



COMO GERIR OS PRINCIPAIS EFEITOS ADVERSOS NA SUA TERAPIA ONCOLÓGICA



Associação de
Enfermagem
Oncológica
Portuguesa

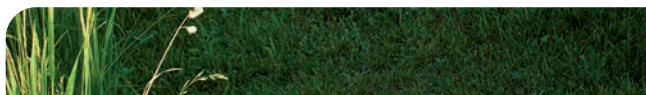


**Boehringer
Ingelheim**



Introdução

Foi-lhe prescrita uma terapêutica oral, da classe dos inibidores da tirosina cinase, para o cancro do pulmão. Nesta brochura encontrará informação útil que o/a pode ajudar a lidar com alguns dos possíveis efeitos adversos do seu medicamento.

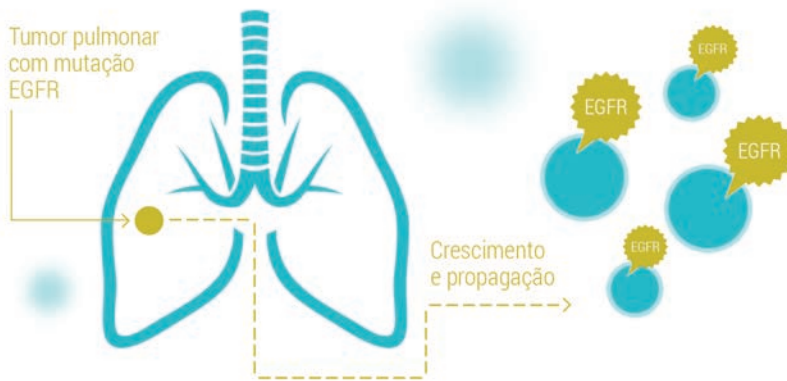




1. Como funciona o seu medicamento?



Durante o diagnóstico o seu médico assistente e o seu patologista identificaram uma muta o no gene EGFR. O EGFR   uma molécula que existe   superfície das células pulmonares.¹



Devido à mutação, a molécula EGFR não funciona corretamente. Envia sinais às células tumorais para se multiplicarem descontroladamente podendo propagar-se por todo o corpo.¹



O seu medicamento liga-se às moléculas EGFR com mutação de tal forma que bloqueia o crescimento das células tumorais.^{2,3} Neste contexto, os ensaios clínicos com medicamentos desta classe mostraram que o crescimento das células tumorais pode ser abrandado.^{5,6,7}





2. Alguns dos efeitos adversos possíveis do seu medicamento.

Diarreia

Reações na pele

Mucosite

Problemas nas unhas

Todos os medicamentos podem ter efeitos secundários. Alguns dos efeitos adversos que podem aparecer com maior frequência são: diarreia, reações na pele, mucosite (aftas) e problemas nas unhas.^{2,4}



3. Informação importante que pode ajudá-lo a gerir melhor os efeitos adversos do seu medicamento.

Diarreia



Esteja alerta:

4 ou mais dejeções
por dia, a mais do que
o seu número habitual.

Um dos efeitos adversos que pode surgir é a diarreia, o que significa um maior número de dejeções por dia geralmente com fezes soltas e líquidas. Se tiver diarreia, o seu médico assistente pode recomendar uma medicação antidiarreica. No início do tratamento, levará consigo a prescrição da medicação antidiarreica. Deve iniciá-la em caso de diarreia, bem como ajustar a sua dieta. Tenha a sua medicação antidiarreica sempre consigo e siga as instruções dadas pelo seu médico ou enfermeiro assistente.



Recomendações para prevenir e controlar a diarreia:



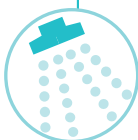
Beba muitos líquidos.

- Beba muita água e/ou outros líquidos claros (pelo menos 2-3 litros por dia) para prevenir a desidratação.



Faça uma alimentação simples e cuidada.

- Alguns alimentos agravam a diarreia. Tente comer alimentos simples, como arroz, massa, bananas, pão branco, peixe branco, frango e peru (sem a pele).
- Evite a cafeína, álcool, laticínios, gorduras, fibras, sumo de laranja, sumo de ameixa e alimentos picantes.
- Coma refeições leves e frequentes.



Mantenha uma higiene cuidada.

- A diarreia contém bactérias nocivas, que podem causar lesões dolorosas na pele.
- Após cada dejeção, lavar a área retal com água morna para eliminar estas bactérias.

Se tiver diarreia, não pare de tomar o seu medicamento para o cancro do pulmão. Em caso de dúvida, contacte o seu médico ou enfermeiro assistente.



Reações na pele



Esteja alerta:

Uma erupção na pele
ou manchas/borbulhas
em qualquer local do corpo.

Esteja atento à pele seca com erupções, comichão e acne (manchas e/ou borbulhas). Há vários tratamentos que o seu médico assistente pode recomendar, incluindo cremes para aplicar nas áreas afetadas.

Recomendações para prevenir e controlar as reações na pele:



Proteja-se do sol.

