



عوارض

شیمی درمانی در

قسمتهای مختلف

بدن

شیمی درمانی



ناظر علمی: دکتر هادی محمد
دوست فوق تخصص آنکولوژی

تهیه کننده: مرضیه ساعدی
کارشناس ارشد پرستاری مراقبت
های ویژه

سوپروایزر آموزش سلامت
با همکاری خانم راضیه خالق پناه
مسئول آموزش به بیمار بخش
شیمی درمانی

عوارض شیمی درمانی بر اعصاب:

- درد: ممکن است در همه جای بدن وجود داشته باشد یا مانند درد تیر کشنده و دردناک بیاید و برود.
- احساس سوزش و مور مور شدن (سوزن سوزن شدن) یا درد برق و شوک مانند
- از دست دادن حس: می تواند به صورت بی حسی یا توانایی کمتر در احساس فشار، لمس، گرما یا سرما باشد.
- مشکل در استفاده از انگشتان دست برای برداشتن و نگه داشتن اشیا مثل افتادن اشیا از دست .
- عدم تعادل، افتادن یا لغزش در هنگام راه رفتن
- حساسیت بیشتر به سرما و گرما، لمس یا فشار
- کاهش تون عضلانی و ضعف عضلات
- بیوست
- درد هنگام دفع ادرار
- تغییرات فشار خون

عوارض شیمی درمانی بر مو:

***نازک شدن مو** : برخی از داروها باعث ریزش مو بیماران نمی شود اما می تواند آنها را نازکتر و شکننده تر کند. بیماران شاید متوجه شوند که موهای آنها خشک و شکننده شده و به راحتی می شکنند. مراقبت از موها در دوران شیمی درمانی می تواند احتمال ریزش آن ها را کاهش دهد.

***ریزش مو**: برخی از داروهای شیمی درمانی باعث ریزش کامل

یا اکثر موهای بیماران حتی در زیر بغل و صورت شود که می تواند بسیار ناراحت کننده می باشد. ریزش مو معمولا در طی چند هفته بعد از شروع شیمی درمانی و یا بعضی اوقات چند روز شروع شود. موهای بیمار معمولا پس از گذشت چند ماه بعد شیمی درمانی دوباره رشد می کند و احتمالا بعد از ۳ تا ۶ ماه موها کاملا رشد می کند

عوارض شیمی درمانی بر روی خون : کاهش گلبولهای سفید خون شما را در معرض عفونت قرار می دهد.

*کاهش گلبولهای قرمزخون که شما را در معرض کم خونی و ضعف و خستگی قرار می دهد. برای جبران آنها باید مواد غذایی حاوی ویتامین D,E,A,C مانند مصرف چای سبز و عسل و میوه و حبوبات وزرده تخم مرغ، هویج ،سیرو مصرف فراوان آب و مایعات توصیه میگردد.

*کم شدن تعداد پلاکت های خون که باعث رقیق شدن خون و افزایش احتمال خونریزی می شود. برای جبران آن می بایست از غذاهایی حاوی فولات مانند لوبیا چشم بلبلی، جگرگاو، اسفناج و کلم البته به صورت کاملا پخته شده و انواع ماهی ها استفاده شود.

عوارض شیمی درمانی بر شنوایی :

برخی از داروهای شیمی درمانی می تواند بر شنوایی بیمار تاثیر بگذارند و باعث ایجاد وزوز گوش شوند و بیمار نتواند صداهای بلند را بشنود. به ندرت ممکن است احساس تعادل بیمار تحت تاثیر قرار گیرد. هرگونه کاهش شنوایی و تغییر در تعادل در طول دوران شیمی درمانی ممکن است دائمی باشد. اما وزوز گوش معمولا با پایان یافتن دوره درمان بهبود می یابد. پزشک می تواند تست های شنوایی قبل، حین و بعد درمان را توصیه کند.

عوارض شیمی درمانی بر دستگاه گوارش :

***تهوع و استفراغ:** برای کمتر شدن تهوع می توان تعداد وعده های غذایی را بیشتر و مقدار و حجم آن را کمتر کرد، بهتر است مایعات نیم ساعت قبل یا بعد غذا مصرف شود. از غذاها و مایعات خیلی سرد و یا خیلی داغ استفاده نشود. در صورتی که مشکل فشار خون ندارید می توان از زنجبیل همراه غذا استفاده کرد.

***خشکی دهان و تغییر مزه غذاها:** برای کمتر شدن خشکی دهان بهتر است هر چند دقیقه یکبار مایعات بنوشید خوردن آبنبات و آدامس می تواند کمک کننده باشد، لب های خود را همیشه مرطوب نگه دارید، غذاهای نرم و پوره شده میل کنید و همچنین برای طعم دادن به غذا بهتر است از چاشنی های خانگی مثل سس های شور و شیرین و آبلیمو و بعضی ادویه ها مثل ریحان و آویشن استفاده کرد.

