeśli stanowi to problem, należy poprosić lekarza lub pielęgniarkę o radę.

Wpływ na wątrobę

Omawiana tu terapia może wpłynąć na funkcjonowanie wątroby. Zjawisko to występuje zazwyczaj w stopniu łagodnym. Aby sprawdzić, czy wątroba funkcjonuje prawidłowo, przeprowadza się badania krwi.

W rzadkich przypadkach eksemestan może wywołać stan zapalny wątroby. Należy natychmiast poinformować lekarza w przypadku, gdy:

- białka oczu pacjentki nabrały żółtawego odcienia,
- pacjentka źle się czuje i swędzi ją ciało,
- pacjentka odczuwa ból po prawej stronie brzucha.

Rzadziej występujące skutki uboczne

Brak apetytu

Opisane tutaj leczenie może mieć wpływ na apetyt. Jeśli pacjentka nie ma ochoty jeść 3 dużych posiłków dziennie, może spróbować regularnie spożywać mniejsze posiłki lub przekąski.

Biegunka

Zjawisko to występuje zazwyczaj w stopniu łagodnym. Jeśli objawy nie ustąpią same z czasem, lekarz może przepisać leki do ich kontrolowania. W przypadku wystąpienia biegunki należy pić co najmniej dwa litry (trzy i pół pinty) płynów dziennie.

Zaparcia

Opisana tutaj metoda leczenia może wywoływać zaparcia. Zaparcie oznacza niemożność oddawania stolca tak często, jak zwykle. Czynność ta może być trudna lub bolesna. Oto kilka rad, które mogą pomóc:

- Należy pić co najmniej 2 litry (3½ pinty) płynów dziennie.
- Należy jeść produkty spożywcze zawierające duże ilości błonnika, takie jak owoce, warzywa i chleb pełnoziarnisty.
- Należy regularnie wykonywać niezbyt forsowne ćwiczenia fizyczne, takie jak krótkie spacerowanie.

W przypadku zaparcia należy poprosić personel szpitalny o poradę. Aby pomóc, lekarz może przepisać środki przeczyszczające.

Zmiany skórne

Opisane tu leczenie może wpłynąć na skórę. Lekarz lub pielęgniarka poinformuje, jakich zmian można się spodziewać. Jeśli skóra pacjentki jest wysuszona, powinna ona używać codziennie nieperfumowanego kremu nawilżającego. Leczenie opisane w tej ulotce może powodować swędzącą wysypkę.

Wszelkie zmiany skórne należy zawsze zgłaszać lekarzowi lub pielęgniarce. Udzielą oni porady i mogą przepisać odpowiednie kremy lub leki. Zmiany skórne są zazwyczaj tymczasowe i ustępują po zakończeniu leczenia.

Bardzo istotny jest bezzwłoczny kontakt z lekarzem w przypadku, gdy u pacjentki pojawiła się ostra wysypka skórna.

Przerzedzenie się włosów

Podczas opisanego tutaj leczenia **włosy** mogą ulec przerzedzeniu. Zjawisko to występuje zazwyczaj w stopniu łagodnym. W razie obaw w tym zakresie można poprosić o poradę pielęgniarkę.

Osteoporoza (ubytek masy kostnej)

Przyjmowanie opisanego tutaj leku przez kilka miesięcy może doprowadzić do **ubytku masy kostnej**. Nazywa się to osteoporozą i może zwiększyć ryzyko złamania kości. Przed leczeniem i podczas niego mogą być przeprowadzane badania gęstości kości w celu sprawdzenia ich stanu.

Regularne ćwiczenia fizyczne, takie jak spacerowanie, mogą poprawić zdrowie kości. Zdrowe odżywianie się także może być pomocne. Aby pomóc chronić kości, lekarz może przepisać leki o nazwie **bifosfoniany**. Może także zalecić przyjmowanie suplementów zawierających wapń i witaminę D.

Ból, drętwienie i mrowienie dłoni i palców u dłoni

U niektórych osób może wystąpić ból, drętwienie i mrowienie dłoni i palców u dłoni. Objawy te mogą być wywołane przez zespół cieśni nadgarstka, który rozwija się w efekcie nacisku na nerw w nadgarstku. Takie objawy należy zgłosić lekarzowi.

Zbieranie się płynów

W stopach i kostkach mogą gromadzić się płyny, co prowadzi do puchnięcia tych części ciała. W razie zauważenia tego zjawiska lub puchnięcia innych części ciała należy poinformować o tym lekarza.

