

Gid pou Nouvo Pasyan Kimoterapi/ Iminoterapi





Enfòmasyon Pèsonèl mwen

Non Doktè a: _____

Nimewo telefòn kabinè medikal la: _____

KILÈ POU MWEN RELE KABINÈ MEDIKAL LA

Tanpri pa ezite rele kabinè medikal la si w gen kesyon, bagay k ap trakase w, oswa si w gen nenpòt nan sentòm yo pale de yo nan gid sa a. Si ou rele apre lè biwo, nou gen yon sèvis telefonik k ap pran mesaj epi kontakte doktè ki de sèvis la. Doktè nou yo ap retounen apèl apre lè biwo pou pwoblèm ijan, tankou lafyèv, doulè san kontwòl oswa nouvo sentòm grav ki fèk parèt.

Kontakte kabinè medikal la touswit si w gen nenpòt nan bagay sa yo:

Tanperati pi wo pase 100.4°

Anpil mak san kaye

Senyman ki pa rete

Kè plen ak vomisman ki dire plis pase 24 èdtan

Dyare ki dire plis pase 24 èdtan

Nouvo doulè grav/sibit

Chanjman nan eta mantal ou

Tab de Matyè

- 1 Preparasyon pou Premye Jou Tretman w lan
Konsèy Rapid Pandan Tretman an
Kisa yo rele Kansè?
- 2 Kesyon ak repons sou Kimoterapi
- 5 Medikaman sou Òdonans
Efè Segondè Kimoterapi
- 6 Efè Segondè Mantal yo
- 16 Aktivite Pandan Tretman an
- 17 Nitrisyon pandan Tretman an
- 18 Jou Tretman an
- 19 Apre Tretman an
- 20 Sivivans
CareSpace
Resous pou Pasyan
Iminoterapi oswa Terapi Sible
- 22 Byosimilè
- 23 Kesyon Yo Poze Souvan
- 24 Definisyon ki gen pou wè avèk Byosimilè



Enfòmasyon sou gid sa a

Ti liv sa a se gid sou tretman w lan. Ladan l, w ap jwenn enfòmasyon sou efè segondè ki genyen souvan ak sou kijan pou w jere yo. W ap jwenn enfòmasyon sou ki sentòm oswa efè segondè pou w chèche tou ak sou kilè pou w rele doktè w si gen pwoblèm. Si w gen kesyon lè ou fin li enfòmasyon sa yo, tanpri pale avèk ekip swen sante w la.

Preparasyon pou Premye Jou Tretman w lan

Mande doktè w si wi ou non ou bezwen okipe nenpòt nan bagay sa yo anvan ou kòmanse tretman:

- Èske ou bezwen wè yon dantis?
- Èske ou bezwen fè tès tandè oswa tès vizyon?
- Èske tretman w lan egzije pou w wè yon doktè kè?
- Èske w ap bezwen yon ouvèti oswa yon katetè pou tretman an?
- Èske ou bezwen wè yon doktè fètilite sou planifikasyon fètilite? Ou dwe fè chita pale sou sa si w vle fè pitit lè tretman an fini.
- Èske ou ta dwe pran vaksen kont lagrip, COVID-19, nemoni, saranpyon/zona, elatriye?

Pa bliye ekri tout kesyon ou genyen, pou w kapab pale avèk doktè oswa enfimye w pou jwenn repons ou bezwen yo.

Ou dwe konnen ti liv sa a se pou konesans jeneral sèlman. Li pa ranplase pale avèk ekip swen sante w la. Si w gen kesyon sou tretman w lan oswa sou efè segondè yo, tanpri rele doktè oswa enfimye w lan.

Konsèy Rapid Pandan Tretman an

- Koute kò w – Gen anpil chanjman ki kapab rive pandan tretman an. Pa bliye pale avèk ekip swen sante w la nan chak randevou pou nou kapab ede w avèk nenpòt ki pwoblèm. W ap jwenn enfòmasyon sou efè segondè ak nitrisyon pi lwen nan ti liv sa a.
- Rete an kontak avèk lòt moun epi kite yo ede w. N espere, ap gen fanmni ak zanmi, oswa menm gwoup legliz, k ap kontan ede w avèk transpò, menaj, travay nan lakou oswa preparasyon manje. Kite yo ede w epi kenbe yo toupre w. W ap siman bezwen èd anvan tretman an fini, menmsi ou santi w trè byen nan kòmansman.

- Respekte orè a – Y ap ba w yon orè pou tretman w yo lè ou rive pou premye vizit ou a. Lè yo fleksib, men li ta bon pou w fè tout sa ou kapab pou respekte randevou w yo. Si ou pa santi w byen, tanpri vini nan randevou a pou wè doktè w. Si ou rate yon randevou, tanpri pran yon lòt kou sa posib. W ap fè tès laboratwa anvan tretman w lan e, si yo akseptab, w ap fè tretman an.
- Bwè anpil likid – Li enpòtan anpil pou w rete idrate pandan w ap suiv tretman an. Likid anplis yo ap ede kò w debarase ak pwazon ki lage yo poutèt tretman w lan. Plis ou bwè dlo, plis w ap gen chans santi w byen apre chak sekans tretman. Ou dwe pran omwen detwa lit bwason san kafeyin (se dlo ki pi bon) chak jou, sòf si pwofesyonèl medikal yo te di w yon lòt bagay anvan sa.
- Kontinye mete aktivite nan kò w, men pran tan w – Ti egzèsis ap kenbe kò w kontan epi ede w dòmi; men li enpòtan pou w koute kò w ak pran repo lè sa nesesè. W ap jwenn plis enfòmasyon sou aktivite pandan tretman pi lwen nan ti liv sa a.
- Okipe tèt ou – Li enpòtan pou w mete tèt ou an premye pandan w ap suiv tretman an. Eseye fè sa w bezwen pou tèt ou anvan ou fè pou lòt moun. Ankò, kite lòt moun ede w lè sa nesesè.

Kisa yo rele Kansè?

Selil nòmal/an sante yo divize lè kò a bezwen yo. Yo sispann divize lè yo kòmanse manyen lòt selil parèy yo e yo mouri nan finisman dire lavi yo.

Selil kansè yo pa konpòte yo konsa. Yo souvan kontinye divize epi yo pran plas selil nòmal yo nan kò a e yo pa mouri. Se konsa timè kòmanse devlope.

- Yo nonmen pifò kansè yo dapre zòn nan kò a kote yo kòmanse a.

- Lè kansè a simaye nan lòt pati nan kò a, yo rele li metastaz.
- Tretman an depann de kalite kansè a e de estad kote maladi an ye.
- Gen kat estad kansè. Kansè nan estad I (en) nòmalman vle di kansè a piti e li chita nan yon sèl zòn, e li pa simaye ni nan glann ni nan lòt pati nan kò a. Kansè nan estad IV (kat) se lè kansè a simaye nan lòt pati nan kò a; yo souvan rele Estad IV la maladi metastazik.

Kijan yo trete kansè?

- Terapi lokal - li wete oswa detwi kansè a nan yon sèl pati nan kò a.
- Operasyon - ou gendwa wè yon chirijyen anvan oswa apre kimoterapi an, sa depann de plan swen an.
- Terapi radyasyon – ou gendwa wè yon radyo-onkolojis pou tretman radyasyon anvan, pandan oswa apre kimoterapi an.
- Terapi jeneral – li detwi selil kansè yo toupatou nan kò a. Yo ba w medikaman sa yo epi yo ale nan tout pati nan kò w pou pi byen trete kansè w lan.
- Kimoterapi – w ap jwenn enfòmasyon yo nan seksyon k ap vin apre sa a.
- Terapi òmonal – gen pasyan yo gendwa trete avèk terapi òmonal. Kalite terapi sa a mache sèlman si selil kansè w yo pozitif pou reseptè òmonal. Doktè ou pral fè chita pale sou sa avèk ou si se yon bagay w ap bezwen.
- Iminoterapi/terapi sible – gade paj 20
- Byosimilè – gade paj 22

Kesyon ak Repons Sou Kimoterapi

Kisa yo rele Kimoterapi?

Kimoterapi (yo rele li kimo tou) se yon kalite tretman pou kansè ki sèvi avèk medikaman pou detwi selil kansè yo.

Kijan kimo an mache?

Kimo an fè selil kansè yo, ki grandi ak divize rapidman, sispann grandi. Pifò medikaman kimo yo pa fè diferans ant selil nòmal yo ak selil kansè yo. Yo souvan gen konsekans sou selil nan kò w ki repwouvi pi vit yo, tankou sa ki sou pawa bouch ak trip ou oswa ki fè cheve w pouse yo. Donmaj nan selil ki an sante yo kapab bay efè segondè. Souvan, efè segondè yo amelyore oswa ale lè kimoterapi an fini.

Kisa bi kimo an ye?

Dapre kalite kansè ou genyen an ak nan ki pwen li avanse, gen diferan bi pou tretman kimo a:

- Gerizon – si gerizon se bi tretman an, sa vle di l ap touye selil kansè yo nan pwen pou nou pa ka detekte yo ankò.
- Kontwòl – yon bi kontwòl vle di tretman an sipoze anpeche kansè a grandi oswa simaye nan lòt pati nan kò a.
- Soulajman – kalite tretman sa a ede pwoteje ak prezève oswa menm rebran (nan sèten ka) kalite lavi w.

Kijan yo sèvi avèk kimo a?

Yo kapab sèvi avèk kimo a poukont li oswa avèk lòt tretman, tankou operasyon oswa terapi radyasyon. Y ap bay li a diferan moman dapre bi tretman an.

- Li kapab sèvi pou ede ratresi yon timè anvan operasyon oswa radyasyon (terapi neo adjivan).
- Li kapab sèvi apre operasyon oswa radyasyon pou touye selil kansè ki gendwa rete nan kò w (terapi adjivan).
- Pafwa li sèvi an menm tan avèk radyasyon oswa terapi byolojik pou fè tretman an bay plis rezilta (tretman konkouran).

- Gendwa gen lòt tretman anplis kimo a ki nesèsè si kansè a retounen (kansè ki reparèt) oswa pou trete kansè ki simaye nan lòt pati nan kò w (kansè metastazik).

Kijan doktè mwen ap decide ki medikaman kimo pou li itilize?

Gen anpil diferan medikaman kimo. Yo kapab sèvi poukont yo oswa an konbinezon. Genyen ki sèvi pou anpil kalite kansè epi gen lòt ki gendwa sèvi sèlman pou yon oswa de (2) kalite. Desizyon an depann de plizyè bagay:

- Ki kalite kansè n ap trete?
- Kijan sante pasyan an ye an jeneral? Èske gen lòt pwoblèm sante pou pran an kont?
- Èske pasyan an te fè kimo deja anvan sa?

Konbyen fwa m ap gen pou fè kimo a?

Tretman an varye pou chak pasyan. Gen pasyan yo trete chak semèn epi gen lòt ki resevwa tretman chak de (2), twa oswa kat semèn. Orè pa w la pral depann de ki kalite kansè ou genyen, de sa bi tretman an ye, ak de kijan kò w reyaji a tretman an.

Yo preskri kimo a an sekans. Yon sekans tretman se yon peryòd kimo ki gen yon peryòd repo apre sa. Paregzanp, ou gendwa gen yon tretman kimo yon semèn, epi apre sa yon semèn repo. De (2) semèn sa yo se ap yon sekans kimo. Peryòd repo a bay kò w tan pou li refè epi li pèmèt selil an sante w yo rekonstwi.

Èske mwen ka rate yon sekans kimo?

