

infoPAZIENTE

Guida al Percorso di Cura

Dipartimento Oncologico
Direttore: Prof. Marco Carini

SOD Ematologia
Direttore: Prof. Alberto Bosi



DEGENZE ONCO-EMATOLOGICHE

**La chemioterapia
nelle malattie ematologiche**

Padiglione 15

Piastra dei Servizi

Coordinatore Infermieristico:
Mauro Marsullo



**Azienda
Ospedaliero
Universitaria
Careggi**



www.aou-careggi.toscana.it

infoPAZIENTE

Degenze onco-ematologiche La chemioterapia nelle malattie ematologiche

Lo scopo di questo breve opuscolo è di fornire alcune informazioni generali sulla chemioterapia, più pratiche e informali di quelle contenute nel modulo del consenso informato al trattamento, con la speranza che possano risultare utili per comprendere l'azione dei farmaci sul proprio organismo e quindi poter gestire al meglio anche gli eventuali effetti collaterali.

SOMMARIO

1. COS'È LA CHEMIOTERAPIA	pag. 4
2. COME VIENE SOMMINISTRATA	pag. 4
3. COS'È IL CVC	pag. 5
4. GLI EFFETTI COLLATERALI	pag. 5
5. EFFETTI COLLATERALI PIÙ COMUNI	pag. 6
5.1 <i>Nausea e vomito</i>	<i>pag. 6</i>
5.2 <i>Caduta dei capelli (alopecia)</i>	<i>pag. 6</i>
5.3 <i>Effetti sulla pelle e sulle unghie</i>	<i>pag. 6</i>
5.4 <i>Mucosite</i>	<i>pag. 7</i>
5.5 <i>Trasfusioni</i>	<i>pag. 7</i>
5.6 <i>Infezioni</i>	<i>pag. 7</i>
5.7 <i>Stipsi (o stitichezza)</i>	<i>pag. 8</i>
5.8 <i>Effetti su nervi e muscoli</i>	<i>pag. 8</i>
5.9 <i>Effetti sulla fertilità</i>	<i>pag. 8</i>
5.10 <i>Sostegno psicologico</i>	<i>pag. 9</i>
6. UNA VOLTA A CASA...	pag. 9
6.1 <i>Igiene</i>	<i>pag. 9</i>
6.2 <i>Prevenzione delle infezioni delle vie respiratorie</i>	<i>pag. 9</i>
6.3 <i>Contatto con animali</i>	<i>pag. 10</i>
6.4 <i>La sicurezza dell'acqua e delle altre bevande</i>	<i>pag. 10</i>
6.5 <i>La sicurezza dei cibi</i>	<i>pag. 11</i>
6.6 <i>L'uso di disinfettanti</i>	<i>pag. 11</i>
6.7 <i>Sesso sicuro</i>	<i>pag. 11</i>

1. COS'È LA CHEMIOTERAPIA

La chemioterapia consiste nella somministrazione di farmaci che hanno lo scopo di distruggere le cellule tumorali e/o di controllarne la crescita.

La scelta di una particolare chemioterapia dipende, oltre che dal tipo di malattia dalla quale siamo affetti, da molti altri fattori (età, condizioni generali, stadio della malattia stessa, ecc.), pertanto il trattamento non è uguale per tutti i pazienti.

Il trattamento può prevedere l'impiego di un solo farmaco o di una associazione di più farmaci, e in alcuni casi può essere preceduto o seguito dalla radioterapia.

L'equipe medica deciderà insieme a lei quale farmaco o quali farmaci somministrare, e quanti cicli di trattamento effettuare.

Di solito tra un ciclo e l'altro sono previsti dei periodi di sospensione, da passare a casa, per dare modo all'organismo di ricostituire cellule sane, smaltire gli eventuali effetti collaterali, in particolare quelli a carico del midollo osseo, e permettere il recupero psicologico.

