



Proven Safety & Efficacy

KIMONIL[®]

Proven Safety & Efficacy

KIMONIL[®]

فهرست مطالب

۵۲	درباره دفترچه
۵۴	درباره لوکمی
۵۶	علائم و نشانه های CML
۵۸	CML چقدر رایج است؟
۱۰	مراحل CML
۱۲	تشخیص CML
۱۴	درمان CML
۱۶	کیمونیل® چیست و چگونه عمل می کند؟
۱۸	آنچه قبل از مصرف کیمونیل® باید بدانید
۲۰	نحوه مصرف کیمونیل®
۲۳	نحوه نگهداری از کیمونیل®
۲۴	عوارض جانبی کیمونیل®
۳۰	مدیریت عوارض جانبی
۴۲	تغذیه در طول درمان
۴۴	فهرست وازگان تخصصی

درباره دفترچه

فهمیدن اینکه خود یا یکی از عزیزانتان به سرطان خون مبتلا شده اید می تواند شوکه کننده باشد. ممکن است احساس ترس، افسردگی و ناامیدی کنید، این واکنش ها بسیار طبیعی است اما لازم است بدانید که:

شما تنها نیستید و امروزه بسیاری از مردم دنیا توانسته اند با این بیماری مقابله کنند و زندگی رضایت بخشی داشته باشند.



You are **Not Alone**

About This Booklet

ممکن است سوالات بسیاری در مورد این بیماری و روش های درمانی آن برای شما پیش بیاید. ما سعی کرده ایم اطلاعات لازم در مورد بیماریتان و همچنین نحوه مصرف دارو و راهنمایی های مورد نیاز شما در طول درمان را در این دفترچه به صورت خلاصه شرح دهیم. با این حال همواره می توانید با بخش مراقبت از بیماران در شرکت نوآوران دارویی کیمیا تماس گرفته و سوالات احتمالی خود را از ما بپرسید.

- این دفترچه جایگزین مراجعه به پزشک و ارتباط با کادر درمان نمی باشد.
- در انتهای این دفترچه فهرست وازگان تخصصی برای اصطلاحات به کار برده شده وجود دارد، که می توانید به آن مراجعه کنید.

درباره لوکمی

لوکمی یک نوع سرطان خون است که از مغز استخوان شروع می شود. مغز استخوان بافت نرمی است که همه انواع سلول های خونی (گلبول های سفید و قرمز) را تولید می کند.

انواع مختلفی از لوکمی وجود دارد. نوعی که شما به آن مبتلا شده اید، CML یا لوکمی میلوئیدی مزمن نامیده می شود. این بیماری جدی است اما روش های درمانی متعددی وجود دارد که می تواند به بهبود شما کمک کند.

CML بر روی سلول های میلوئیدی اثر می گذارد. افراد مبتلا، سلول های گرانولوسیتی بسیار زیادی تولید می کنند به همین دلیل این بیماری، لوکمی گرانولوسیتی مزمن CGL نیز خوانده می شود.

Chronic
Myeloid
Leukemia

CML





About **Leukemia**

این گرانولوسیت‌ها غیرطبیعی هستند و به گلبول‌های سفید کامل تبدیل نمی‌شوند. میتوان این سلول‌ها را سلول‌های لوکمیک نیز نامید. سلول‌های لوکمیک می‌توانند در خون و مغز استخوان جمع شوند و بنابراین فضای کمتری را برای گلبول‌های سفید، گلبول‌های قرمز و پلاکت‌های سالم باقی بگذارند. در نتیجه بیمار ممکن است گرفتار عفونت و کم‌خونی شده و به سادگی دچار خونریزی شود.

تقریباً در همه موارد، سلول‌های CML دارای یک ناهنجاری قابل شناسایی هستند که به آن "کروموزوم فیلادلفیا" گفته می‌شود.

کروموزوم فیلادلفیا هنگامی تشکیل می‌شود که ژن ABL روی کروموزوم ۹ و ژن BCR روی کروموزوم ۲۲، جایگاهشان را با هم عوض کنند و طی این جابجایی، یک ژن غیرطبیعی به نام BCR-ABL را تشکیل می‌دهد. ژن BCR-ABL آنزیم جدیدی به نام تیروزین کیناز تولید می‌کند، این بدان معنی است که سیگنال‌های طبیعی بدن به مغز استخوان برای متوقف کردن تولید گلبول‌های سفید خون نادیده گرفته می‌شود و منجر به تولید تعداد زیادی گلبول سفید می‌شود. فقط در مورد از ۲۰ بیمار مبتلا به CML، ژن BCR-ABL وجود ندارد.