Se pa yon bon lide pou rate tretman; men pafwa, doktè w lan ap ajiste orè tretman w lan baze sou jan ou santi w ak sou efè segondè tretman an. Si sa rive, doktè/enfimyè a pral fè chita pale sou sa avèk ou epi eksplike w chanjman yo. Y ap gade tou kilè yo gen lentansyon kontinye avèk pwochen sekans tretman an.

Kijan yo bay kimo a?

Yo kapab bay kimo a plizyè jan.

- Nan venn (IV) – yo bay li dirèkteman nan yon venn.
- Piki – se yon piki nan mis oswa nan tisi grès ki touswit anba po a.
- Nan bouch – gen anpil medikaman kimo ki vini sou fòm konprime ou kapab pran lakay ou. Menmsi sa ka pi fasil pase lòt fòm yo, li enpòtan anpil pou w respekte orè a si se konsa ou pral pran kimo w lan. Verifye ou byen konprann kijan ak kilè pou w pran medikaman nan bouch ou yo.
- Lokalman – gen medikaman kimo ki vini nan yon krèm ou pase sou po w.
- Nan peritwàn (IP) – kimo sa a ale dirèkteman nan twou peritwàn nan (zòn ki kenbe ògàn yo nan vant ou, tankou trip ou, lestonmak ou, ak fwa w).
- Nan atè (IA) – yon fòm kimo yo mete dirèkteman nan atè ki pote san pou kansè w lan.
- Nan likid rèldo ak sèvo a (IT) – gen medikaman kimoterapi ki kapab ale dirèkteman nan likid rèldo ak sèvo a pou touye selil kansè yo.

Kimo nan venn se fason yo bay tretman pi souvan. Yo kapab bay li nan yon venn bra w oswa nan yon ouvèti yon chirijyen mete nan pwatrin ou. Chirijyen w lan pral ba ou enstriksyon pou w okipe kote yo koupe pou mete ouvèti w lan apre operasyon an. Nan jou tretman yo, nou prale nan ouvèti an avèk yon zegui espesyal e nou kapab bay medikaman ladan ke nou pa kapab bay nòmalman nan venn. Nou kapab rale san nan ouvèti w lan tou nan jou tretman yo. Nan jou w pa gen tretman yo, nou gendwa pran san pou tès laboratwa w yo swa nan ouvèti w lan swa nan bra w.

Lè tretman an fini, n ap wete zegui a. N ap kouvri zòn nan avèk yon pansman. Tanpri wete pansman an lè ou rive lakay ou.

Si nou pa mete ouvèti pou ou, n ap fè tout sa nou kapab pou mete yon entravenèz pou ou yon kote ki fasil. N ap eseye rete lwen zòn jwenti yo nan ponyèt ou ak nan koud ou.

Pafwa, yo mete yon katetè (PICC) anlè bra ou e li kapab sèvi pandan anpil semèn youn dèyè lòt pou tretman.

Ouvèti yo ak katetè yo kapab sous enfeksyon, donk tanpri kenbe zòn nan pwòp ak sèch epi suiv tout enstriksyon chirijyen w lan ak enfimyè w lan lè yo fin mete li.

Pafwa yo mete kimo a nan yon ponp ou pote lakay ou. Si tretman w lan egzije sa, doktè w lan ak enfimyè w lan pral eksplike ou sa pou w atann ak kijan pou w fè.

Kijan m ap santi m pandan kimo a?

Kimo gen efè diferan sou chak moun. Ekip swen sante w la pa gen jan pou li konnen egzakteman kijan ou pral reyaji a kimo a. Jan ou reyaji a depann de sante w anvan kimo a, de si w byen idrate ak si w byen manje, ak de kantite repo w pran. Efè segondè yo nòmalman parèt apeprè 24-48 èdtan apre tretman an; men yo kapab kòmanse touswit apre kimo a.

Efè segondè ki genyen pi souvan an se fatig. N ankouraje chak pasyan pou w gen yon moun pou kondui ou ale ak sòti nan tretman an, sitou pou premye tretman an. Pran tan pou repoze epi sèvi avèk èd zanmi ak fanmi w ofri w.

Èske m ap kapab travay pandan kimo a?

Gen anpil moun ki kapab kontinye travay pandan y ap fè kimo, sa depann de kalite travay yo fè a. Pale avèk ekip swen sante w la de èske wi ou non w ap kapab travay.

Èske mwen kapab pran medikaman avèk ak san òdonans pandan m ap fè kimo a?

W ap siman kapab kontinye pran medikaman nòmal yo preskri w yo pandan kimo a; men, toujou fè chita pale sou sa w ap pran avèk ekip swen sante w la. Pa bliye pale avèk doktè w de tout medikaman w ap pran yo, sa gen ladan medsin, medikaman kont alèji, medikaman kont

refwadisman, medikaman kont doulè, ibipwofèn ak aspirin. Gen medikaman avèk oswa san òdonans ki kapab gen konsekans sou jan kimo a mache nan sistèm ou e li gendwa nesèsè pou w sispann pran yo. Tanpri pote swa boutèy konprime yo swa yon lis medikaman w yo nan tout randevou yo. N ap bezwen konnen non chak medikaman, poukisa w ap pran li, ki kantite w pran ak konbyen fwa w pran li.

Nou dwe konnen tou pou tout fèy, mineral, vitamin oswa siplemant dyetetik. Tanpri pa kòmanse pran ankenn nouvo bagay san w pa fè chita pale sou sa avèk doktè w.

Kijan m ap fè konnen si kimo a ap mache?

Doktè w lan pral wè ou regilyèman pou evalye kijan ou ye. L ap preskri tès san tou e li gendwa preskri eskanè oswa radyografi. Prezans oswa absans efè segondè yo pa yon bon jan pou konnen si kimo a ap mache byen.

Konbyen kimo a koute?

Li difisil anpil pou di egzakteman konbyen kimo a koute. Gen anpil faktè ki ka gen konsekans sou pri yo, tankou:

- kalite kimo w ap resewva a
- chak konbyen tan ak pandan konbyen tan w pral pran tretman an
- nan ki lokal ou pral resewva tretman an (klinik oubyen lopital)
- asirans ak ki kote nan eta/peyi a ou rete

Si w bezwen pale avèk yon moun sou pri tretman w lan, tanpri mande pale avèk yon kowòdonatè finansye pou pasyan.

Kisa yo rele eksperimantasyon klinik epi kijan mwen kapab patisipe?

Eksperimantasyon klinik pou tretman kansè sèvi pou ede jwenn pi bon jan pou lite kont kansè. Yo gendwa rele yo tou eksperimantasyon pou rechèch. Pafwa yon eksperimantasyon ap teste yon nouvo medikaman kimoterapi oswa yon nouvo konbinezon medikaman. Pale avèk ekip swen sante w la pou konnen si yon eksperimantasyon klinik gendwa yon opsyon pou ou.

Medikaman sou Òdonans

N ap verifye ou gen medikaman sou òdonans debaz w ap bezwen lakay ou anvan ou vini nan premye jou tretman w lan. Pa bliye fè nou konnen ki famasi ou pral itilize pou nou kapab voye òdonans yo elektwonikman pou ou. Ekip swen sante w la pral fè chita pale sou medikaman sou òdonans yo avè w epi gade avè w kijan/kilè pou w pran yo.**

Yo gendwa voye lòt medikaman pou ou pou w kòmanse avèk oswa anvan tretman an. Ekip swen sante w la pral gade tout medikaman sou òdonans yo avè w. Tanpri verifye wou konprann kijan pou w pran tout medikaman w yo.

***Renouvèlman òdonans – Tanpri rele kabinè medikal la detwa jou alavans pou renouvèlman, sitou pou nakotik (medikaman kont doulè) oswa lòt sibstans ki sou kontwòl.*

Nòt pou medikaman sou òdonans mwen yo:

Efè segondè Kimoterapi

Kisa yo rele efè segondè?

Efè segondè se sentòm tretman kansè yo bay. Yo kapab varye pou chak pasyan. Sonje, gravite efè segondè yo pa detèmine si tretman an ap mache. Efè segondè ki rive souvan se chanjman nan apeti ak gou, konstipasyon, dyare, fatig, cheve k ap tonbe, bès nan kantite selil san yo, ilsè nan bouch, ak kè plen oswa vomisman. Nan seksyon sa a, n ap ba ou enfòmasyon sou posibilite pou efè segondè posib yo, ansanm avèk sijesyon ki gendwa ede soulaje efè segondè yo. Toujou fè doktè ak/oswa enfimiyè w konnen si w gen efè segondè sa yo, oswa

lòt. Gen anpil jan nou kapab ede w lite kont pwoblèm sa yo pandan tretman an.

Poukisa mwen gen efè segondè?

Kimo a touye selil kansè w yo. Pifò medikaman kimo yo pa kapab fè diferans ant selil kansè w yo ak selil an sante w yo. Pifò efè segondè ou gendwa genyen yo se poutèt efè medikaman yo genyen sou selil an sante ki grandi vit yo, tankou selil ki fè cheve ou pouse yo, selil ki sou pawa bouch ou oswa trip ou ak selil ki nan mwèl zo w ki pwodui selil san yo.

Konbyen tan efè segondè mwen yo ap dire?

Sa ap depann de sante jeneral ou ak de kalite tretman w ap resevwa a. Pifò efè segondè yo prale lè tretman an fini; men gen kèk efè segondè ki gendwa pran plizyè mwa oswa ane pou yo disparèt.

Gen yon ti kantite medikaman kimo ki kapab bay efè segondè alontèm ki pa ale. Sa kapab gen ladan l donmaj nan kè w, nan ren w, nan poumon w, nan nè w ak nan sistèm repwodiktif ou. Mande ekip swen sante w la si kimo ou pral resevwa a gen posibilite pou li bay efè segondè sa yo.

Kisa mwen kapab fè pou efè segondè mwen yo?

Gen anpil jan ekip swen sante w la kapab soulaje oswa elimine efè segondè kimo bay yo. Pale avèk doktè w oswa enfimiyè w si w gen nenpòt nouvo bagay lè ou fin kòmanse tretman an, poutèt se ta ka yon efè segondè. Epi tou, gade enfòmasyon sa yo sou kijan pou w jere efè segondè ki rive pi souvan yo avèk kimo.

Kesyon pou ekip mwen an:

Efè Segondè Mantal yo

Anksyete

Li toutafè nòmal pou w santi anksyete poutèt yon dyagnostik kansè ak kòmansman tretman an. Se yon tan ki fè pasyan yo ak fanmi yo pè anpil. Anksyete a gendwa ba ou yon sansasyon laperèz oswa estrès ki twòp pou ou, enkyetid oswa menm moman panik total. Anksyete ka lakòz anpil diferan sansasyon nan kò w.

- Li gendwa gen konsekans sou apeti w, sa ki fè w pa vle manje.
- Li kapab bay maltèt ak doulè oswa redè nan mis.
- Li kapab deranje lestonmak ou, sa k ap lakòz dyare oswa kè plen/vomisman.
- Li kapab ba w souf kout oswa fè li difisil pou w respire.
- Li gendwa fè w santi w san pozisyon ak pa kapab chita anplas.
- Li gendwa ba ou pwoblèm dòmi lannuit.

Lè w pa okipe anksyete a, sa ka fè li pi difisil pou kò w lite kont kansè a.

Sa w kapab fè pou jere anksyete a:

- Koute mizik k ap rilaks ou oswa fè meditasyon dirije.
- Fè sa ou te renmen fè anvan dyagnostik ou a.
- Pran kont repo e fè sa yon kote pezi.
- Ekri santiman w nan yon jounal oswa li pou plezi.
- Fè ti egzèsis nan mezi ou kapab.
- Pale avèk ekip swen sante w la sou jan w santi w epi wè kijan yo ka ede w.