2. COME VIENE SOMMINISTRATA

La chemioterapia può essere somministrata in diversi modi:

- per bocca (via orale o per os) sotto forma di pillole, capsule o liquidi
- nel muscolo (per via intramuscolare o i.m.)
- sotto pelle (via sottocutanea o s.c.)
- in vena (via endovenosa o e.v.). Questa è la modalità di somministrazione più frequente: il farmaco viene somministrato attraverso un sottile ago inserito in una vena, di solito della mano o dell'avambraccio. In questo modo però con il tempo si possono avere conseguenze, come l'indurimento delle vene, o problemi più gravi legati allo stravasamento di farmaci che possono causare lesioni locali molto dolorose e anche serie. Per tali motivi spesso si decide di posizionare un catetere venoso centrale (CVC)

3. COS'È IL CVC

È un piccolo tubicino che viene posizionato in una grossa vena, di solito nella zona del collo, nella parte alta del torace o del braccio, dove può rimanere per tutto il tempo dei cicli chemioterapici. Il CVC può essere utilizzato anche per effettuare i prelievi venosi. Comunemente vengono utilizzati questi tipi di CVC:

- CVC Groshong, è un tubicino con più vie posizionato nella parte alta del torace
- CVC Port, è un tubicino collegato a un piccolo contenitore di silicone o di metallo impiantato chirurgicamente sotto pelle
- CVC PICC, è un tubicino a più vie posizionato a livello di una vena del braccio

I medici decidono quale tipo di CVC è più indicato, in base alle caratteristiche della malattia, al tipo di trattamento previsto e alle condizioni generali della persona.

I CVC vengono posizionati da medici anestesisti o da infermieri qualificati, sotto guida angiografica in una sala dedicata; non provocano alcun dolore o fastidio, ma richiedono una manutenzione accurata perché, se non utilizzati correttamente, possono infettarsi od occludersi.

È importante riferire ai medici o agli infermieri qualsiasi sensazione strana o dolore percepito a livello del catetere.

4. GLI EFFETTI COLLATERALI

Se legge questa sezione prima di iniziare la chemioterapia, non si spaventi per quanto descritto; si tratta ovviamente di una panoramica generale, nessun paziente accusa tutti questi effetti collaterali, e la loro intensità differisce molto tra una persona e l'altra.

Gli effetti collaterali variano a seconda del chemioterapico utilizzato, pertanto i medici le daranno informazioni più dettagliate al momento della raccolta del consenso informato. Non esiti a porre qualsiasi domanda in caso avesse bisogno di chiarimenti nel momento in cui il medico le illustra con maggiore dettaglio tutte le informazioni relative alle procedure e alle terapie per cui le viene richiesto di esprimere il consenso o comunque ogni qualvolta senta la necessità di un chiarimento o di rassicurazione.

I chemioterapici non sono quasi mai “farmaci intelligenti”, cioè non sono selettivi soltanto sulle cellule tumorali, e colpiscono anche quelle cellule sane che si moltiplicano rapidamente, come quelle dei follicoli dei capelli, del sistema riproduttivo o dell'apparato digerente. I chemioterapici colpiscono anche le cellule sane del midollo osseo che producono le cellule del sangue, con conseguente riduzione dei globuli bianchi, delle piastrine e dei globuli rossi, e incremento del rischio di infezioni, di emorragie e di anemia.

Una volta terminato il trattamento le cellule sane riprendono ad accrescersi normalmente e gli effetti collaterali scompaiono gradatamente. Il tempo necessario per superare alcuni effetti collaterali è comunque molto variabile, e dipende da molti fattori, tra i quali soprattutto il tipo di chemioterapia e lo stato di salute generale.

5. EFFETTI COLLATERALI PIÙ COMUNI

5.1 Nausea e vomito

Per limitare nausea e vomito i protocolli terapeutici prevedono sempre la somministrazione di farmaci anti-vomito (farmaci antiemetici), prima del chemioterapico. La nausea può comparire durante l'infusione, al termine del trattamento, o manifestarsi qualche giorno dopo la fine. Il tipo di farmaco, la reattività individuale alla cura, lo stato emotivo possono condizionarne l'entità. I farmaci anti-nausea sono comunque in genere efficaci nel controllarla, e in caso di persistenza della sintomatologia è possibile aumentarne il dosaggio.

5.2 Caduta dei capelli (alopecia)

La caduta dei capelli, totale o parziale, è uno degli effetti più conosciuti della chemioterapia. Non tutti i farmaci chemioterapici la provocano, e comunque è un fenomeno temporaneo.

Se si hanno capelli molto lunghi, è preferibile tagliarli progressivamente per gestirne meglio la perdita, anche se alcuni pazienti preferiscono effettuare una rasatura completa preventiva, che può essere indicata anche per motivi igienici.

