

Solunsalpaajahoitoa saaneen potilaan kotihoito-ohje

Solunsalpaajahoitojen haittavaikutukset vaihtelevat annettavien lääkkeiden mukaan sekä yksilökohtaisesti. Tavallisesti sivuvaikutukset ovat voimakkaimmillaan 2-7 vrk hoidosta.

Veriarvot ja infektioriski

Solunsalpaajahoito vaikuttaa veriarvoihisi ja sinulla on suurentunut riski saada vakava infektio, jota elimistösi ei itse pysty hoitamaan. **Jos sinulle nousee kotona kuume 38,0° tai sen yli, hakeudu välittömästi Keski-Suomen Sairaala Novan päivystykseen.** Jos olet saanut potilaskortin, ota se mukaan ja esitä se päivystyksessä. Ota mukaan lääkelista, henkilökohtaiset lääkesuihkeet (esim. astmasuihke) ja insuliinikynät. Varaudu jäämään sairaalaan.

Pahoinvointi

Jos sinulle tulee pahoinvointia, ota sinulle määrättyä pahoinvointilääkettä (esim. Primperan, Granisetron, Ondansetron) ohjeen mukaan. Huolehdi riittävästä nesteiden (2-3 litraa) ja ravinnon saannista. Tiheät ateriat ja viileät, neutraalit ruuat ja juomat voivat helpottaa pahoinvointia. Jos et pysty juomaan ja syömään riittävästi, ota yhteys hoitoyksikköön.

Vatsantoiminta

Jos sinulle tulee ripulia useita kertoja vuorokaudessa, ota yhteys hoitoyksikköön. Jos sinulla on vatsanpehmikelääkkeitä käytössä ja ripuli alkaa, tauota pehmikelääkkeitä ja seuraa rauhoittuuko ripuli. Muista juoda runsaasti nesteitä. Jos ripuliin liittyy lämmön nousua, hakeudu päivystykseen.

Solunsalpaajat, kipulääkkeet ja pahoinvoinnineläkkeet voivat aiheuttaa sinulle ummetusta. Hoitojen aikana vatsan säännöllinen toiminta on tärkeää. Ota tarvittaessa vatsanpehmikelääkettä riittävästi. Pehmikkeitä saa apteekista ilman reseptiä (esim. Pegorion, Lactulos ja Laxoberon). Ummetusta helpottaa myös liikunta, riittävä juominen ja kuitupitoinen ruoka (mm. vihannekset, hedelmät, erityisesti luumut ja täysjyvätuotteet).

Iho ja limakalvo-oireet

Huolehdi suun, ihon ja limakalvojen huolellisesta, mutta hellävaraisesta hoidosta. Ihoa ja limakalvoja voi hoitaa perusvoiteilla ja -öljyillä. Apteekista on saatavissa suun kostutukseen ja hoitoon käytettäviä valmisteita. Jos suu kipeytyy niin, että et pysty juomaan/syömään riittävästi, ota yhteys hoitoyksikköön. Alapään limakalvot voivat olla tavallista kuivemmat hoitojen aikana, johon apteekista saatavissa esim. Repadina, Ceridal valmisteita.

Seksuaalisuus

Solunsalpaajahoidot voivat aiheuttaa häiriöitä hormonitoiminnassa ja muutoksia seksuaalielämään. Kuukautiset voivat harventua ja jäädä pois sekä ilmaantua vaihdevuosisoireita (hikoilu, unettomuus ja limakalvojen kuivuus). Haluttomuus, limakalvojen ärtyminen ja erektiohäiriöt ovat mahdollisia. Keskustele asiasta avoimesti kumppanisi kanssa.

Huolehdi ehkäisystä syöpälääkehoitojen aikana ja hoitojen päätyttyä lääkärin antaman ohjeen mukaan. Kondomin käyttöä suositellaan solunsalpaajahoitopäivänä ja n. viikko sen jälkeen infektioriskin ja eritteiltä suojautumisen vuoksi. Yhdyntöjen aikana voit hyötyä apteekista saatavista liukastusvoiteista.

Eritteiden käsittely

Solunsalpaajat erittyvät virtsaan, ulosteeseen, hikeen, sylkeen, oksennukseen ja siemennesteeseen enintään 7 vuorokautta hoidon jälkeen. Suoraa ihokontaktia eritteisiin on hyvä välttää. WC käynnin jälkeen huuhtelee wc kahdesti pytynkansi kiinni.

Hoitojen välillä

- Voinnin mukaan voit viettää mahdollisimman normaalia elämää. Vältä kuitenkin suuria yleisötilaisuuksia ja kontakteja tarttuvaa tautia sairastaviin ihmisiin. Muista huolehtia hyvästä käsihygieniasta.
- Solunsalpaajahoitojen tavallinen sivuvaikutus on väsymys ja uupumus. Parhaimpia keinoja helpottaa väsymystä on liikunta. Vaikka rasituksen sieto hoitojen jälkeen on usein alentunut, on suositeltavaa, että pyrit ulkoilemaan ja/tai harrastamaan liikuntaa päivittäin jaksamisesi mukaan.
- Alkoholin ja luontaistuotteiden käyttöä tulee välttää. D-vitamiini ja apteekin monivitamiinivalmiste on sallittu, jos on tarpeen.
- Lopeta tupakointi, jos se vain on mahdollista. Tupakointi heikentää solunsalpaajahoidon tehoa ja hidastaa toipumistasi.
- Keskustelu läheisten ja/tai ammattilaisen kanssa sekä vertaistuki usein edistää jaksamistasi.

Yhteydenotto hoitoyksikköön

Ottakaa yhteyttä, jos teillä on hoidosta aiheutuneita hankalia sivuvaikutuksia tai muita sairauteen liittyviä oireita

- lämpöily 37,5 astetta tai yli (38,0 astetta tai yli aina päivystykseen)
- yleiskunnon laskua
- voimakasta väsymystä
- voimakasta ripulointia
- verenvuotoa
- hankalia iho-oireita
- kipuja, rintakipua
- hengenahdistusta
- tai jokin muu hankala oire

Olkaa yhteydessä hoitoyksikköön, jos olette joutuneet osastohoitoon tai saatte antibioottihoitoa, joka on määrätty muualta kuin Sairaala Novan Syövänhoidon tai Hematologian yksiköstä. Olkaa yhteydessä myös, jos teille on tulossa hammastoimenpiteitä.

Kiireellistä hoitoa tarvittaessa hakeudu suoraan Sairaala Novan päivystykseen

- Hoitokeskus p. 014 269 1034 (ma-pe klo 8-14).
- Syöpätautien ja verisairauksien sairaansijat p.014 269 3716 (24/7)
- Hematologian poliklinikka p. 014 269 2950 (ma-pe klo 9-14)