Pou ede avèk santiman sa yo, moun k ap okipe pasyan an kapab:

- Rete avèk pasyan an pandan tan sa yo. Eseye rasire li epi rete kalm.
- Pale avèk pasyan an de bagay nou te konn pale anvan dyagnostik li an.
- Pale avèk ekip swen sante a si pasyan an ap enkyete w.

Depresyon

Gen anpil moun ki gen santiman tristès lè yo fin konn dyagnostik kansè a ak pandan tretman an. Sa nòmal e kapab chanje chak jou. Men si ou gen santiman sa yo pandan plis pase yon oswa de (2) jou alafwa, se gendwa yon siy depresyon. Se ka yon pwoblèm grav e ou dwe pale ekip swen sante w la de li. Si ou santi w kagou, tanpri pale avèk doktè w oswa avèk enfimyè w. Nou dwe konnen si gen yon pwoblèm pou nou kapab ede w. Men kèk siy depresyon:

- yon santiman detrès oswa dezespwa oswa vi ou pa gen sans
- mank enterè nan konpayi fanmi w oswa zanmi w
- pa renmen pastan/aktivite ou te konn renmen
- kriye pandan lontan chak jou
- mwens apeti oswa pèt pwa
- chanjman nan nivo enèji w, dòmi toutan, oswa pa dòmi byen
- reflechi sou touye tèt ou, reflechi sou yon plan pou komèt suisid oswa ap reflechi toutan sou lanmò oswa mouri

Si ou gen nepòt nan siy sa yo, tanpri pale avèk ekip swen sante w la touswit.

Si ou janm santi ou ta fè tèt ou oswa lòt moun mal e ou pa ka antre an kontak avèk ekip swen sante w la, rele 911 oswa ale nan Sal Dijans ki pi pre a. Ou kapab rele tou Liy Nasyonal pou Prevansyon Suisid la (National Suicide Prevention Line) nan 1-800-273-8255.

Sèvo Kimo

Pawòl sa a sèvi pou dekri sansasyon konfizyon oswa panse twoub ki kapab rive pandan tretman kansè a. Pafwa medikaman yo bay pandan tretman an kapab gen efè sou sèvo ak jan pasyan an mennen lavi kotidyen li. Gen anpil pasyan ki dekri li tankou "ou santi w ap mache avèk tèt ou nan nyaj." Li gendwa pi difisil pou w rete konsantre sou aktivite nòmal ou. Ou

gendwa gen pwoblèm sonje bagay tankou non oswa dat. Ou gendwa pa kapab jwenn bon mo yo oswa li gendwa pran w plis tan pou fè sèten bagay pase jan ou abitye fè yo a. Sa kapab rive rapidman epi dire pandan tout tretman an e menm lè tretman an fini.

Sa w kapab fè pou jere sèvo kimo:

- Fè lis epi ekri tout bagay.
- Sèvi avèk yon ajenda pou kenbe randevou ak dat enpòtan yo.
- Fè kastèt, jwèt oswa suiv yon kou pou fè sèvo ou mache.
- Dòmi ak manje byen. Ou dwe rete idrate tou.
- Suiv menm woutin nan chak jou.
- Pa eseye fè plizyè bagay alafwa. Pa fè anpil bagay an menm tan.
- Kenbe yon jounal pwoblèm chak jou w yo pou nou kapab suiv yo.

Konstipasyon

Konstipasyon se yon pwoblèm ki lakòz w ale nan twalèt mwen souvan pase jan w abitye ale a, matyè fekal la di oswa sèch epi/oswa ou gen pwoblèm pase matyè fekal la. Gen plizyè bagay ki kapab lakòz sa, sa gen ladan l medikaman kont doulè, tretman kimo, medikaman kont kè plen, dezidratasyon, kote kansè a ye, mwens aktivite ak pa manje/bwè ase.

Konstipasyon kapab bay gaz, gonfleman, kè plen ak malvant tou. Chak moun gen abitud al nan twalèt diferan, donk li enpòtan pou w konnen sa ki nòmal pou ou.

Tanpri rele kabinè doktè a si ou gen yon konstipasyon ki refize ale (ou pa al nan twalèt depi detwa jou) oswa malvant.

Sa w kapab fè pou jere konstipasyon:

Pran nòt sou lè w al nan twalèt. Montre doktè oswa enfimyè w lan nòt sa yo epi pale de sa ki nòmal pou ou. Sa fè li pi fasil pou konnen si ou gen konstipasyon.

Bwè omwen uit tas dlo oswa lòt likid chak jou. Gen anpil moun ki wè lè yo bwè likid tyèd oswa cho, tankou kafe ak te, sa ede yo avèk konstipasyon an. Ji fwi, tankou ji prin, gendwa ede tou.

Mete aktivite nan kò w chak jou. Kòm aktivite ou ka mache, monte bekàn oswa fè yoga. Si ou pa ka mache, mande ki egzèsis ou kapab fè sou chèz oswa nan kabann. Pale avèk doktè w ak enfimyè w de jan w kapab mete plis aktivite nan kò w.

Verifye avèk doktè w oswa enfimyè w anvan ou pran sipleman fib, medsin, medikaman pou ramoli matyè fekal oswa lavman.

Mande doktè w, enfimyè w oswa dyetetisyen w ki manje ki gen anpil fib. Lè w manje aliman ki gen anpil fib epi bwè anpil likid sa kapab ede ramoli matyè fekal ou. Kèk bon sous fib se pen ak sereyal konplè, pwa ak ti pwa sèch, legim kri, fwi fre ak seche, nwa, grenn ak pòpkòn.

Fè doktè w oswa enfimyè w konnen si ou pa ale nan twalèt depi de (2) jou. Doktè ou gendwa sijere yon sipleman fib, medsin, yon medikaman pou ramoli matyè fekal oswa lavman. Pa fè tretman sa yo san ou pa verifye anvan avèk doktè oswa enfimyè w.

Si w bezwen medikaman ou kapab pran:

- Senekot® – yon oswa de (2) konprime de (2) fwa pa jou oswa
- Peri-Colace – yon oswa de (2) konprime de (2) fwa pa jou

Si konstipasyon an pa ale, ou kapab pran tou:

- MiraLAX® – yon pake (17 gram) dilye nan uit ons likid, yon oswa de (2) fwa pa jou
- Dulcolax® – 10 mg nan bouch de (2) fwa pa jou

Dyare

Dyare se lè w ale nan twalèt souvan epi matyè fekal la mou, lach oswa dlololo. Lè likid ak manje yo pase twò vit nan kò a, pa gen tan pou absòbe eleman nitritif yo. Sa ka lakòz dezekilib elektwolit, tèt vire, dezidratasyon ak pèt pwa. Gen medikaman kimoterapi ki bay dyare. Si sa rive w, pran IMODIUM-AD®, dapre enstriksyon doktè w.

Rele kabinè medikal la si ou gen nenpòt nan sentòm sa yo:

- omwen kat matyè fekal lach nan yon peryòd 24 èdtan ki pa kontwole ni avèk IMODIUM-AD® ni avèk chanjman nan alimantasyon w
- kè k ap bat vit oswa w santi l ap sote batman
- ou santi tèt ou ap vire oswa w toudi
- ou pipi mwens
- ou gen doulè ak kranp pandan dyare a
- lafyèv ki depase 100.4°

Sa w kapab fè pou jere dyare a:

Pran senk oswa sis ti repa oswa goute chak jou olye de twa gwo repa. Gen anpil moun ki wè sa pi fasil pou manje ti kantite pi souvan.

Mande doktè w oswa enfimyè w ki manje ki gen anpil sèl, tankou sodyòm ak potasyòm. Kò w kapab pèdi sèl sa yo lè w gen dyare e li enpòtan pou w ranplase yo. Kèk egzanp aliman ki gen anpil sodyòm oswa potasyòm se fig-bannann, zoranj, bwason pèch ak abriko, ak pòm detè bouyi oswa pire pòm detè.

Bwè ant uit ak 12 tas likid klè chak jou. Kòm egzanp gen dlo, bouyon klè, jenjerèl oswa bwason pou espòtif, tankou Gatorade® ak Propel®.

Bwè dousman epi chwazi bwason ki nan tanperati pyès la.

Kite bwason gaze yo pèdi gaz yo anvan ou bwè yo. Ajoute plis dlo si bwason yo fè ou swaf oswa ba ou kè plen.

Pran manje ki pa gen anpil fib. Manje ki gen anpil fib kapab fè dyare a vin pi mal. Kòm egzanp manje ki pa gen anpil fib gen fig-bannann, diri blan, pen blan griye ak yogout senp ak yogout vaniy.

Siye dèyè w dousman lè ou fin al nan twalèt. Olye de papyè ijyenik, sèvi avèk sèvyèt mouye pou tibebe, oswa ponpe dlo sòti nan yon boutèy espre pou netwaye kò ou lè ou fin al nan twalèt. Fè doktè oswa enfimyè w lan konn sa si bò twou dèyè w ap fè w mal oswa si l ap senyen oswa si ou gen emowoyid.

Mande doktè w si pou w ta eseye yon rejim likid klè. Sa kapab bay trip ou tan pou yo pran repo. Pifò moun fè kalite rejim sa a pandan senk jou pou pipis.

Evite:

- bwason ki cho anpil oubyen frèt anpil
- byè, diven, ak lòt kalite alkòl
- lèt ak pwodui letye, tankou krèm alaglas, milchek, krèm si ak fwonmaj
- manje pike, tankou pimantad, pikliz, tchili ak manje ki gen kari
- manje ki gen grès ak manje fri, tankou pòm detè fri ak anmbègè
- manje ak bwason ki gen kafeyin, tankou kafe nòmàl, te nwa, kola ak chokola
- manje ak bwason ki bay gaz, tankou pwa sèch kuit, chou, bwokoli, lèt soja ak lòt pwodui soja
- manje ki gen anpil fib, tankou pwa sèch kuit, fwi ak legim kri, nwa, ak pen ak sereyal konplè

Fatig

Fatig kapab fè w santi w fèb, about, fatigue oswa fè w santi w ap deplase dousman anpil. Repo pa toujou ede. Chak moun santi fatig la nan jan pa li. Se ka poutèt tretman kimo a, estrès, anksyete oswa yon santiman akableman jeneral. Amezi w ap kontinye tretman an, gen plis demann sou kò w e gen anpil enèji ki sèvi pou rekonstwi selil an sante. Fatig la gendwa pi grav tou si w ap fè kimoterapi ak radyasyon an menm tan.

Sa pou w fè pou jere fatig la:

Fè egzèsis.

Mete aktivite nan kò w se pi bon jan pou ede lite kont fatig. Mache, monte bekàn oswa fè seyans yoga kout kapab ede ba w plis enèji.

Manje ak bwè byen.

Souvan, sa vle di ant senk ak sis ti repa ak goute pa jou olye de twa gwo repa.

Kenbe manje soulamen ki fasil pou prepare, tankou soup nan bwat, repa glase, yogurt ak fwonmaj lèt. Bwè anpil likid chak jou—apeprè uit tas dlo oswa ji.

Planifye tan repo.

Ou gendwa santi w pi byen lè w pran repo oswa fè ti kabicha pandan jounen an. Gen anpil moun ki di sa ede lè ou pran repo pandan sèlman 10 a 15 minit olye pou w kabicha pandan lontan. Si w ap kabicha, eseye dòmi pandan mwens pase inèdtan. Lè kabicha yo kout sa ap ede ou dòmi pi byen lannuit.

Eseye pa fè twòp.

Avèk fatig la, ou gendwa pa gen ase enèji pou fè tout bagay ou vle fè yo. Chwazi aktivite ou vle fè yo epi kite yon lòt moun ede ak lòt yo. Eseye aktivite peyizib, tankou lekti, triko oswa yon aktivite sou entènèt.