Ryzyko infekcji

Eksemestan może obniżyć liczbę krwinek białych. Komórki te zwalczają infekcje. Jeśli liczba krwinek białych jest niska, pacjentka jest bardziej podatna na infekcje.

W przypadku wystąpienia infekcji należy niezwłocznie przystąpić do jej leczenia. W razie podejrzenia u siebie infekcji należy skontaktować się ze swoim lekarzem pierwszego kontaktu. Niektóre z możliwych objawów infekcji to:

- temperatura ciała powyżej 37,5°C (99,5°F),
- dreszcze,
- kaszel,
- ból gardła,
- potrzeba częstego oddawania moczu.

Podczas leczenia wykonuje się regularne badania krwi.

Sinienie i krwawienie

Opisane tutaj leczenie może też prowadzić do zmniejszenia liczby płytek krwi. Płytki krwi to komórki, które biorą udział w krzepnięciu krwi. Należy skonsultować się z lekarzem, jeśli z nieznanego powodu pojawiły się siniaki lub krwawienie.

Inne informacje

Ryzyko wystąpienia zakrzepu

Nowotwór i niektóre leki przeciwnowotworowe mogą zwiększać ryzyko wystąpienia **zakrzepu**. Objawy zakrzepu to między innymi:

- pulsujący ból, zaczerwienienie lub opuchlizna nogi albo ramienia,
- nagły atak duszności lub kaszlu,
- ostry ból w klatce piersiowej, który może pogarszać się, gdy pacjentka kaszle lub bierze głęboki wdech.

Jeśli u pacjentki wystąpi którykolwiek z wyżej wymienionych objawów, powinna natychmiast skontaktować się ze szpitalem, dzwoniąc pod otrzymany całodobowy numer telefonu. Jeśli nie można połączyć się z lekarzem, należy zadzwonić pod numer **111**, pod którym można uzyskać **pilną poradę w ramach NHS**.

Zakrzepy są groźne, jednak lekarz może przepisać leki rozrzedzające krew (antykoagulanty). Lekarz lub pielęgniarka może udzielić więcej informacji na ten temat.

Można obniżyć ryzyko powstania zakrzepu poprzez:

- **utrzymywanie aktywności fizycznej** podczas terapii,
- picie dużej ilości płynów, szczególnie wody.

W celu zapobieżenia zakrzepom podaje się czasem antykoagulanty.

Płodność

Niektóre leki przeciwnowotworowe mogą wpływać na możliwość **zajścia w ciążę** lub **zapłodnienia**. W razie zaniepokojenia tym faktem należy porozmawiać o tym z lekarzem przed rozpoczęciem leczenia.

Antykoncepcja

W trakcie leczenia należy powstrzymać się od stosunków seksualnych, których celem jest poczęcie dziecka. Leki chemioterapeutyczne mogą uszkodzić rozwijający się płód. Ważne jest, aby podczas leczenia i przez jakiś czas po jego zakończeniu stosować antykoncepcję. Lekarz, pielęgniarka lub farmaceuta udzieli więcej informacji na ten temat.

Karmienie piersią

Zaleca się, aby nie **karmić piersią** podczas opisanej tutaj terapii oraz przez pewien czas po jej zakończeniu. Jest to spowodowane faktem, iż leki mogą przedostać się do organizmu dziecka z mlekiem matki.

Lekarz lub pielęgniarka może udzielić więcej informacji na ten temat.

Leczenie z przyczyn nienowotworowych i leczenie stomatologiczne

W razie potrzeby uzyskania pomocy lekarskiej z powodów niezwiązanych z nowotworem należy zawsze poinformować lekarzy i pielęgniarki, że jest się objętym leczeniem przeciwnowotworowym. Należy podać dane kontaktowe onkologa prowadzącego, aby personel medyczny mógł się z nim skonsultować.

Jeśli potrzebne jest leczenie dentystyczne, należy porozmawiać z onkologiem lub pielęgniarką. Zawsze należy poinformować stomatologa o przyjmowanym leczeniu przeciwnowotworowym.

Inne leki

Niektóre leki mogą wpływać na działanie opisanej tutaj terapii lub być dla pacjentki szkodliwe w trakcie jej stosowania. Należy zawsze powiedzieć onkologowi o wszystkich lekach, które pacjentka przyjmuje lub planuje przyjmować, w tym:

- lekach przepisanych przez lekarza,
- lekach kupowanych bez recepty w aptece lub innym sklepie,
- witaminach, lekach ziołowych i uzupełniających formach leczenia.