***اسهال :** در صورت ابتلا به اسهال مایعات زیاد میل کنید. از غذاها و مایعات که حاوی سدیم و پتاسیم مثل عصاره گوشت کم چرب، موز، هلو، گلابی و سیب زمینی آبپز و نرم شده استفاده کنید.

***یبوست :** مقدار زیادی مایعات بنوشید این کار به نرم شدن مدفوع کمک می کند. حدود نیم ساعت قبل از اجابت مزاج یک نوشیدنی ولرم میل کنید، همچنین از روغن زیتون در رژیم غذایی خود استفاده کنید. میزان فعالیت خود را به تدریج افزایش داده و از بی حرکتی و خوابیدن بیش از حد خودداری کنید.

واحد آموزش سلامت بیمارستان امام علی(ع)

در صورت هر گونه سوال می توانید در ساعات اداری با شماره تلفن های زیر

تماس بگیرید: ۰۵۸۳۲۲۹۷۰۱۰-۱۲ ۰۹۱۵۴۴۱۵۴۴۶

جهت دریافت این فایل آموزشی به سایت بیمارستان امام علی(ع) به آدرس

زیر مراجعه کنید: WWW.NKUMS.ac.ir

نکات ایمنی پس از شیمی درمانی در منزل:

• پس از استفاده از سرویس بهداشتی سیفون را بطور کامل بکشید.
• هنگامی که لباس ها یا رختخواب که به مواد استفراغ یا هر مایع فرد مبتلا به شیمی درمانی را جابجا می کنید از دستکشهای مناسب یکبار مصرف استفاده نموده و سپس دستکش ها را دور بیندازید.

• داروهای شیمی درمانی نظیر قرص ها را برای مصرف نشکنید و دو تکه نکنید .

• در صورتی که داروهای شیمی درمانی روی پوست شما ریخت محل را با آب و صابون بشوید.

• در صورتیکه با هرگونه التهاب یا قرمزی در ناحیه مواجه شدید آن را با پزشک خود سریعا در میان بگذارید.

• داروهای خوراکی یا تزریقی شیمی درمانی را طبق دستور پزشک خود نگهداری و آن را از دسترس بچه ها دور نگه دارید.

• از حاملگی جلوگیری کنید.

• شیردهی در طی شیمی درمانی ممنوعیت دارد.

بعد از شیمی درمانی با دیدن علائم زیر به پزشک مراجعه شود:

• **علائم عفونت:** شامل تب بالای ۳۸درجه، تعریق، کم شدن حرکات روده، سرفه شدید یا گلو درد، قرمزی و تورم یا نازک شدن پوست اطراف زخم، جوش، درد سینوس ها یا فشار در آن، گوش درد، سردرد، گرفتگی گردن، تاول روی لب ها و پوست، زخم های دهانی، ضعف و بیحالی

• قرمزی، تورم و یا چرک کردن محل های تحت درمان

- اسهال طولانی و یا همراه با خونریزی، تهوع و استفراغ شدید
- ایجاد بثورات پوستی جدید یا شدت یافتن آن، زردی
- داشتن سردرد های شدید و طولانی مدت، درد در ناحیه شکم
- داشتن سرفه های که بهبود نمی یابد و یا بدتر می شود.
- سخت شدن تنفس هنگام استراحت یا هنگام انجام کارهای ساده
- سوزش در زمان ادرار کردن، خونریزی بدون دلیل
- داشتن نشانه های واکنش آلرژیک مانند تورم، خارش شدید یا خس خس سینه

روش های پیشگیری از عفونت :

- بهتر است در طول شیمی درمانی اعمال دندانپزشکی صورت نگیرد و قبل از شروع درمان این کار انجام شود.
- از حضور در اماکن پر ازدحام، تماس نزدیک و روبوسی و دست دادن به خصوص در ایام کرونا پرهیز شود .
- هر روز استحمام کنید و مرتب دست های خود را با آب و صابون بشوئید و بهداشت دهان و دندان خود را رعایت کنید .
- پرهیز از قرار دادن گل و گیاه تازه در اتاق
- اگر بطور اتفاقی ناحیه ای از بدن خود را بریدید زخم را تمیز و پوشیده نگه دارید و با پزشک و پرستار خود درباره داروها و آنتی بیوتیک های لازم مشورت کنید.
- پرهیز از نوشیدن آبی که بیش از ۱۵دقیقه در دمای اتاق مانده
- پرهیز از مصرف گوشت های کباب شده و نیم پز