Dòmi omwen uitèdtan chak swa.

Se gendwa plis pase kantite somèy ou te bezwen anvan kimoterapi a. Ou gen plis chans dòmi pi byen lannuit lè ou gen aktivite pandan lajounen. Li gendwa itil tou pou w rilaks anvan w al kouche. Paregzanp, ou ta ka li yon liv, travay sou yon kastèt chinwa, koute mizik oswa fè lòt pastan peyizib.

Planifye yon orè travay ki bon pou ou.

Fatig la gendwa gen konsekans sou kantite enèji ou genyen pou travay ou. Ou gendwa santi w ase byen pou w travay orè konplè w. Oubyen ou gendwa bezwen travay mwens—petèt kèk èdtan sèlman pa jou oswa kèk jou chak semèn. Si travay ou pèmèt sa, li ta bon pou w pale avèk patwon w sou jan pou travay lakay. Oswa ou gendwa pran konje maladi (sispann travay pandan yon tan) pandan w ap fè kimoterapi an.

Kite lòt moun ede w.

Mande manm fanmi an ak zanmi pou yo ede w lè w santi w fatige. Petèt yo ka ede w avèk travay nan kay la, oswa kondui w ale ak sòti nan vizit kay doktè. Yo ta ka ede w achte ak prepare manje tou, pou w manje kounye a oswa pou w mete nan frizè pou pi ta.

Kenbe yon jounal sou jan w santi w chak jou.

Sa ap ede w planifye jan pou w pi byen sèvi ak tan w. Montre enfimyè w lan jounal ou a. Fè doktè oswa enfimyè w lan konn sa si ou remake chanjman nan nivo enèji w, ke w gen anpil enèji ke w fatige anpil.

Pale avèk doktè oswa enfimyè w.

Doktè w la gendwa preskri medikaman ki kapab ede redui fatig la, ba w yon sansasyon byennèt epi ogmante apeti w, oswa li gendwa sijere tretman tou si fatig ou a se poutèt anemi.

Cheve k ap Tonbe

Kimoterapi kapab gen efè sou selil ki fè cheve yo pouse. Se pa tout kimoterapi ki fè cheve tonbe. Mande ekip swen sante w la si kalite kimo w ap resevwa a ap fè cheve w tonbe. DigniCap®, yon sistèm refwadisman potèt, disponib nan sèten kabinè medikal e li gendwa anpeche medikaman kimoterapi yo fè cheve yo tonbe. Pale avèk doktè w pou jwenn plis enfòmasyon.

Cheve yo abityèlman tonbe detwa semèn apre kòmansman tretman an. Cheve yo gendwa tonbe an touf oswa sèlman kòmanse vin pi fen. Si w chwazi achte perik, ou kapab fè sa anvan w pèdi cheve w. Nou kapab ekri yon òdonans pou perik pou ou. W ap bezwen mande asirans ou si li kouvri depans pou perik. Gen kèk gwoup lokal tou ki ofri perik gratis pou pasyan kansè. Mande enfimyè w enfòmasyon sa yo. Cheve yo nòmalman rekòmanse pouse ant sis ak sèt semèn apre fen tretman an.

Sa pou w fè anvan cheve yo kòmanse tonbe:

Koupe cheve w kout oswa raze tèt ou.

Ou ta ka santi w gen plis kontwòl sou cheve k ap tonbe yo si w gen tan koupe cheve w oswa raze tèt ou. Sa souvan fè sa pi fasil pou jere cheve k ap tonbe yo. Si w ap raze tèt ou, nou rekòmande razwa elektrik olye de razwa alamen.

Ale dousman lè w ap lave cheve w.

Sèvi avèk yon chanpou dou, tankou chanpou pou tibebe. Pou seche cheve w, tanponnen yo (pa fwote yo) avèk yon sèvyèt dous.

Dòmni sou yon sak zòrye saten.

Saten an gen mwens friksyon pase pifò sak koton e ou gendwa santi w pi alèz sou li.

Pa sèvi avèk bagay ki kapab fè potèt ou mal. Men kèk egzanp:

- fè pou plati oswa pou boukle cheve
- bwòs won ak woulo
- sechwa elektrik
- bando ak barèt
- espre pou cheve
- koloran pou cheve
- pèmanant

Sa pou w fè lè cheve yo kòmanse tonbe:

Pwoteje potèt ou.

Potèt ou gendwa fè w mal pandan w ap pèdi cheve w ak apre sa. Pou pwoteje li mete chapo, tiban oswa foula lè w ap sòti. Eseye evite kote ki cho anpil oswa frèt anpil. Sa gen ladan l kabann bwonzaj ak deyò nan solèy oswa nan lè frèt. Epi toujou mete ponmad solèy pou pwoteje potèt ou.

Kenbe kò w cho.

Ou gendwa santi w pi frèt lè w fin pèdi cheve w, poutèt ou kapab pèdi chalè kò w pase pa potèt ou. Mete chapo, tiban, foula oswa perik pou ede kenbe kò w cho.

Pale de jan w santi w.

Gen anpil moun ki santi kòlè, depresyon, oswa wont poutèt yo pèdi cheve yo. Si ou enkyè oswa fache anpil, li ta bon pou w pale de santiman sa yo avèk yon doktè, yon enfimyè, yon manm fanmi an, yon zanmi pwòch oswa yon moun ki te pèdi cheve li poutèt tretman kansè.

Bès Kantite Selil San

Tretman an gendwa modifye kantite selil san ou genyen e doktè w pral suiv sa de prè.

Netwopeni

Se lè kantite globil blan w yo (WBC) ak kantite netwofil ou yo ba. Globil blan yo se selil ki lite

kont enfeksyon nan kò w. Kimoterapi souvan lakòz kantite selil sa yo nan kò w bese, men se yon efè segondè nòmal. Si WBC ou twò ba, nou p ap kapab fè tretman w lan epi enfimyè a ap ba w prekosyon pou pran kont enfeksyon. Gen medikaman yo kapab ba w pou ede remonte kantite selil sa yo. Ekip swen sante w la pral pale w de medikaman sa yo, si sa sesesè.

Kilè mwen gen plis risk pou mwen fè enfeksyon?

Pawòl 'nadir' la vle di pwen ki pi ba a. Ou gen plis risk enfeksyon lè ou rive nan nadir apre chak sekans kimo. Sa abityèlman rive ant sèt ak dis jou apre jou tretman w lan.

Ki sentòm enfeksyon mwen dwe chèche?

Lafyèw se souvan premye siy enfeksyon. *Rele kabinè doktè w la si ou gen yon lafyèw omwen 100.4.* Ou kapab jwenn nimewo kabinè medikal la devan gid sa a. Pa pran medikaman k ap redui lafyèw ou a san doktè w la pa di w li dakò. Se medikaman tankou ibipwofèn (Motrin® oswa Advil®), napwoksèn (Aleve®) oswa asetaminofèn (Tylenol®).

Men kèk lòt sentòm enfeksyon:

- frison
- anfleman oswa wouj nenpòt ki kote sou kò w, sitou nan blesi, nan kote yo t al nan venn ou oswa nan ouvèti
- yon tous ki fèk kòmanse oswa k ap vin pi mal
- doulè lè w ap pipi oswa pipi twoub

Si w gen frison, tèt vire, souf kout, chanjman nan eta mantal ou oswa konfizyon, ale nan Sal Dijans ki pi pre w la oswa rele 911 pou yo ede w.

Sa pou w fè pou anpeche enfeksyon:

Lave men w souvan avèk savon ak dlo.

Pa bliye lave men w anvan ou prepare manje ak lè w ap manje, lè ou sòti nan twalèt, lè w fin mouche nen w, touse, etènye oswa manyen zannimo. Pote dezenfektan pou men pou lè w pa toupre savon ak dlo.

Sèvi avèk sèvyèt mouye dezenfektan pou netwaye sifas ak bagay ou manyen yo.
Sa gen ladan l telefòn piblik, aparèy ATM, manch pòt ak lòt bagay anpil moun manyen.

Siye dèyè w dousman ak byen lè w fin al nan twalèt.

Olye de papye ijyenik, sèvi avèk sèvyèt mouye pou tibebe oswa ponpe dlo sòti nan yon boutèy espre pou netwaye kò w. Fè doktè oswa enfimiyè w lan konn sa si bò twou dèyè w ap fè w mal oswa si l ap senyen oswa si w gen emowoyid.

Rete lwen moun ki malad.

Sa gen ladan l moun ki fè refwadisman, lagrip, lawoujòl oswa saranpyon. Ou dwe rete lwen timoun ki fèk pran vaksen ki gen "viris vivan" kont saranpyon oswa polyo tou. Rele doktè oswa enfimiyè w si w gen kesyon.

Rete lwen foul.

Eseye pa ale kote ki gen anpil moun. Paregzanp, planifye ale nan magazen oswa nan sinema lè yo gen mwens foul.

Atansyon pou w pa ni koupe ni kòche kò w.

Pa ni koupe ni chire po zong ou. Sèvi avèk razwa elektrik olye de razwa alamen. Epi pran anpil prekosyon avèk sizo, zegui ak kouto.

Siveye siy enfeksyon oswa chanjman toupre katetè w lan.

Kèk siy pou siveye se drenaj, wouj, anfleman oswa doulè. Di doktè oswa enfimiyè w la sa si gen nenpòt ki chanjman ou remake toupre katetè w lan.

Pran bonjan swen bouch ou.

Bwose dan w apre repa yo ak anvan w al kouche. Sèvi avèk yon bwòs ki dous anpil. Ou kapab fè bwòs la pi dous toujou si w fè dlo cho koule sou li anvan w bwose. Sèvi avèk rensbouch ki pa gen alkòl ladan l. Verifye avèk doktè ak enfimiyè w anvan w al kay dantis.

Pran bonjan swen po w.

Pa ni peze ni grate bouton. Pase krèm pou adousi ak geri po sèch k ap fann. Pou seche tèt ou apre beny oswa douch, tanponnen po w dousman. Fè atansyon, pa fwote po w.

Netwaye kote w koupe touswit.

Sèvi avèk dlo tyèd, savon ak antiseptik pou netwaye koupe w yo. Netwaye koupe w la konsa chak jou jiskaske li fè kwout.

Fè atansyon avèk zannimo.

Pa ni netwaye bwat matyè fekal chat ou, ni ranmase matyè fekal chen ni netwaye kaj zwazo oswa akwaryòm. Pa bliye lave men w lè w fin manyen bèt kay ak/oswa lòt zannimo.

Pa pran ni piki kont lagrip ni lòt kalite vaksen san w pa mande doktè oswa enfimiyè w anvan.
Gen vaksen ki gen viris vivan, ou pa dwe pran kontak avèk yo.

Pratike règ sekirite alimantè yo.

Kenbe manje cho yo cho epi manje frèt yo frèt. Pa kite rès chita deyò. Mete yo nan frijidè kou w fin manje.

Lave legim ak fwi kri yo byen anvan w manje yo.
Evite sa ki pa ka lave byen, tankou franbwaz.

Pa manje ni pwason, ni fwidmè, ni vyann, ni poulè ni ze ki kri oswa ki pa byen kuit.
Manje sa yo ka gen bakteri ki kapab bay enfeksyon.

Pa ni manje ni bwè bagay ki depase dat frechè a.

Pa pran manje ki gen tach mwezi, menmsi w ka koupe yo jete.

Twonbositopeni

Se lè kantite plaksan ou ba. Plaksan yo se selil ki fòme boul san nan kò a. Kimoterapi a kapab lakòz kantite selil sa yo bese nan kò w. Si kantite plaksan ou ba, ou riske senyen. Ou gendwa bezwen yo ba w plaksan oswa pou yo retade tretman kimoterapi w lan si kantite plaksan ou twò ba. Enfimiyè a pral fè chita pale avè w sou prekosyon pou w pran pou w pa senyen.

