



شرح روش:

شیمی درمانی به معنی استفاده از داروهای خاص برای مقابله با سلول‌های سرطانی است. این داروها مانع از رشد سلول‌های سرطانی می‌شوند. داروهای شیمی درمانی معمولاً به صورت تزریقی به داخل جریان خون فرستاده شده و در تمام بدن فرد پخش می‌شوند.

دلایل انجام:

قبل از جراحی تومور سرطانی و به منظور هرچه کوچکتر کردن اندازه تومور.

بعد از عمل جراحی برای از بین بردن سلول‌های سرطانی که ممکن است در بدن باقی مانده باشند.

همراه با رادیوتراپی در تومورهای سرطانی که قابل جراحی نیستند.

برای کم کردن درد بیمار در تومورهایی که قابل جراحی نیستند.

برای کم کردن سرعت پیشرفت سرطان‌هایی که پیشرفت زیادی کرده و انتشار وسیعی پیدا کرده اند.

مدت انجام شیمی درمانی:

داروهای شیمی درمانی به صورت دوره‌ای در فواصل 3-4 هفته یک بار تزریق می‌شوند. این فاصله زمانی به سلول‌های طبیعی بدن فرصت می‌دهد تا آسیب‌های وارده را جبران کنند. در مجموع کل دوره‌های شیمی درمانی معمولاً بین 4 تا 8 ماه طول خواهد کشید.

مکان انجام شیمی درمانی:

دقت داشته باشید که تزریق داروهای شیمی درمانی یک کار تخصصی است و باید در مراکز تخصصی و توسط

پرستاران ورزیده و آموزش دیده انجام شود، زیرا هر گونه اشتباه و اشکالی می‌تواند باعث بروز آسیب به بیمار شود.

تعیین نوع داروهای شیمی درمانی:

نوع داروهای شیمی درمانی توسط پزشک متخصص انکولوژی یا سرطان‌شناس تعیین می‌شود و بر اساس خصوصیات غده سرطانی، میزان پیشرفت بیماری، مرحله بیماری و وضعیت سلامتی بیمار می‌تواند متفاوت باشد. نکته قابل توجه این است که بیمار هرگز نباید درمان خود را با سایر بیماران مقایسه کند زیرا سیر بیماری و در نتیجه درمان آن، در هر بیمار با بیمار دیگر متفاوت است. به عنوان مثال یک بیمار جوان و سالم می‌تواند داروهای قوی‌تری را تحمل کند. طبیعی است که هر قدر داروی انتخاب شده قوی‌تر باشد، عوارض جانبی آن نیز بیشتر است. در مقابل فرد مسنی که بیماری‌های زمینه‌ای متعدد دارد، ممکن است نتواند این داروها را به راحتی تحمل کند.

عوارض احتمالی:

داروهای شیمی درمانی، معمولاً روی سلول‌هایی که دارای سرعت رشد و تقسیم زیاد هستند، تأثیر دارند، از این رو بر سلول‌های سرطانی و نیز بر برخی از سلول‌های طبیعی بدن که رشد بیشتری دارند مانند مو، مغز استخوان، پوشش مخاطی دهان، بینی و دستگاه گوارش اثر می‌گذارند. معمولاً قبل از دریافت دوره اول دارو و نیز در دوره‌های بعد، آزمایش خون برای بیمار انجام می‌شود تا پزشک در ابتدا وضعیت اولیه مغز استخوان را از نظر تولید سلول‌های خونی بررسی کند و سپس ببیند که آیا داروها روی خون و مغز استخوان اثر گذاشته‌اند یا خیر.