Dopo la dimissione chi lo desidera può indossare una parrucca, preferibilmente non per tutto il giorno, per non ostacolare la ricrescita dei capelli; s'informa che è anche possibile accedere al contributo per l'acquisto di una parrucca per un importo massimo di 300 Euro annui (ai sensi delle Deliberazioni della Giunta Regione Toscana 738/2006, 308/2007, 463/2008 e 588/2010).

In caso di alopecia totale è importante proteggere la testa dai raggi solari.

5.3 Effetti sulla pelle e sulle unghie

Le cellule della pelle sono altamente proliferanti, la chemioterapia quindi le può danneggiare. La pelle può arrossarsi, desquamarsi, diventare secca. Le unghie possono diventare scure, fragili e talvolta possono comparire rigature verticali o orizzontali.

Per ridurre questi effetti si possono utilizzare creme idratanti ed evitare alla dimissione l'esposizione al sole, che può incrementare l'effetto nocivo dei chemioterapici sulla pelle. È bene non esporsi a lungo al sole e proteggersi con abiti di cotone a manica lunga e cappelli.

5.4 Mucosite

È una infiammazione delle mucose che si verifica più spesso nella bocca, ma anche nel resto dell'apparato digerente o a livello dei genitali.

Nel cavo orale caratteristicamente compare arrossamento con eventuale presenza di ulcere che possono causare dolore, bruciore, sanguinamento e rendere difficile l'assunzione di cibi.

Talvolta si può formare una patina bianca, che in alcuni casi è dovuta alla presenza di un fungo chiamato candida (il "mughetto" noto nei bambini).

Per la gestione della mucosite è importante seguire scrupolosamente le procedure contenute nella guida alla degenza.

5.5 Trasfusioni

I trattamenti chemioterapici effettuati spesso determinano una notevole riduzione del numero di globuli rossi e di piastrine. Quando tale riduzione diventa importante, è necessario ricorrere a trasfusione di globuli rossi concentrati (GRC) per contrastare i sintomi legati all'anemia, o di concentrati piastrinici o aferesi piastriniche, per ridurre i rischi emorragici legati al fatto di avere piastrine molto basse.

Come regola generale si ricorre alla trasfusione di GRC quando i livelli di emoglobina scendono sotto gli 8 gr/dl, mentre le piastrine si trasfondono quando la conta piastrinica è inferiore a 10.000/mm³, o comunque in caso di emorragie significative.

I medici valutano quotidianamente, sulla base delle condizioni cliniche generali del paziente, se procedere con la trasfusione anche in caso di valori diversi da questi riportati. Chiediamo al paziente uno specifico consenso per le trasfusioni, in cui si spiega in modo dettagliato che si ricorrerà al supporto trasfusionale solo in caso di effettiva necessità, e che nonostante ogni attenzione e cura posta da tutti gli addetti ai lavori coinvolti nei processi di selezione del donatore, raccolta, validazione biologica e distribuzione delle unità trasfusionali al fine di rendere minimi i rischi correlati, la trasfusione di sangue non è comunque esente da rischi e complicanze (inclusa la trasmissione del virus dell'immunodeficienza acquisita [AIDS], dell'epatite, ecc.).

5.6 Infezioni

La chemioterapia può aumentare la probabilità di contrarre infezioni a causa della momentanea riduzione parziale o totale della capacità di produrre globuli bianchi.

L'isolamento protettivo durante la degenza è volto proprio a ridurre il rischio di infezioni, che per la maggior parte deriva da batteri o funghi normalmente presenti nel nostro corpo.

Per questo le procedure per l'igiene personale e la disinfezione della mani, descritte nella guida alla degenza, sono molto importanti.

5.7 Stipsi (o stitichezza)

La chemioterapia, insieme alla minore attività fisica e a un'alimentazione ridotta, possono favorire la stitichezza. Informare i medici se da più di 2 giorni le funzioni intestinali sono irregolari, in modo da decidere insieme la strategia più adeguata per risolvere il problema.

Per favorire l'evacuazione, è importante bere molti liquidi nell'arco della giornata (almeno 1,5-2 litri).