Rele kabinè doktè w la si ou gen nenpòt nan sentòm sa yo:

- mak san kaye, sitou si ou pa t frape nan anyen
- ti tach wouj sou po w
- pipi wouj oswa wòz
- matyè fekal nwa oswa ki gen san
- jansiv oswa nen k ap senyen
- gwo senyman pandan règ ou oswa pandan lontan
- senyman nan vajen ki pa poutèt règ ou
- maltèt oswa chanjman nan vizyon w
- ou santi bra oswa janm ou cho
- dòmi nan je ou anpil oswa ou twouble

Sa pou w fè pou evite senyman oswa blesi:

- Bwose dan w avèk yon bwòs dan mou e pa pase fil dantè.
- Fè atansyon avèk bagay file tankou kouto ak zouti.
- Pa monte ni sou echèl ni sou tabourè, pou w pa tonbe.
- Sèvi avèk razwa elektrik lè w ap raze.
- Pou pwoteje men w ak pye w pou yo pa ni kòche ni koupe, mete gan pandan w ap travay nan lakou epi toujou mete soulye.
- Mouche nen ou dousman.
- Mete yon presyon ki piti men fèm sou tout koupe ou genyen jiskaske senyman an rete.

Anemi

Se lè kantite globil wouj ou (RBC) ba. Globil wouj yo pote oksijèn nan tisi w yo epi yo wete dechè nan tisi yo. Kimoterapi an kapab lakòz kantite selil sa yo bese. Si kantite sa yo ba, ou gendwa gen fatig ak souf kout. Gen medikaman yo kapab ba ou pou ede remonte kantite selil sa yo oswa ou gendwa bezwen yo ba w san si kantite selil san w tonbe twò ba. Ekip swen sante w la pral fè chita pale sou sa avèk ou, si sa nesèsè, e l ap siveye kantite selil san w de prè pandan tretman an.

Rele kabinè doktè w la si ou gen nenpòt nan sentòm sa yo:

- Nivo fatig ou chanje oswa ou pa kapab fè aktivite nòmal ou yo.
- Tèt ou ap vire oswa ou santi ou pral endispoze.
- Ou gen souf kout.
- Ou santi kè w ap bat fò oswa vit anpil.

Kè plen/Vomisman

Ou kapab gen kè plen ak vomisman pandan w ap fè tretman an, touswit apre, oswa plizyè èdtan oswa jou apre. Gen nouvo medikaman ki kapab ede anpeche kè plen ak vomisman. Se medikaman kont kè plen. Ou gendwa gen pou w pran medikaman sa yo inèdtan anvan chak tretman epi pandan kèk jou apre. Y ap ba ou medikaman kont kè plen nan venn tou anvan tretman w lan.

Kantite tan w ap fè ap pran medikaman kont kè plen apre tretman an ap depann de kalite terapi w ap fè a ak de jan ou reyaji ak li. Si yon medikaman kont kè plen pa mache pou ou, doktè w la kapab preskri w yon lòt.

Ou gendwa bezwen pran plis pase yon sèl kalite medikaman pou ede avèk kè plen an. Pale avèk doktè oswa enfimyè w de tretman pou kontwòle kè plen ak vomisman tretman an ap ba ou.

Si w toujou gen kè plen oswa vomisman lè w fin pran medikaman yo ak chanje alimantasyon ou, tanpri rele kabinè medikal la.

Sa pou w fè pou evite oswa jere kè plen oswa vomisman:

Pran medikaman kont kè plen yo jan yo preskri w yo a.

Pa tann lè w ap vomi pou w kòmanse pran yo.

Anpeche kè plen.

Yon jan pou anpeche vomisman se anpeche kè plen. Eseye pran manje ki pa pike, ki fasil pou dijere ak bwason ki pa deranje lestonmak ou. Sa gen ladan l bonbon sèl senp, pen griye ak jelatin.

Planifye lè li pi bon pou w manje ak bwè.

Gen moun ki santi yo pi byen lè yo pran repa oswa goute leje anvan kimoterapi an. Gen lòt moun ki santi yo pi byen lè yo fè kimoterapi a avèk vant vid (yo pa ni manje ni bwè anyen pandan detwazèdtan anvan tretman an).

Pran ti repa ak goute.

Olye de twa gwo repa pa jou, gen anpil moun ki wè li pi fasil si yo gen senk oswa sis ti repa ak goute. Sa ede tou lè ou pa bwè anpil anvan oswa pandan repa yo ak lè w evite kouche touswit lè w fin manje.

Bwè anpil likid apre chak repa.

Sa ap ede w avèk kè plen epi sa ap ede w wete pwazon tretman an pote nan sistèm ou tou. Idratasyon se bagay ki enpòtan pandan kimo. Ou kapab jwenn likid nan:

- dlo oswa bouyon
- bwason pou espòtif (Gatorade oswa Powerade®)
- pwodui elektwolit an poud (Drip Drop oswa Ensure® Rapid Hydration)
- te san kafeyin
- jenjerèl oswa Sprite

Manje ak bwè bagay ki pa ni twò cho ni twò frèt.

Bay manje ak bwason cho tan pou yo refwadi, oswa refwadi yo avèk glas. Pou chofe manje frèt, ou kapab wete yo nan frijidè a inèdtan anvan w manje oswa chofe yo tou piti nan yon fou mikwovonn. Bwè kola oswa jenjerèl ki tyèd ak ki pèdi gaz yo.

Evite sant fò.

Eseye evite manje ak bwason ki gen sant fò, tankou kafe, pwason, zonyon, lay ak manje k ap kuit.

Souse ti mòso krèm dlo oswa krèm fwi.

Li gendwa itil pou w souse mòso glas tou.

Souse mant san sik oswa sirèt si.

Pa manje sirèt si, si ou gen ilsè nan bouch ou oswa nan gòj ou.

Lè w anvi vomi, respire fon ak dousman oswa al pran lè fre.

Ou ta ka distrè tèt ou tou avèk konvèsasyon avèk zanmi oswa fanmi, avèk mizik oswa avèk fim oswa emisyon televizyon.

Ou gendwa sèvi avèk luil esansyèl oswa tretman omeyopatik/konplemantè tou.

Ou dwe chita pale sou sa avèk ekip swen sante w la anvan.

Ilsè nan Bouch

Pafwa kimoterapi kapab donmaje selil k ap grandi vit yo, tankou sa ki sou pawa bouch ou, gòj ou ak pobouch ou. Sa kapab gen konsekans sou dan w, jansiv ou, pawa bouch ou ak glann ki fè saliv yo. Pifò pwoblèm bouch yo ale kèk jou apre kimoterapi a fini.

Men kèk pwoblèm bouch ak gòj ou kapab genyen:

- bouch sèch
- chanjman nan gou ak sant, tankou lè manje a gen gou metal oswa lakrè, pa gen gou, oswa pa gen menm gou oswa sant li te konn genyen an
- enfeksyon nan jansiv ou, nan dan w oswa nan lang ou
- plis sansibilite pou manje cho oswa frèt
- ilsè nan bouch oswa zòn ki sansib
- tach blan oswa fonsè
- pwoblèm manje lè bouch ou vin sansib anpil

Sa pou w fè pou jere pwoblèm bouch ak gòj:

Al kay dantis omwen de (2) semèn anvan ou kòmanse tretman kimoterapi an.

Li enpòtan pou bouch ou pi an sante posib, sa ki vle di fè tout travay ki gen pou fèt nan dan w

anvan kimoterapi an kòmanse. Si w pa ka al kay dantis anvan kimoterapi an kòmanse, mande doktè oswa enfimyè w kilè p ap gen danje pou w ale. Pa bliye di dantis ou ke ou gen kansè epi pale li de plan tretman w lan.

Tcheke bouch ou ak lang ou chak jou.

Lè w tcheke bouch ou, ou kapab wè oswa santi pwoblèm (tankou ilsè nan bouch, tach blan oswa enfeksyon) kou yo kòmanse. Fè doktè oswa enfimyè w konn sa touswit si ou wè nenpòt nan pwoblèm sa yo.

Kenbe bouch ou mikte.

Pou kenbe bouch ou mikte, ou kapab bwè ti dlo pandan jounen an, souse mòso glas oswa sirèt ki pa gen sik, oswa moulen chicklèt ki pa gen sik. Mande doktè oswa enfimyè w lan kisa ki ka ranplase saliv ou si bouch ou toujou sèch.

Bwose dan w, jansiv ou ak lang ou apre chak repa epi lè w pral kouche.

Sèvi avèk yon bwòs ki dous anpil. Ou kapab fè bwòs la pi dous toujou si ou rense bwòs dan w lan nan dlo cho anvan w bwose.

Si sa fè mal lè w ap bwose, eseye netwaye dan w avèk aplikatè oswa Toothettes®, ki se eponj ki gen fòm sou yon baton.

Sèvi avèk yon pat dan ki gen fliyorid oswa avèk yon jèl fliyorid espesyal dantis ou a ap preskri.

Pa sèvi avèk rensbouch ki gen alkòl. Olye de sa, rense bouch ou twa a kat fwa pa jou avèk yon solisyon bikabonat, sèl ak dlo tyèd epi apre sa rense avèk dlo nòm.

Gen anpil resèt pou solisyon sa a, men yon egzanp se 1/4 ti kiyè bikabonat, 1/8 ti kiyè sèl ak yon tas dlo tyèd. Sekwe/gagari chak dezèdtan si sa nesèsè.

Pase fil dantè dousman chak jou.

Si jansiv ou ap senyen oswa ap fè mal, evite zòn sa yo men pase fil dantè nan lòt dan ou yo. Mande doktè oswa enfimyè w lan si pou w pase fil dantè lè kantite plaksan ou ba.

Si ou gen fo dan, yo dwe byen ajiste ak pwòp. Epi tou, pa mete yo pandan twò lontan.

Fè atansyon avèk sa w ap manje lè bouch ou sansib.

Chwazi manje ki mikte, mou ak fasil pou moulen oswa vale. Kèk egzanp se sereyal kuit, pire pòm detè ak ze bwouye.

Sèvi avèk yon blenn dè pou fè pire avèk manje kuit yo, pou yo ka pi fasil pou manje. Pou ede evite enfeksyon, lave tout pati nan blenn dè a anvan ou sèvi avèk yo ak lè w fini. Si sa posib, li pi bon pou lave yo nan lav-vesèl.

Pran ti bouche manje, moulen dousman epi pran ti gòje likid pandan w ap manje a.

Ramoli manje a avèk sòs, bouyon, yogout oswa lòt likid.

Pran manje ki fre oswa ki nan tanperati pyès la. Manje tyèd ak cho gendwa fè bouch ou ak gòj ou fè w mal.

Souse mòso glas oswa krèm dlo. Yo kapab soulaje doulè nan bouch.

Rele doktè w, enfimyè w oswa dantis ou si bouch ou ap fè w mal anpil. Doktè oswa dantis ou gendwa preskri medikaman kont doulè oswa medikaman pou kenbe bouch ou mikte. Pa bliye bay dantis ou nimewo telefòn doktè w ak enfimyè w.

Evite bagay ki kapab blese, kòche oswa boule bouch ou, tankou:

- manje pwenti oswa krip, tankou bonbon ak papita pòm detè oswa papita mayi
- manje pike, tankou pimantad, manje ki gen kari, pikliz ak tchili
- fwi oswa ji sitris tankou zoranj, sitwon ak panplemous
- manje ak bwason ki gen anpil sik, tankou sirèt oswa soda
- byè, diven, ak lòt kalite alkòl
- kidan oswa lòt bagay pwenti
- pwodui ki gen tabak, sa gen ladan l sigarèt, pip, siga ak tabak pou moulen

Chanjman nan Po ak Zong

Tretman kimoterapi yo kapab gen konsekans sou po w ak zong ou. Efè sa yo nòmalman pa twò mal men yo kapab enkyete w si w pa pare. Anpil nan chanjman sa yo ap amelyore lè w fini avèk kimoterapi an.