عوارض شیمی درمانی در زمان انجام دوره درمان ایجاد می‌گردد و پس از اتمام درمان، پس از مدتی بهبود می‌یابند. این عوارض عبارتند از:



مرکز آموزشی درمانی امین اصفهان

شیمی درمانی

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ تهیه: 1403

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic



- ریزش مو: اگر چه ریزش مو موجب درد یا صدمه جسمی نمی شود، اما از آنجا که بیماران احساس می کنند که زیبایی و جاذبه خود را از دست داده اند باعث استرس روانی زیاد برای بانوان می شود. این مسئله معمولاً 5/1 تا 3 هفته پس از شروع درمان آغاز می شود و بتدریج منجر به ریختن کامل تمام موهای بدن می شود. رشد موها پس از اتمام دوره درمان به همان سلامت و ضخامت اولیه شروع می شود؛ اگر چه گاه نرمی یا زبری آن تغییر می کند.
- آسیب به سلول های پوشش دهنده دستگاه گوارش و ایجاد عوارضی مانند: تهوع و استفراغ، زخم های دهانی، افزایش وزن، اسهال، یبوست، بی اشتها و ...
- کاهش سلول های خونی و ایجاد عوارضی مانند: خستگی و ضعف، عفونت، کمر ختی یا سوزش در دست و پا و خونریزی
- مشکلات قاعدگی در زنان و ایجاد عوارضی مانند: گرگرفتگی، نازایی، یائسگی و ...
- ♦ **فعالیت:**
- در زمانی که تحت درمان با شیمی درمانی قرار دارید فعالیت خود را به صورت زیر برنامه ریزی نمایید:
- استراحت بعد از غذا می تواند کمک موثری در کاهش تهوع و استفراغ داشته باشد. استراحت باید روی صندلی و در حالت نشسته باشد و تا دو ساعت بعد از غذا از دراز کشیدن خودداری کنید.
- ورزش منظم به افزایش اشتها کمک می کند. با پزشک خود در مورد نوع ورزش مناسب خود مشورت کنید.
- در صورت اجازه پزشک پس از بهبودی می توانید ابتدا ورزش های سبک انجام دهید.
- از انجام ورزش های سنگین و ورزش هایی که موجب آسیب به بدن و ایجاد عفونت می گردد، اجتناب نمایید.

رژیم غذایی و تغذیه:

- فردی که تحت درمان با شیمی درمانی قرار دارد، لازم است رژیم غذایی خود را به صورت زیر برنامه ریزی نماید:
- مصرف انواع نان و غلات به خصوص به شکل سبوس دار مانند نان سنگک و بربری توصیه می شود. این گروه از مواد غذایی منابع خوبی از کربوهیدرات های مرکب، ویتامین ها، املاح و فیبر هستند.
- ♦ به مصرف میوه ها و سبزی ها اهمیت بدهید. سبزی ها، میوه های خام یا پخته و انواع آب میوه طبیعی، تأمین کننده ویتامین ها، املاح و فیبر مورد نیاز بدن می باشند.
- در مصرف چربی، نمک، شکر، سوسیس، کالباس و ترشیجات زیاده روی نکنید.
- از فرآورده های لبنی کم چرب و از گوشت بدون چربی و مرغ پوست گرفته در قطعات کوچک استفاده کنید. از روش های پخت کم چرب مانند آب پز، بخارپز و کباب کردن استفاده کنید.
- هفته ای ۲ تا ۳ وعده حبوبات را در برنامه غذایی تان بگنجانید.
- از روغن زیتون، روغن بذر کتان و روغن کانولا برای طبخ غذاهایتان استفاده کنید.
- میوه ها و مغزهای خام را در وعده صبحانه هم داشته باشید.
- همراه چای و نوشیدنی های خود، یک تکه کوچک شکلات تلخ هم بخورید.
- میوه های خشک را در میان وعده هایتان داشته باشید.
- تاحد امکان، ماهی، میگو، گوشت بوقلمون، شترمرغ و سینه مرغ را جایگزین گوشت قرمز کنید.
- ♦ **در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟**
- در صورت مشاهده هر یک از علائم زیر در زمان انجام شیمی درمانی، سریعاً به پزشک معالج مراجعه نمایید و خودسرانه هیچ دارویی مصرف نکنید:
- تب و لرز
- سرفه و گلودرد شدید
- قرمزی
- قرمزی و تورم و درد در اطراف زخم
- خارش، سوزش و ترشح غیر معمول از نواحی تناسلی
- عرق کردن زیاد در شب یا هنگام خواب
- اسهال شدید
- سوزش و درد موقع ادرار
- ایجاد دانه های سفید رنگ در مخاط دهان
- در زمان های تعیین شده توسط پزشک جهت بررسی نتایج شیمی درمانی