Należy poinformować innych lekarzy, farmaceutów i dentystów, którzy przepisują pacjentce leki, że przyjmuje ona terapię przeciwnowotworową opisaną w tej broszurze.

Na stronie [elektronicznego Kompendium Leków \(eMC\)](#) można znaleźć więcej informacji na temat tej terapii.

Nasze materiały

- Bibliografia

Na stronie [elektronicznego kompendium leków \(electronic Medicines Compendium, eMC\)](#) można pobrać ulotkę informacyjną dla pacjentów (Patient Information Leaflet, PIL), aby uzyskać bardziej szczegółowe informacje. Ulotka ta wymienia wszystkie znane skutki uboczne.

- Redakcja

Nasza broszura informacyjna została napisana, przejrzana oraz zredagowana przez zespół Cancer Information Development organizacji Macmillan Cancer Support. Jej treść skonsultowano również ze specjalistami w dziedzinie medycyny oraz osobami chorymi na nowotwór.

Naszym informacjom na temat nowotworów przyznano znak jakości **PIF TICK**. Został on stworzony przez Patient Information Forum i gwarantuje, że spełniliśmy 10 kryteriów tej organizacji w zakresie wiarygodności prezentowanych informacji na temat zdrowia.

Właściwa opieka i wsparcie dla pacjentów

Jeżeli osoba ma nowotwór i nie mówi po angielsku, może się obawiać, że to wpłynie na jej leczenie i opiekę. Zespół opieki zdrowotnej powinien jednak zaoferować każdej osobie poziom opieki i wsparcia oraz informacje, które spełniają jej potrzeby.

Wiemy, że czasami ludzie mogą doświadczać dodatkowych trudności, próbując uzyskać właściwe wsparcie. Na przykład jeśli ktoś pracuje zawodowo lub ma rodzinę, może być mu trudno znaleźć czas, aby zgłaszać się na wizyty w szpitalu. Może także martwić się o pieniądze i koszty dojazdu. Wszystko to może wywoływać stres i można nie wiedzieć, jak sobie z tym poradzić.

Pomoc jest jednak dostępna. Nasza telefoniczna linia wsparcia może zaoferować w języku pacjentki poradę dotyczącą takiej sytuacji. Można porozmawiać z pielęgniarkami, doradcami finansowymi, doradcami zajmującymi się świadczeniami społecznymi czy pracą zawodową. Osobom z nowotworami oferujemy także dotacje od fundacji Macmillan. Są to jednorazowe kwoty pieniędzy, które można przeznaczyć na takie wydatki, jak parking szpitalny, przejazdy, opiekę nad dziećmi czy rachunki za ogrzewanie.

Możliwość rozmowy z organizacją Macmillan w swoim języku ojczystym

Można zadzwonić do organizacji Macmillan pod bezpłatny numer 0808 808 00 00 i porozmawiać z nami w swoim języku ojczystym za pośrednictwem tłumacza. Pacjentka może porozmawiać z nami o swoich obawach i kwestiach medycznych. Po uzyskaniu połączenia telefonicznego wystarczy powiedzieć po angielsku nazwę swojego języka. Nasza infolinia jest czynna 7 dni w tygodniu w godzinach od 8:00 do 20:00.

Ostatnia redakcja tekstu: 1 marca 2022 r. | Następna planowana redakcja tekstu: 1 września 2024 r.

© Macmillan Cancer Support 2022 – organizacja charytatywna zarejestrowana w Anglii i Walii (261017), Szkocji (SC039907) oraz na Wyspie Man (604), działająca także w Irlandii Północnej. Spółka z odpowiedzialnością ograniczoną do wysokości gwarancji, zarejestrowana w Anglii i Walii pod numerem 2400969. Numer rejestracyjny spółki na Wyspie Man: 4694F. Adres siedziby: 89 Albert Embankment, London, SE1 7UQ. Numer VAT: 668265007

Dokładamy wszelkich starań, aby przekazywane przez nas informacje były dokładne i aktualne, jednak nie mogą one zastąpić specjalistycznej porady lekarskiej udzielonej konkretnej pacjentce. W zakresie dopuszczonym przez prawo organizacja Macmillan nie ponosi odpowiedzialności w związku z wykorzystaniem informacji zawartych w niniejszej publikacji, informacji od osób trzecich ani informacji zawartych na podanych stronach internetowych lub do których przedstawiono odnośniki.