Men kèk chanjman ki gendwa genyen nan po w:

Lagratèl, sechrès, wouj, iritasyon ak po k ap dekale

Sansibilite anba solèy (lè w boule vit)

Pwoblèm sa a ka rive menm pou moun ki gen po fonce anpil.

Koulè fonce

Yon pwoblèm ki bay tach fonce sou po w oswa yon koulè po pi fonce. Ou gendwa gen tach fonce nan kote sa yo:

- toutotou jwenti w
- anba zong ou
- nan bouch ou
- bò venn ki sèvi pou ba w kimoterapi an
- anba tep oswa pansman
- nan cheve w

Reyaksyon rapèl po a apre radyoterapi

Gen kimoterapi ki fè po a nan zòn kote ou te resevwa terapi radyasyon an vin wouj.

Koulè a ka varye sòti nan klè anpil rive nan wouj fonce. Po w gendwa fè zanpoud, dekale oswa fè mal anpil.

Reyaksyon alèjik avèk kimoterapi

Gen chanjman nan po w ki vle di ou fè alèji avèk kimoterapi an. Fè doktè oswa enfimiyè w lan konn sa touswit si ou gen ral oswa si ou gen pwoblèm respire ansanm ak:

- lagratèl sibit oswa grav
- iritasyon
- itikè

Chanjman nan Zong

Apa vin pi fonce, zong ou gendwa vin jòn tou oswa vin frajil ak fele. Pafwa zong ou ap dekole, leve sou dwèt la epi tonbe, men w ap gen nouvo zong ki pouse.

Sa pou w fè pou jere chanjman nan po ak zong:

Soupoudre tèt ou ak farin mayi.

Pran douch rapid oswa beny eponj olye de beny long ak cho.

Tanponnen kò w, olye pou w fwote li, lè w fin benyen.

Lave kò w avèk yon savon dou, idratan.

Pase krèm oswa losyon pandan po w mouye toujou, lè w fin lave li. Di doktè oswa enfimiyè w sa si sa pa ede.

Pa mete ni pafen, ni odkolòy ni losyon labab ki gen alkòl.

Pran yon beny avwàn kolyidal lè tout kò w ap grate w. Avwàn kolyidal la se yon poud espesyal w ajoute nan dlo w ap benyen ladan an.

Bouton nan figi:

Kenbe figi ou pwòp ak sèch.

Mande doktè oswa enfimiyè w si w kapab sèvi avèk krèm oswa savon medikaman, epi avèk kilès pou w sèvi.

Sansibilite anba solèy:

Evite limyè dirèk solèy la.

Pandan ete, solèy la gen tandans pi fò ant 10 a.m. ak 4 p.m.

Pase losyon solèy ki gen SPF (faktè pwoteksyon po) omwen 30. Oswa pase ponmad ki bloke reyon solèy la, tankou sa ki gen oksid zenk yo.

Kenbe pobouch ou mikte avèk ponmad pou pobouch ki gen SPF omwen 30.

Mete pantalon koulè pal, mayo koton manch long ak chapo ki gen rebò laj.

Pa sèvi avèk kabann bwonzaj.

Reyaksyon Rapèl Po a Apre Radyoterapi

Pwoteje zòn nan po w la ki te resevwa terapi radyasyon an kont solèy.

Pa sèvi avèk kabann bwonzaj.

Mete yon twal mouye fre kote po w ap fè w mal la.

Mete rad ki fèt avèk koton oswa avèk lòt twal dous. Sa gen ladan l souvètman w (soutyen, kilòt/kalson ak chemizèt).

Pwoblèm Zong

Mete gan lè w ap fè vesèl, fè travay nan jaden oswa netwaye kay la.

Fè doktè oswa enfimyè w konn sa si po zong ou wouj epi fè mal.

Pase luil melalouka si zong ou ap dekolè.

Pwoblèm Dòm

Sa rive souvan pou pasyan kansè yo gen pwoblèm dòmi. Rezon an se ka doulè, anksyete, depresyon, efè segondè tretman an, y ap swe nan dòmi oswa poutèt yo pase nuit lopital. Kò ou ap bezwen plis somèy pandan w ap fè tretman an, tou.

Lè w pa dòmi ase sa kapab lakòz:

- plis doulè
- chanjman nan memwa
- plis fatig
- ou geri mwen byen
- plis maladi/enfeksyon

Sa pou w fè pou jere pwoblèm dòmi:

- Fè kont egzèsis pandan jounen an, ou te mèt fè ti egzèsis; 30-60 minit pa jou omwen detwa èdtan anvan w al kouche.
- Evite bwason ki gen kafeyin oswa alkòl nan aswè.
- Bwè te san kafeyin oswa te fèy tyèd oswa lèt anvan w al dòmi.
- Fè yon moun fè masaj pou ou oswa eseye teknik relaksasyon anvan w al kouche.

- Sèvi avèk kabann nan pou dòmi ak sèks sèlman. Pa gade televizyon nan kabann ou.
- Pran medikaman pou ede w dòmi yo a menm lè a chak swa.
- Eseye al kouche lè w fatige epi apeprè a menm lè a chak swa.
- Ajiste tanperati a nan chanm nan pou w ka byen alèz.

Kesyon pou ekip mwen an:

Aktivite Pandan Tretman an

Egzèsis pandan tretman an enpòtan pou anpil rezon. Li kapab ede redui fatig, ede ou konsève fòs ou, amelyore sante kè w, amelyore somèy ou ak imè w epi ba w plis enèji. N ankouraje w mete otan aktivite w kapab nan kò w. Ou kapab kontinye travay pandan tretman an si travay ou se pa yon bagay ki pral ogmante risk pou w blese oswa enfekte. Ou kapab kontinye ak pastan w yo tou e n ankouraje ti egzèsis, tankou mache oswa monte bekàn. Tanpri fè egzèsis deyò nan lè kote fè pi fre yo nan jounen an epi fè atansyon kenbe po w kouvri ak pwoteje kont solèy.

Men kèk konsèy itil pou lè w ap fè egzèsis:

- Toujou pale avèk doktè w anvan ou kòmanse yon nouvo abitud aktivite fizik.
- Mande fanmi oswa zanmi fè li avè w.
- Ou kapab sèvi avèk yon monitè aktivite fizik pou ede w rete motive.
- Fè yon ti egzèsis tou piti pi bon pase pa fè anyen ditou.
- Nou vle pou w respekte orè w plis posib pandan w ap fè tretman an.

- Travay – mande doktè w si ou ka kontinye travay pandan tretman an.
- Pastan – kontinye fè bagay ki fè kè w kontan yo, men pa fè twòp.
- Fè kabicha lè sa nesesè, men pa pase tout jounen an nan kabann ou. Si w gen pwoblèm avèk aktivite kotidyen w yo, fè doktè oswa enfimyè w konn sa.

Fè Atansyon!!!

- Pa fè egzèsis si w pa santi w byen, si w gen lafyèv, si w santi w gen kè plen oswa si w ap vomi.
- Si chevi w anfle oswa si w ap pran pwa san ou pa konn poukisa oswa si ou gen pwoblèm respire pandan w ap pran repo, tanpri rele kabinè medikal la touswit.
- Evite sal espò piblik si kantite globil blan w lan ba.
- Evite espò ki gen kontak si w gen yon ouvèti oswa yon katetè (PICC). Kèk egzanp se foutbòl ameriken, baskètbòl, lit ak lakwòs. Pa tire fizi nonplis sou bò ouvèti/katetè a. Chok nan zòn nan kapab donmaje kote a.
- Ou kapab naje si ouvèti w lan geri e li pa sèvi. Si w gen yon katetè anplas, pa naje.

Kesyon pou ekip mwen an:

Nitrisyon pandan Tretman an

Li esansyèl pou w manje byen pandan tretman kimoterapi an. Ou dwe plen asyèt ou pandan repa yo avèk 2/3 fwi, legim, sereyal konplè ak legiminèz (pwa/ti pwa) epi sèlman 1/3 nan asyèt ou dwe pwodui zannimo. Pran omwen senk pòsyon fwi ak legim chak jou. Yon pòsyon

kapab 1/2 tas fwi oswa legim kuit, yon tas fwi oswa legim kri oswa yon mòso fwi fre gwochè yon boul bezbòl. Lè w jwenn ase nitrisyon, sa ede lite kont fatig, konstipasyon ak pèt pwa. Yon alimantasyon ekilibre se sa ki pi enpòtan.

Pwoteyin enpòtan pandan w ap fè tretman an paske se sa kò w pral bezwen pou rekonstwi selil an sante yo e li kapab ede w kenbe fòs mis ou. Ou dwe pran pwoteyin nan chak repa. Gen anpil moun ki pran bwason/milchek pwoteyin tou pou ede yo reponn demann pwoteyin yo a. Li kapab bay kalori anplis tou. Eseye pa bwè yo nan lè repa, pran yo ant repa yo pito.

Men kèk pwoteyin a baz plant:

Nwa, bè nwa, grenn, legiminèz ak soja.

Men kèk pwoteyin a baz zannimo:

Vyann bèf, vyann kochon, poulè, ze, lèt, fwonmaj, pwason oswa lòt fwidmè ak yogout.

Li enpòtan pou w manje tout vyann yo byen kuit. Pa manje anyen ki kri oswa ki pa lave pandan w ap fè tretman an.

Sekirite alimantè enpòtan anpil pandan w ap fè tretman an.

- Fè atansyon pou w pa fè kontaminasyon kwaze ant vyann kri w yo ak fwi ak legim fre w yo pandan w ap achte yo oswa mete yo nan plas yo.
- Lave tout fwi ak legim yo anvan ou manje yo.
- Kenbe kontwa kizin ou pwòp. Siye yo avèk sèvyèt mouye anti-bakteri oswa avèk dlo klowòks regilyèman epi sitou lè te gen vyann kri sou kontwa a.
- Pa manje/bwè anyen ki pa pasterize.
- Li enpòtan pou w lave men w anvan w prepare manje ak anvan w manje, lè w sòti nan twalèt ak lè w fin manyen bèt.
- Pa remete manje kuit sou yon asyèt ki te gen vyann kri san ou pa lave li anvan.
- Byen vlope ak mete nan frijidè rès manje yo, kou repa a fini.

Li enpòtan anpil pou w rete idrate tou. Nou rekòmande omwen detwa lit likid pa jou. Ou dwe kòmanse ak sa jou anvan premye tretman w lan epi kontinye jiskaske tretman an fini nèt. Sonje, ankenn bwason ki gen kafeyin pa dwe konte nan kantite likid total la.

Si w ta renmen plis enfòmasyon sou nitrisyon pandan tretman an, oswa si w gen pwoblèm manje/pèdi pwa, tanpri pale avèk ekip swen sante w la. Nou kapab mete w an kontak avèk nitrisyonis nou yo.

Nòt sou nitrisyon mwen:

Jou Tretman an

Nou sèvi ak anpil diferan tretman pou trete kansè. Medikaman sa yo kapab sèvi poukont yo, oswa ansanm nan tretman konbine. Doktè w, ansanm ak rès ekip ou a, pral sèvi avèk rekòmandasyon pou decide ki plan tretman ki pi bon pou ou. Gen anpil faktè ki antre nan desizyon an, tankou dyagnostik la ak sante jeneral ou, paregzanp.