علائم و نشانه های CML

بسیاری از بیماران مبتلا به CML در زمان تشخیص علائمی ندارند. به طور معمول سرطان به دنبال مشاهده نتایج غیرطبیعی از آزمایش های روتین یا آزمایش هایی که برای موارد متفرقه انجام می شود تشخیص داده می شود. علائمی که ممکن است در ابتدا به بیماری مشاهده شود شامل موارد زیر است:

- عفونت هایی که بهبود نمی یابند
- تعریق شبانه
- کاهش وزن بدون دلیل
- احساس خستگی زیاد
- خونریزی و کبودی



Symptoms

Symptoms of CML

- احساس پر بودن شکم و نفخ و درد شکمی (طحال بزرگ شده)
- تب
- خونریزی از لثه ها
- بثورات پوستی قرمز رنگ (پورپورا)
- درد معده
- سرفه و مشکل در تنفس
- غدد متورم
- تغییر رنگ پوست



این علائم در مرحله مزمن تجربه می شوند و همانطور که ذکر شد بیماری بیشتر مواقع در مرحله مزمن تشخیص داده می شود. در مرحله تسریع شده بیمار علائم را با شدت بیشتری تجربه می کند و معمولاً از دردهای استخوانی شدید شکایت می کند. باید توجه داشته باشیم که در یک بیمار معمولاً همه علائم با هم اتفاق نمی افتند.

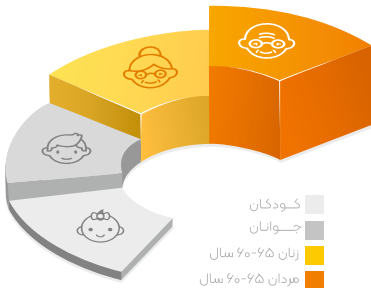
CML چقدر رایج است؟

از هر ۱۰۰ مورد سرطان خون، ۱۵ مورد از نوع CML است.

CML در هر سنی ممکن است ایجاد شود اما در کودکان بسیار نادر است و در جوانان نیز کمتر شایع است. میانگین سن تشخیص بین ۶۰ تا ۶۵ سال است. CML در مردان کمی شایع‌تر است.



CML Prevalence



مراحل CML

CML معمولاً دارای سه مرحله مزمن، تسریع شده و بلاست است:

■ مرحله مزمن (Chronic):

در بسیاری افراد بیماری در این مرحله تشخیص داده می‌شود، در این مرحله بدن مقدار زیادی گلبول سفید بالغ یا همان گرانولوسیت تولید می‌کند.

در مرحله مزمن معمولاً بیمار دچار علائمی مانند کاهش وزن، تعریق و تورم شکم ناشی از طحال بزرگ شده می‌شود. همچنین چون در این مرحله تعداد گلبول‌های قرمز شما کاهش می‌یابد ممکن است دچار کم‌خونی شوید.

■ مرحله تسریع شده (Accelerated):

در صورت عدم درمان، CML به مرحله شتاب می‌رود، در این مرحله تعداد سلول‌های لوکمیک افزایش می‌یابد. شدت علائم بیشتر شده و ممکن است خستگی مفرط و کاهش وزن بیشتر را تجربه کنید.



CML Stages

CML Stages

■ مرحله بلاست (Blast):

در مرحله بلاست، گلبول‌های سفید خون نابالغ غیر طبیعی (بلاست) سریع‌تر از میزان طبیعی تکثیر می‌شوند و عملکرد طبیعی مغز استخوان را مختل می‌کنند. به دنبال کاهش پلاکت‌ها در این مرحله، علائمی مانند کبودی خود به خودی بدن و خونریزی مشاهده می‌شود. به طور کلی شدت علائم در این مرحله بسیار بیشتر است و ممکن است تهدید کننده حیات باشد.