5.8 Effetti su nervi e muscoli

Alcuni farmaci possono procurare una sofferenza dei nervi periferici che può causare formicolii, bruciore, debolezza e/o insensibilità delle mani o dei piedi, mancanza di destrezza nei piccoli movimenti delle mani, dolori alla mascella.

È importante riferire ai medici la comparsa di questi sintomi.

5.9 Effetti sulla fertilità

UOMINI

I chemioterapici possono portare a infertilità temporanea o permanente.

Se le condizioni cliniche lo consentono, prima di iniziare il trattamento chemioterapico i medici propongono la raccolta del liquido seminale, utile per una eventuale successiva procreazione medicalmente assistita (PMA).

DONNE

I farmaci chemioterapici possono danneggiare le ovaie e ridurre la quantità di ormoni prodotta, il ciclo mestruale diviene irregolare o cessa durante la chemioterapia, con sintomi simili a quelli della menopausa (vampate di calore, bruciore e secchezza dei tessuti vaginali).

I danni alle ovaie possono causare infertilità, anche permanente, ma in alcuni casi si può ricorrere a tecniche conservazione della fertilità.

La procedura di congelamento degli ovociti richiede una preparazione e quindi una attesa di oltre un mese tra la diagnosi e l'inizio del trattamento, tempo che solo in casi selezionati è possibile aspettare.

Durante il trattamento chemioterapico può essere presente una ovulazione, ma una gravidanza in questa fase non è assolutamente consigliabile per il rischio

elevato di malformazioni fetali. Si consiglia pertanto di discutere con i medici sul metodo contraccettivo più indicato.

5.10 Sostegno psicologico

Affrontare la chemioterapia produce un grande cambiamento nella vita di una persona, i programmi quotidiani sono sconvolti, le relazioni personali possono diventare tese, può essere difficile recuperare la percezione di un senso di benessere.

Ci sono professionisti che possono aiutare a esprimere, comprendere e affrontare le emozioni che la terapia può provocare.

È normale avere necessità di un supporto da parte di psicologi e di psico-oncologi; entrambi sono a disposizione dei pazienti durante la degenza, basta parlarne con il personale sanitario e farne richiesta ai medici.

6. UNA VOLTA A CASA...

Ecco una serie di consigli e accorgimenti per affrontare in maniera serena il ritorno a casa.

6.1 Igiene

La prima e più importante indicazione è il lavaggio frequente e accurato delle mani, che deve essere eseguito con sapone antimicrobico e acqua, soprattutto:

- prima di cucinare e mangiare
- dopo il cambio dei pannolini
- dopo aver toccato piante o spazzatura
- dopo aver toccato animali
- prima e dopo aver toccato delle ferite
- dopo aver toccato secrezioni o escrezioni o cose che potrebbero essere venute a contatto con feci umane o di animali (es: abiti, seduta del water, ecc.)

6.2 Prevenzione delle infezioni delle vie respiratorie

Durante la permanenza a casa è bene evitare infezioni delle vie respiratorie per non dover ritardare la ripresa del trattamento chemioterapico e ridurre l'efficacia della cura.

Importanti alcuni semplici accorgimenti:

- evitare aree affollate (esempio centri commerciali)
- evitare contatti ravvicinati con persone affette da malattie respiratorie, e se non evitabili indossare la mascherina chirurgica; questa non va indossata nella vita quotidiana una volta a casa, ma solo nei luoghi dove vi possono essere molte altre persone (es. centri prelievo), e solo in caso di una bassa conta di globuli bianchi, con un numero di neutrofili inferiore a 1.000
- evitare luoghi dove si costruisce o si scava o altri ambienti carichi di polvere, per evitare esposizione a muffe
- fumare tabacco o esporsi al fumo di tabacco rappresenta un fattore di rischio per incorrere in infezioni batteriche delle vie respiratorie

6.3 Contatto con animali

In generale è consigliabile minimizzare i contatti con gli animali, in particolare se questi sono malati.

I pazienti sottoposti a chemioterapia devono vigilare attentamente sullo stato di salute dei propri animali, e rivolgersi subito al veterinario in caso di sospetto per evitare la possibile trasmissione di infezioni dall'animale al padrone.

Il nutrimento degli animali con solo cibo industriale di alta qualità riduce la possibilità di malattie da cibi alterati o contaminati.