Gen pasyan k ap pase mwens pase inèdtan nan sal tretman an epi gen lòt k ap pase tout jounen an. N ap toujou verifye rezilta tèssan w yo anvan nou kòmanse, pou sèten rezilta laboratwa w yo bon anvan nou ba ou kèlkeswa tretman an.

Sonje: Si WBC oswa plaksan ou yo twò ba, nou p ap kapab ba w tretman jou sa a.

Tanpri mete rad cho sou ou oswa pote yon vès pou si w ta frèt. Sa rive souvan pou pasyan yo santi yo pi frèt lè nou kòmanse likid nan venn

pou tretman an. Si n ap sèvi avèk yon ouvèti pou tretman w lan, tanpri mete yon chemiz ak bouton oswa yon mayo ki gen kou laj pou nou ka ale nan ouvèti w lan. Si n ap mete yon entravenèz nan bra w, ou dwe mete manch kout oswa ou kapab pouse manch la monte anlè koud ou.

Lè w vini pou tretman, n ap pran siy lavi w (tansyon, tanperati, vitès batman kè ak pwa). Lè nou konnen rezilta tèssan w yo ak siy lavi w yo bon, n ap fè tretman an jan nou te planifye li an.

Souvan y ap ba ou medikaman pou soutni w pandan w ap fè terapi an. Y ap ba w medikaman sa yo anvan ou resevwa tretman toutbon an e se bagay tankou Tylenol®, medikaman kont alèji (Benadryl®), medikaman kont kè plen ak estewoyid. Objektif medikaman sa yo se ede mete w alèz pandan tretman an epi redui chans reyaksyon.

Chak fwa n ap ba w yon nouvo medikaman, n ap mande w non ou ak dat ou te fèt. Se pou pwoteje w epi verifye w ap resevwa sa ki planifye pou ou a egzakteman.

Lè yo fin ba w medikaman sa yo nan sewòm, ap gen yon peryòd obsèvasyon pou pèmèt yo mache epi pote byenfè maksimòm yo. Apre sa tretman an ap kòmanse. Ou pa ta dwe santi anyen diferan pandan y ap ba w sewòm tretman an. Si w gen nenpòt chanjman nan jan w santi w pandan y ap ba w sewòm nan, tanpri alète enfimyè w lan touswit. Se ta ka nenpòt ki bagay, keseswa lagratèl, souf kout, doulè nan pwatrin, doulè nan senti, frison, transpirasyon oswa pikotman nan bouch ou oswa nan pobouch ou. Plis ou fè enfimyè a konn sa bonè, plis l ap kapab reyaji pou soulaje sentòm ou yo bonè.

Ou te mèt leve epi fè ti deplase pandan tretman w lan. Pa ezite al nan twalèt oswa replen dlo w si sa nesèsè. Si w bezwen asistans, enfimiyè w la ap twò kontan ede w; annik mande.

Bagay mwen vle/bezwen pote jou tretman mwen yo:

Aprè tretman an

W ap elimine medikaman tretman an nan likid kò w. Sa vle di gendwa gen yon ti kantite medikaman nan pipi w, matyè fekal ou, krache w, vomi w, semans ou ak fliyid vajen w. Li enpòtan pou lòt moun nan kay la pa pran kontak avèk fliyid sa yo.

Gen kèk rekòmasyon debaz pou w suiv lè w rive lakay ou, lè w fin resevwa tretman. Li enpòtan pou w okipe pwòp rad/dra/sèvyèt ou depi sa posib. Si se yon lòt moun k ap okipe bagay sa yo, fò li mete gan epi lave men li touswit apre. Si yon moun manyen fliyid kòporèl yo san fè ekspres, li dwe lave men li touswit.

Si gen rad/dra/sèvyèt sal:

- Ou dwe rasanble tout bagay ki sal yo epi lave yo touswit. Lave yo separeman de tout lòt rad/dra/sèvyèt yo nan dlo cho avèk detèjan pou lesiv nòmal ou.
- Si w pa ka lave bagay sal yo touswit, mete yo nan yon sache plastik epi sele yo jiskaske w kapab lave yo.
- Li w fin netwaye rad oswa dra/sèvyèt sal yo, pa bliye lave men w.

Lè w al nan twalèt:

- Li enpòtan pou w flòch de (2) fwa lè w sòti nan twalèt pandan omwen premye 48 èdtan yo apre tretman w lan.
- Si sa posib, sèvi avèk yon twalèt separe de tout lòt moun nan kay la. Si sa pa posib, siye syèj twalèt la chak fwa w fin sèvi avèk li avèk yon sèvyèt mouye dezenfektan.
- Lave men w lè w fini avèk twalèt la epi pa manyen ankenn sifas toutotan ou poko lave men w.
- Si w ap sèvi avèk yon chèz pèse oswa avèk yon vaz, mete gan lè w ap vide ak netwaye li.

Zanmi ak fanmi w kapab vin wè w si w sou sa. Moun k ap pase tan avè w yo pa dwe malad. Si ou gen moun ki vin wè w lakay ou, siye sifas yo manyen souvan yo (manch pòt, bouton limiyè, wobinè, elatriye) lè tout moun fin ale. Li enpòtan pou w mete mask lè w an piblik pou pwoteje tèt ou kont mikwòb lòt moun. Eseye al fè komisyon lè gen mwens moun oswa fè yon lòt moun al fè komisyon yo pou ou.

Si w gen lentansyon fè sèks pandan w ap resevwa tretman an:

- Sèvi avèk kontraseptif baryè pandan premye 72 èdtan yo apre tretman an. Sa enpòtan pou ni gason ni fi.
- Pa vin ansent pandan tretman an ni kite ankenn moun ki ansent pran kontak avèk ankenn fliyid kòporèl. Kenbe timoun yo lwen fliyid kòporèl yo tou.

Si w ap pran yon konprime anti-kansè pa bouch, ou dwe pran menm prekosyon sa yo pandan tout tan w ap fè tretman an. Pa kite pèsoun manyen konprime w yo apa oumenm. Si w dwe gen yon moun k ap ede w pran medikaman w yo, li dwe mete gan lè l ap manyen medikaman yo. Pa flòch konprime ou pa pran yo nan twalèt ni jete yo nan fatra.

Sivivans

Sivivans la kòmanse nan moman dyagnostik la. Konsantrasyon an se sou sante ak lavi pasyan k ap fè tretman an epi lè tretman an fini jiska nan finisman lavi li. Sivivans la gen ladan l kesyon ki gen pou wè avèk kapasite pasyan an pou li resevwa swen sante ak tretman suivi pou sante fizik ak seksyèl, pwoblèm sikososyal oswa finansye. Li okipe tou efè tretman an ki parèt pi ta, kansè segondè yo ak kalite lavi an.

Doktè nou yo kontinye wè pasyan yo lè tretman aktif la fini. Tanpri fè nou konnen kijan nou kapab ede w kenbe pi bon kalite lavi ki posib pou ou pandan pakou sivivans ou a.

CareSpace

Ou kapab ale sou dosye medikal ou pandan w chita lakay ou si w gen entènèt.

Ale sou FLCancer.com

Klike sou "CareSpace" nan kwen anwo adwat la. Premye fwa w ap konekte, w ap bezwen enstriksyon pèsònèl kabinè medikal la te voye pou ou yo pa imèl. Suiv enstriksyon yo pou enskri. Apati de la, ou kapab jwenn rezilta laboratwa w yo, gade rapò patoloji ak radyoloji yo epi mete lis medikaman w lan ajou. Ou kapab voye mesaj pou doktè w lan tou apati de la. Si gen yon bagay ou pa ka wè, se abityèlman poutèt doktè a poko siyen li.

Resous pou Pasyan

Lè w ap chèche enfòmasyon sou entènèt, fè atansyon avèk rechèch ou yo. Verifye sit w ap gade a ajou, gen bon repitasyon epi p ap eseye fè ou achte anyen. Ou dwe fè atansyon tou avèk tout bagay ki deklare y ap "geri" kansè. Men kèk sit ou ka fè konfyans kote e kapab ale pou jwenn enfòmasyon sou dyagnostik ak tretman ou epi pou jere efè segondè yo:

American Cancer Society

Enfòmasyon jeneral sou kansè, epitou resous pou enfòmasyon sou dyagnostik, transpò ak sipò pou moun k ap okipe w lan/fanmi ou
Sèvis pou Kliyan: (800) 277-2345
cancer.org

National Comprehensive Cancer Network

Rekòmasyon pou tretman dapre kalite kansè a
nccn.org/patients/guidelines/cancers.aspx

National Cancer Institute

Enfòmasyon sou kansè depi nan dyagnostik rive nan rechèch
cancer.gov

Cancer.Net

Se American Association of Clinical Oncology ki patwone li – li bay enfòmasyon ki gen apwobasyon doktè sou dyagnostik, tretman, eksperimantasyon klinik ak jesyon sentòm
cancer.net

Chemocare.com

Chèche medikaman kimoterapi w yo epi aprann kijan pou w jere efè segondè yo
chemocare.com

Iminoterapi oswa Terapi Sible

Sistèm iminitè kò nou se yon sistèm konplèks ki fèt pou chèche selil etranje pou detwi yo. Se sa ki rive lè nou pran refwadisman oswa lagrip. Men kò a gendwa pa rekonèt selil kansè yo kòm etranje poutèt selil kansè yo pi souvan devlope apati de selil an sante nou yo ki sibi mitasyon. Selil ki sibi mitasyon yo gendwa pa diferan ase pou sistèm iminitè a rekonèt li ta dwe detwi selil sa yo.

Iminoterapi, yo rele li pafwa terapi sible tou, se de kalite medikaman ki kapab sèvi pou bay sistèm iminitè a bourad pou ede li pi byen lite kont kansè. Souvan, kalite terapi sa a kapab sible pou sistèm iminitè a ka atake selil kansè presi epi pa okipe selil an sante nòmal kò a. Sa jeneralman vle di mwens efè segondè pase

kimoterapi tradisyonèl la.

Pandan dènye dizèn ane yo, gen anpil rechèch ki fèt pou ede jwenn fason ki bay plis rezilta pou trete kansè. Gras a rechèch sa yo, yo dekouvri "nouvo" tretman sa yo.

Menmsi nou pa gen iminoterapi pou trete tout kalite kansè, gen pwogrè k ap fèt chak jou nan dekouvèt nouvo tretman. Iminoterapi p ap bay rezilta pou tout pasyan poutèt chak pasyan gen yon kansè san parèy e sa ki mache pou yon pasyan gendwa pa mache pou yon lòt.

Men kèk kalite iminoterapi:

- Antikò monoklonal – se pwoteyin ki fèt nan laboratwa e ki aji tankou antikò moun, nan sistèm iminitè a. Yo kapab sèvi pou sibler yon pati presi nan selil kansè a.
- Inibitè pwen kontwòl iminitè – kalite medikaman sa yo anpeche pwoteyin pwen kontwòl yo ki sou sifas selil kansè yo tache avèk pwoteyin ki mache avèk yo. Sa anpeche yo voye siyal "etenn" nan, sa ki pèmèt sistèm iminitè a atake ak touye selil kansè yo.
- Terapi CAR-T – kalite terapi sa a sèvi avèk selil T pasyan an menm, ki sòti nan san an epi ki modifiye espesyalman pou lite kont kansè. Lè yo rebay pasyan an selil sa yo, yo kapab tache sou yon antijèn presi sou selil timè pasyan an epi touye yo.
- Sitokin – se ti pwoteyin ki ede pote mesaj ant selil yo nan sistèm iminitè a. Yo voye siyal ki kapab ede fè selil anòmal yo mouri epi selil nòmal yo viv pi lontan tou.
- Viris onkolitik – se yon kalite viris ki enfekte epi dekonpoze selil kansè yo men ki pa manyen selil nòmal yo. Yo kapab parèt natirèlman oswa fèt nan laboratwa.
- Vaksen kont kansè – Yo sèvi pou eksite reyaksyon sistèm iminitè a; pou fè sa yo fè viris la antre pou devlope iminite oswa pou lite kont yon kalite kansè presi. Yo kapab bay yo kòm prevansyon, sa ki vle di pou anpeche

kansè a menm kòmanse, oswa kòm tretman, kote yo bay yo lè yo deja konnen gen kansè.