تشخیص CML

از آنجا که CML در بیشتر موارد بدون علامت است، سرطان اغلب در طول آزمایش خون تشخیص داده می‌شود. اگر آزمایش نشان دهنده احتمال ابتلا به سرطان باشد، بیوپسی (نمونه برداری) مغز استخوان انجام می‌شود.

هماتولوژیست شما در صورت صلاحدید ممکن است از اشعه ایکس و اسکن استفاده کند. پس از تشخیص CML، پزشک شما آزمایشات تکمیلی را برای متوجه شدن رفتار دقیق سرطان در بدن شما انجام می‌دهد.

به طور کلی آزمایش‌های تشخیصی شامل موارد ذیل هستند:



Diagnosis of CML

Diagnosis of CML

۱ شمارش کامل سلول‌های خونی (CBC):

CBC یک آزمایش خون ساده است که تعداد گلبول‌های قرمز، گلبول‌های سفید و پلاکت‌های موجود در خون شما را اندازه‌گیری می‌کند. همانطور که اشاره شد؛ در CML تعداد گلبول‌های سفید بسیار بیشتر از حالت معمول است، البته تعداد پلاکت‌ها نیز ممکن است از حال معمول بالاتر باشد.

۲ آزمایشات سیتوژنتیک (Cytogenetic):

آزمایش سیتوژنتیک به مطالعه تغییرات کروموزوم می‌پردازد و به بررسی تفاوت بین سلول‌های CML و سلول‌های طبیعی می‌پردازد. این آزمایش خون بسیار مهم است؛ زیرا کروموزوم فیلادلفیا (Philadelphia) را شناسایی می‌کند و تشخیص CML را تایید می‌کند.

۳ آزمایش واکنش زنجیره ای پلیمراز (PCR):

آزمایش PCR یک آزمایش مهم در تشخیص CML است که میزان BCR-ABL را در خون اندازه‌گیری می‌کند. آزمایش PCR در طول درمان برای پایش پاسخ درمانی شما و برای تعیین اینکه آیا درمان نیاز به تغییر دارد یا خیر، انجام می‌شود.

Treatment

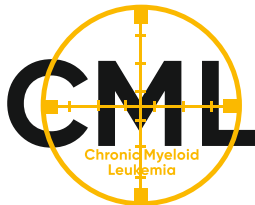


Treatment

درمان CML

در گذشته درمان این بیماری تنها با روش های شیمی درمانی و پیوند مغز استخوان صورت می گرفت، اما امروزه از روش های درمانی جدیدتری که امکان انتخاب پزشک و بیمار را افزایش می دهند و همچنین عوارض کمتری دارند استفاده می شود.

به این روش های درمانی جدید تارگت تراپی یا هدف درمانی می گویند که یکی از این روش ها استفاده از داروهای بازدارنده تیروزین کیناز (TKIs) است.





What is
KIMONIL®

What is **KIMONIL®**

کیمونیل® چیست و چگونه عمل می کند؟

کیمونیل® نام تجاری داروی نیلوتینیب است. نیلوتینیب متعلق به دسته ای از داروها است که مهارکننده انتخابی تیروزین کیناز است و BCR-ABL کیناز، c-KIT و گیرنده فاکتور رشد مشتق از پلاکت (PDGFR) را هدف قرار می دهد. کیمونیل® به صورت کپسول های ۱۵۰ و ۲۰۰ میلی گرمی در دسترس قرار دارد.



آنچه قبل از مصرف کیمونیل® باید بدانید

۱ پزشک خود را در مورد تمام داروهایی که مصرف می‌کنید از جمله داروهای بدون نسخه، داروهای گیاهی و مکمل‌ها مطلع کنید.

Tips Before Use

۲ پیش از مصرف کیمونیل® در مورد شرایط پزشکی خود خصوصا در موارد زیر با آنکولوژیست صحبت کنید:

- چنانچه سابقه مشکلات کلیوی یا کبدی یا پانکراس دارید.
- اگر اختلالات الکترولیت‌های بدن مانند پتاسیم، فسفر یا کلسیم دارید.
- اگر سابقه مشکلات قلبی مانند سندرم طولانی شدن QTc دارید.
- اگر سیستم ایمنی شما دچار مشکل است.
- اگر سابقه گاسترکتومی یا برداشتن معده دارید.
- اگر به لاکتوز (قند شیر) حساسیت دارید.