- Evite a exposição intensa à luz solar, sobretudo a luz solar direta entre as 10h00 e as 16h00, e não frequente solários.
- Quando estiver fora de casa, utilize um protetor solar que tenha um fator de proteção superior a 30 e proteção UVA/UVB, aplicando generosamente a cada 2 horas ou com maior frequência se transpirar ou se nadar.
- Proteja a cabeça usando um chapéu e óculos de sol.



Seja cuidadoso com a pele.

- Faça a barba de preferência com máquina.
- Utilize sabões muito suaves e champôs e espumas de banho neutros.
- Tome duche com água morna e evite os duches longos e quentes.
- Seque-se com pequenos toques suaves com uma toalha limpa e macia (não se esfregue com uma toalha áspera).
- Use roupas largas de algodão ou outros tecidos macios.
- Lave os lençóis, a roupa e a roupa interior com detergentes suaves.
- Evite aquecer demasiado o espaço em que habita, uma vez que o ar seco pode secar a pele.
- Para aliviar a comichão, coloque uma toalha húmida fresca ou um pouco de gelo sobre a área que faz comichão, em vez de coçar.



Hidrate regularmente a pele.

- Utilize cremes hidratantes hipoalergénicos sem perfume ou conservantes, todos os dias.
- Aplique um hidratante depois de tomar duche ou banho.
- Não utilize cremes gordurosos, por ex., à base de parafina, petróleo ou óleos minerais.

Se tiver reações na pele, não pare de tomar o seu medicamento para o cancro do pulmão. Em caso de dúvida, contacte o seu médico ou enfermeiro assistente.





Mucosite



Esteja alerta:

Gengivas vermelhas,
inflamadas ou a sangrar
e úlceras na língua, nos lábios,
na boca ou debaixo da língua.

Há vários tratamentos para este tipo de reação na boca que o seu médico assistente pode recomendar, incluindo elixires orais para bochechar e gel calmante.



Recomendações para prevenir e controlar a mucosite:



Mantenha uma boa higiene oral após as refeições.

- Lave os dentes e as gengivas cuidadosamente, com uma escova macia.
- Evite elixires orais com álcool.



Tenha alguns cuidados alimentares.

- Prefira ingerir os alimentos frios ou à temperatura ambiente; os alimentos quentes e mornos podem irritar uma boca sensível.
- Prefira ingerir alimentos tenros, húmidos e que acalmem a boca, como por exemplo puré de batata, fruta tenra ou alimentos cozinhados em puré.
- Evite:
 - sumos e alimentos ácidos ou irritantes, como por exemplo à base de tomate ou de citrinos;
 - alimentos picantes ou salgados;
 - alimentos duros ou ásperos, como, por exemplo, vegetais crus, cereais de pequeno-almoço ou tostas.
- Beba muita água e utilize palhinha para beber os líquidos, se necessário.



Atenuar a sensação dolorosa dos lábios e boca.

- Utilize batom do ciuro para os lábios secos.
- Acalme a inflamação com pedacinhos de gelo ou com gelados à base de água, conforme o necessário.

Se tiver mucosite, não pare de tomar o seu medicamento para o cancro do pulmão. Em caso de dúvida, contacte o seu médico ou enfermeiro assistente.



Problemas nas unhas



Esteja alerta:

Pele vermelha
e inchada à volta das unhas
das mãos ou dos pés.

O seu medicamento pode ter como efeito secundário inflamação e/ou infeção nas unhas (paroníquia). Existem vários tratamentos que o seu médico assistente pode recomendar, incluindo cremes que se podem aplicar nas áreas afetadas e antibióticos.





Recomendações para prevenir e controlar os problemas nas unhas:

Cuide das suas unhas.



- Não empurre as cutículas, uma vez que isso pode aumentar o risco de infeção.
- Evite roer as unhas, fazer manicures/pedicures demasiado agressivas e traumatismos nas unhas.
- Mantenha as unhas curtas.

Evite irritações.



- Evite o contacto com substâncias irritantes (por ex., detergentes).
- Se tiver de usar luvas sintéticas, deve utilizar luvas de algodão por baixo.
- Mantenha as mãos e os pés tão secos quanto possível.
- Use calçado confortável e meias de algodão.

Se tiver problemas nas unhas, não pare de tomar o seu medicamento para o cancro do pulmão. Em caso de dúvida, contacte o seu médico ou enfermeiro assistente.



Não pare de tomar o medicamento para o cancro do pulmão por sua iniciativa.



Não pare de tomar
o medicamento!
Contacte imediatamente
o seu médico
ou enfermeiro assistente.

Se tiver algum dos efeitos adversos referidos que estejam a interferir no seu quotidiano, não pare de tomar, nem mude nada na forma como está a tomar o seu medicamento. Em vez disso, contacte imediatamente o seu médico ou enfermeiro assistente. Eles irão dar-lhe os conselhos adequados sobre como pode lidar com estes efeitos secundários, oferecer-lhe cuidados de suporte ou, se necessário, alterar a dose ou suspender o medicamento.



Diário do doente

Contacto do seu enfermeiro assistente: _____

Sintoma	Data de início	Localização	Medidas adotadas
Diarreia			
Problemas das unhas			
Mucosite (aftas)			
Reações na pele			