Iminoterapi an kapab sèvi poukont li oswa ansanm avèk lòt kimoterapi pou elabore tretman ki bay plis rezilta a pou chak pasyan. Yo bay yo nan venn oswa nan yon ouvèti, menm jan ak kimoterapi tradisyonèl la.

***Tanpri note, efè segondè iminoterapi an pa menm ak sa kimoterapi an. Kèlkeswa kote kansè w la te kòmanse, efè segondè iminoterapi an kapab gen konsekans sou tout kò w. Efè segondè yo gendwa parèt yon ti moman apre kòmansman tretman an, nan de (2) premye mwa yo oswa menm lè ou fini tretman an. Yo kapab trete anpil nan efè segondè iminitè sa yo. Doktè w lan gendwa preskri estewoyid oswa lòt medikaman pou ede jere tout pwoblèm yo. Gen efè segondè ra, men grav ki kapab mennen lanmò, sitou si yo pa trete yo, donk li enpòtan pou w toujou fè doktè w konn sa touswit si w gen nenpòt sentòm. Lè w kòmanse iminoterapi an, w ap gen pou di tout doktè k ap trete w tou pou kèlkeswa pwoblèm sante a, ou te fè iminoterapi, menm lè w fini ak tretman an.*

Efè Segondè Iminoterapi an Bay Espesyalman

Po – iritasyon, wouj, lagratèl, chanjman nan po, doulè, anfleman, po sèch, po k ap dekalè, zanpoud oswa plè

Sa pou w fè pou jere efè segondè nan po a:

- Evite grate oswa sèvi avèk savon ak dlo cho sou po a.
- Mete yon twal fre oswa pase yon krèm idratan rafrechisan.
- Kontakte doktè w touswit si ou gen anflamasyon grav, anfleman, gwo lagratèl oswa yon iritasyon ki kouvri yon gran sifas oswa k ap vin pi mal rapidman.

Vant – kè plen, vomisman, pèt apeti, kranp oswa doulè nan vant, lafyè, fatig, dyare, konstipasyon, ale nan twalèt pi souvan, oswa san oswa glè nan matyè fekal la

Sa pou w fè pou jere efè segondè nan vant:

- Bwè anpil dlo pou evite dezidratasyon epi evite manje rich, pike.
- Rele doktè w si w ale nan twalèt plis oswa si gen chanjman nan jan w al nan twalèt, sitou si matyè fekal ou mou oswa dlololo, oswa si w gen sentòm ki jennen aktivite toulejou w yo.
- Kontakte doktè w touswit si w gen gwo malvant, sitou ansanm avèk lafyè.

Poumon – Tous, souf kout oswa doulè nan pwatrin

Sa pou w fè pou jere efè segondè respiratwa:

- Kontinye pran medikaman yo te preskri w yo kont opresyon oswa alèji pandan tretman w lan.
- Rele doktè w si w kòmanse touse oswa si tous ou a vin pi mal.
- Rele doktè w touswit si w gen doulè nan pwatrin oswa si w vin gen pwoblèm respire, sitou si se sibitman.

Fwa – lafyè, frison, doulè nan mis oswa nan jwenti, maltèt, anvi dòmi, fatig, lasyè, kè plen, vomisman, malvant (sitou anwo bò dwat la), pèt apeti, mak san kaye oswa senyman pi fasil, po oswa je jòn, matyè fekal pal oswa pipi fonce, oswa konfizyon

Sa pou w fè pou jere efè segondè nan fwa a:

- Bwè anpil dlo pou evite dezidratasyon epi manje byen ekilibre.
- Pa ni bwè alkòl ni pran plis medikaman sou òdonans kont doulè pase sa yo rekòmande a.
- Rele doktè w touswit si w gen lafyè, anvi dòmi, oswa konfizyon, si po w vin jòn, oswa si w gen gwo doulè oswa anfleman nan vant ou.

Andokrin – fatig, maltèt, kè plen, vomisman, malvant, konstipasyon, pran oswa pèdi pwa, tèt vire, konfizyon, anvi dòmi, endispozisyon,

chanjman nan vizyon oswa pèt fonksyon seksyèl

Sa pou w fè pou jere efè segondè òmonal yo:

- Ou dwe gen yon alimantasyon ki bon pou lasante epi fè egzèsis regilyèman.
- Kontinye pran tout medikaman pou tiwoyid yo preskri ou.
- Rele doktè w touswit si w gen maltèt avèk tèt vire, konfizyon, anvi dòmi oswa anvi endispoze, chanjman nan vizyon w, lafyè, kè plen oswa vomisman.

Byosimilè

Byosimilè yo se yon gwoup medikaman ki san danje e ki bay rezilta pou trete anpil maladi, tankou maladi po ak trip kwonik (tankou maladi po ak tach wouj, maladi fonksyonèl gwo trip, maladi Crohn ak anflamasyon nan gwo trip), atrit, pwoblèm ren ak kansè.

Byosimilè yo se medikaman FDA apwouve ki tèlman sanble avèk byolojik orijinal yo, yo pa ka diferansye chimikman.

Medikaman byolojik yo abityèlman fèt avèk sous natirèl, gras a syans avanse.

Yo sipoze gen menm avantaj ak danje – Konpare avèk byolojik orijinal yo, byosimilè yo:

- fèt avèk menm kalite sous natirèl yo
- yo bay yo sou menm fòm nan
- tretman avèk yo bay menm avantaj yo
- gen menm efè segondè posib yo
- gen menm fòs ak dòz

Aksè – Byosimilè yo gendwa pèmèt pasyan yo jwenn tretman enpòtan pi fasilman:

- plis opsyon
- plis konpetisyon nan mache swen sante a
- pri pi ba

San danje epi bay rezilta – Pou verifye byosimilè yo san danje e bay menm rezilta ak byolojik orijinal la, FDA:

- apwouve byosimilè yo lè li fin byen gade done yo, etid yo ak tèst yo
- kontinye siveye absans danje a ak rezilta yo

- fè verifikasyon kalite pandan pwodiksyon medikaman yo
- gade rapò sou sekirite pou pasyan yo soumèt bay FDA yo

Kesyon Yo Poze Souvan

Kisa yo rele medikaman byolojik?

Medikaman byolojik (yo rele yo tou pwodui byolojik) kapab fèt avèk sik, pwoteyin, selil vivan, tisi oswa yon konbinezon yo. Yo fèt avèk sous natirèl ak vivan tankou zannimo ak plant, ak mikwo-òganis, tankou bakteri oswa chanpiyon.

Medikaman byolojik yo abityèlman pi konplèks pase lòt remèd. Yo souvan pi konplike pou pirifye, trete ak fabrike.

Kisa yo rele medikaman byosimilè?

Yon byosimilè se yon medikaman ki sanble anpil yon medikaman FDA deja apwouve – byolojik orijinal la (ki rele tou pwodui referans la). Pa gen diferans klinik ant byosimilè yo ak pwodui referans orijinal la. Sa vle di pandan tretman an ou kapab atann menm absans danje ak menm rezilta ou t ap genyen avèk pwodui referans la, avèk byosimilè a. Byosimilè yo fèt avèk menm kalite sous yo (paregzanp, selil vivan oswa mikwo-òganis) e yo san danje ak bay rezilta menm jan avèk pwodui referans orijinal yo.

Èske m ap fè ekonomi lè mwen sèvi avèk yon byosimilè?

Rediksyon pri se youn nan rezon ki fè Kongrè a te kreye pakou apwobasyon FDA a pou medikaman byosimilè yo. Men FDA pa règlemante si wi ou non konpayi asirans yo ap kouvri oswa ranbouse pri byosimilè yo. Si ou gen asirans, verifye avèk konpayi asirans ou a pou konnen sa ki fè pati plan w lan. Si w gen Medicare oswa Medicaid kòm asirans, Sant pou Sèvis Medicare ak Medicaid yo (Centers for Medicare & Medicaid Services,

CMS) ak founisè plan yo kapab jeneralman bay enfòmasyon sa yo.

Èske pa gen danje nan pran yon byosimilè si mwen te kòmanse tretman m nan avèk pwodui referans la toudabò?

An jeneral, ou kapab pran medikaman byosimilè yo, ke yo trete w avèk pwodui referans la toudabò ou non. Toujou mande pwofesyonèl medikal ou a ki opsyon tretman ki disponib ak ki risk ak avantaj posib ki genyen.

Kijan m ap fè konnen si m ap pran yon medikaman byosimilè pou tretman mwen an?

Pale avèk pwofesyonèl medikal ou sou medikaman yo preskri w yo oswa sa w ap pran yo. Souvan, yo bay medikaman byolojik yo, sa gen ladan l byosimilè, nan yon lopital oswa nan yon sant tretman. Pale avèk doktè oswa enfimyè k ap ba ou tretman an. Si ou gen yon òdonans, doktè oswa famasyen w lan kapab di w sa yo preskri w la ak sa y ap ba ou nan famasi an.

Ki diferans ki genyen ant byosimilè ak jenerik?

Byosimilè yo tankou jenerik yo yon sèten fason, poutèt yo konpare toude kalite medikaman yo ak yon pwodui referans (orijinal la) pou yo apwouve yo. Byosimilè ak jenerik yo, toude se vèsyon medikaman FDA te apwouve deja, e yo gendwa ofri opsyon tretman pi bon mache.

Yo apwouve byosimilè yo ak jenerik yo pase pa diferan pakou rakousi ki evite refè sèten eksperimentasyon klinik ki koute chè.

Ni byosimilè yo ni jenerik yo pase pa yon pwosesis egzamen estrik. Lè FDA fin apwouve yo, medikaman sa yo gen menm absans danje e bay menm rezilta avèk pwodui referans yo konpare yo avèk yo a; men gen diferans ant byosimilè ak remèd jenerik. Paregzanp, byosimilè yo jeneralman fèt avèk engredyan natirèl ak vivan, epi jenerik yo souvan fèt avèk engredyan chimik.

Okontrè pwodui chimik, ke yo kreye nan laboratwa e ke yo jeneralman kapab kopye, yon medikaman byolojik fèt avèk sous natirèl ak vivan e yo pa ka kopye li egzaktman. Kidonk, enfòmasyon ki nesèsè yo pou demontre yon byosimilè pwòch avèk yon pwodui byolojik kapab pi konsiderab pase sa ki jeneralman nesèsè pou yon jenerik.

Pale avèk doktè w pou jwenn plis enfòmasyon.

Definisyon ki gen pou wè avèk Byosimilè

Pwodui Referans: Yon pwodui referans se sèl pwodui byolojik, ki deja gen apwobasyon FDA, ki sèvi kòm konparezon avèk yon pwodui byosimilè yo pwopoze.

Pwodui Byosimilè: Yon byosimilè se yon pwodui byolojik ki sanble anpil avèk yon pwodui referans ki la deja ke FDA apwouve, e ki pa gen diferans klinik konsekan avè l.

Pwodui Entèchanjab: Yon pwodui entèchanjab se yon pwodui byosimilè ki respekte kondisyon anplis pou montre yon pwodui entèchanjab bay menm rezilta klinik yo avèk pwodui referans la kèlkeswa pasyan an.

Sous: [FDA.gov](https://www.fda.gov)