- اگر باردار هستید یا قصد بارداری دارید. کیمونیل® می‌تواند به جنین شما آسیب برساند. زنانی که در سن باروری هستند، باید در طول درمان و حداقل دو هفته پس از دریافت آخرین دوز از روش‌های پیشگیری از بارداری موثر استفاده کنند. اگر در طی درمان با دارو باردار شدید یا فکر می‌کنید باردار هستید، فوراً به پزشک خود اطلاع دهید.
- اگر در حال شیردهی هستید یا قصد شیردهی دارید. ترشح کیمونیل® در شیر مادر نامشخص است. بنابراین در طول درمان و حداقل دو هفته پس از دریافت آخرین دوز دارو، از شیردهی خودداری کنید.

نحوه مصرف کیمونیل®

- کیمونیل® به صورت کپسول تهیه شده است. دارو را دقیقاً مطابق دستور پزشک مصرف کنید.
- بدون اطلاع پزشک دوز مصرفی خود را تغییر ندهید و دارو را قطع نکنید.
- کپسول‌ها جویده، خرد و یا شکسته نشوند.
- کپسول‌های کیمونیل® را هر ۱۲ ساعت با معده خالی به همراه یک لیوان آب مصرف کنید. حداقل ۲ ساعت قبل و ۱ ساعت بعد از مصرف این دارو غذا نخورید. دارو را هر روز در زمان مشخصی استفاده کنید.
- در صورت فراموش کردن مصرف دارو در موعد مقرر، به محض یادآوری آن را مصرف کنید. اما اگر این زمان نزدیک به نوبت دوز بعدی است، دوز فراموش شده را حذف کنید و از مصرف همزمان دو دوز خودداری کنید.



How to Take **KIMONIL®**

How to Take KIMONIL®

- اگر کیمونیل® را بیشتر از مقدار تعیین شده مصرف کردید، فوراً به اورژانس مراجعه کنید و یا با پزشک خود تماس بگیرید.
- در صورتی که (بیماران بزرگسال یا کودک) نمی‌توانید کپسول را به صورت کامل ببلعید، کپسول را باز کرده و محتویات آن را روی یک قاشق چایخوری پوره سیب بریزید و حداکثر تا ۱۵ دقیقه بعد از تهیه، این مخلوط استفاده شود. هیچگاه مخلوط تهیه شده را برای مصارف بعدی نگهداری نکنید.
- در هنگام مصرف و یا حل کردن کیمونیل® از دست زدن به آن خودداری کنید و از دستکش مخصوص (لاتکس یا نیتریل) استفاده کنید.
- اگر از داروهای آنتی‌اسید استفاده می‌کنید حتماً آن را با فاصله ۲ ساعت قبل یا ۲ ساعت بعد از کیمونیل® مصرف کنید.
- اگر از داروهای رانیتیدین یا فاموتیدین استفاده می‌کنید حتماً این داروها را با فاصله ۱۰ ساعت قبل یا ۲ ساعت بعد از کیمونیل، مصرف کنید.
- در صورت بروز استفراغ بعد از مصرف کیمونیل®، از مصرف دوز اضافه دارو اجتناب کنید و دوزهای دارو را طبق برنامه مصرف کنید.
- در طول درمان از خوردن میوه گریپ فروت و محصولات حاوی آنها خودداری کنید.

How Should We Store KIMONIL®



How Should We Store KIMONIL®

نحوه نگهداری از کیمونیل®

کیمونیل® را در دمای زیر ۳۰ درجه سانتی‌گراد نگهداری کنید. 

کپسول‌های کیمونیل® را از جعبه اصلی خود خارج نکنید. 

دارو را دور از دسترس اطفال قرار دهید. 

دارو را دور از نور و رطوبت نگهداری کنید. 

کپسول‌هایی که دیگر استفاده نمی‌شود و یا تاریخ مصرف آنها گذشته است را مطابق دستور العمل داروهای سایتوتوکسیک حمل، نگهداری و مهدوم کنید. 

زنان باردار نباید به کپسول‌ها دست بزنند. 