Agli animali deve essere impedito di dormire sul letto o sul divano del paziente, di avere accesso ai rifiuti, di cercare cibo tra i rifiuti, cacciare o mangiare feci di altri animali.

Evitare di pulire personalmente lettieri, gabbie, acquari o gettare i rifiuti degli animali; se non è possibile è bene indossare i guanti e lavarsi bene le mani subito dopo.

È bene ricordare che la maggior parte dei casi di toxoplasmosi avviene tramite l'assunzione di carne poco cotta, ma esiste anche un rischio concreto di contrarre l'infezione dalle feci del gatto.

Non è necessario allontanare l'animale e nemmeno testare i gatti domestici per la toxoplasmosi, ma è necessario seguire alcuni accorgimenti:

- non porre la lettiera in sala da pranzo, cucina o altri luoghi dove sia preparato o mangiato il cibo
- evitare che il gatto abbia contatti con altri gatti randagi
- nutrire il gatto con cibi in scatola o cibo essiccato, o con cibo fatto in casa ma ben cotto

6.4 La sicurezza dell'acqua e delle altre bevande

Durante la permanenza a casa è bene evitare infezioni delle vie respiratorie per non dover ritardare la ripresa del trattamento chemioterapico e ridurre l'efficacia della cura. Importanti alcuni semplici accorgimenti:

- evitare di camminare, attraversare nuotare o giocare in acque chiuse, come stagni o laghi, che potrebbero essere contaminate da scorie o liquami
- non usare acqua di pozzi privati o pubblici di piccole comunità perché spesso non sono controllate frequentemente con test microbici
- non bere acqua di fontane

- non utilizzare cubetti di ghiaccio nei ristoranti o altri luoghi pubblici
- le bevande in commercio e imbottigliate industrialmente sono sicure
- il latte fresco può essere bevuto senza bollitura, ma è importante controllare la scadenza e comunque una volta aperto deve essere consumato in giornata

6.5 La sicurezza dei cibi

Alcune norme di sicurezza alimentare sono valide per tutte le persone:

- pollame crudo, carne, pesce, frutti di mare dovrebbero essere maneggiati su superfici diverse (es. taglieri) da quelle usate per gli altri alimenti
- dopo aver preparato questi alimenti, lavarsi accuratamente le mani e lavare accuratamente la superficie utilizzata per la preparazione
- lavare accuratamente frutta e verdura, privilegiando quella che si può sbucciare
- evitare carne cruda o uova crude per il rischio di salmonellosi

Non si rileva un aumento del rischio nel mangiare ai fast-food o in ristoranti convenzionali.

6.6 L'uso di disinfettanti

Non esistono evidenze scientifiche che dimostrino un reale beneficio derivante dall'uso di disinfettanti durante il lavaggio della biancheria e/o delle stoviglie; gli unici consigli che si trovano in letteratura suggeriscono di usare temperature più alte (60°) per lavare biancheria in lavatrice e se possibile privilegiare l'uso della lavastoviglie.

6.7 Sesso sicuro

Se prima di iniziare la chemioterapia era presente una normale attività sessuale, ci sono ottime probabilità che sia così anche durante il trattamento.

Non c'è un modo "giusto" per esprimere la propria sessualità e la coppia decide ciò che è piacevole e soddisfacente. Da ricordare che con l'atto sessuale non ci sono assolutamente rischi di trasmissione della malattia tumorale, né di sostanze chemioterapiche.

Usare il profilattico per ridurre il rischio contrarre malattie a trasmissione sessuale.

Usare i contraccettivi! Durante la chemioterapia l'infertilità non è una certezza e i rischi di malformazioni del feto in caso di gravidanza sono molto elevate.

Per contattarci:

Telefoni:

055.794.7276

055.794.7277

Fax:

055.794.6662

055.794.9749

Email:

oncoematologia@aou-careggi.toscana.it

Area Comunicazione
© AOU Careggi, Firenze

Maggio 2016
i/1012/25

Azienda
Ospedaliero-Universitaria
Careggi

Sede Legale:
Largo G.A. Brambilla, 3
50134 - Firenze

Centralino:
Tel. 055.794.111

aouc@aou-careggi.toscana.it

aoucareggi@pec.it

Ufficio Relazioni
con il Pubblico:
Tel. 055.794.7790

urp@aou-careggi.toscana.it