KIMONIL[®]
Side Effects

KIMONIL® Side Effects

عوارض جانبی کیمونیل®

هر دارو به موازات اثرات دارویی مطلوب ممکن است باعث عوارض جانبی نیز شود. لازم به ذکر است این عوارض در تمام بیماران رخ نمی دهد و شامل کلیه عوارض احتمالی نیست. جهت کسب اطلاعات بیشتر در خصوص عوارض دارو با پزشک یا داروساز خود مشورت نمایید.

کیمونیل® ممکن است باعث عوارض جانبی جدی شود:

■ **افت تعداد سلول های خونی:** تعداد پایین سلول های خون (گلبول های قرمز، گلبول های سفید و پلاکت ها) از عوارض شایع مصرف کیمونیل® است، اما می تواند شدید نیز باشد. پزشک معالج شما در طی درمان با کیمونیل® تعداد سلول های خونی شما را به صورت منظم بررسی می کند. در صورتی که هر کدام از علائم یا نشانه های زیر که حاکی از تعداد پایین سلول های خونی می باشند را مشاهده کردید فوراً با پزشک خود تماس بگیرید یا از مراکز پزشکی کمک بگیرید:

● تب و لرز یا سایر علائم عفونت ● خونریزی یا کبودی بی دلیل ● ضعف بی دلیل ● تنگی نفس

التهاب پانکراس (پانکراتیت): در صورت بروز هرگونه علائم پانکراتیت از جمله درد ناگهانی در ناحیه شکمی همراه با تهوع و استفراغ با پزشک خود تماس بگیرید.

مشکلات کبدی: کیمونیل® میتواند خطر ابتلا به مشکلات کبدی را افزایش دهد. افرادی که در گذشته مشکلات کبدی داشته‌اند، ممکن است در معرض ابتلا به مشکلات کبدی در نتیجه مصرف کیمونیل® قرار بگیرند. در صورت بروز هرکدام از علائم مشکلات کبدی شامل موارد ذیل فوراً با پزشک خود تماس بگیرید یا برای دریافت کمک پزشکی اقدام کنید:

- درد در ناحیه معده (شکم)
- زردی چشم و پوست
- ادرار تیره‌رنگ



KIMONIL® Side Effects

سندرم لیز تومور (TLS): سندرم لیز تومور در اثر تخریب سریع سلول‌های سرطانی ایجاد می‌شود. ممکن است پزشک معالج شما به منظور بررسی TLS آزمایشات خون برای شما انجام دهد. TLS می‌تواند باعث بروز موارد ذیل شود:



• نارسایی کلیه و نیاز به درمان دیالیزی

• ضربان قلب غیر طبیعی

مشکلات خونریزی: مشکلات خونریزی جدی که تهدید کننده حیات است، در طول درمان با کیمونیل® رخ داده‌است. در صورت مشاهده هرگونه نشانه یا علامت خونریزی در طول درمان با کیمونیل® پزشک خود را مطلع سازید.

احتباس مایعات: ممکن است بدن شما مایعات زیادی را در خود نگه دارد. علائم احتباس مایعات شامل تنگی نفس، افزایش وزن سریع و تورم می‌باشد.





■ **رشد غیرطبیعی در کودکان:** برخی کودکان و نوجوانان مبتلا به CML در فاز مزمن ممکن است در طول درمان با کیمونیل® رشد کندتر از حد معمول داشته باشند. ■

طولانی شدن فاصله ی QTc: کیمونیل® ممکن است باعث مشکلات قلبی تهدیدکننده حیات به نام طولانی شدن فاصله ی QTc گردد. طولانی شدن فاصله ی QTc موجب ضربان قلب نامنظم می گردد که خطرناک است. پزشک معالج بایستی فعالیت الکتریکی قلب را با آزمایش الکتروکاردیوگرام (ECG) در مراحل ذیل بررسی کند:

- قبل از شروع درمان (QTc اولیه)
- روز پس از شروع درمان
- پس از هرگونه تغییرات در دوز دارو
- به صورت منظم در طی درمان با کیمونیل®

قبل از تجویز کیمونیل® و به صورت دوره ای، هیپوکالمی و هیپومگنیزمی مورد بررسی قرار می گیرد و هرگونه کمبودی با نظارت پزشک برطرف می شود.

KIMONIL® Side Effects

■ شایع ترین عوارض جانبی

- عطسه و گلودرد
- تهوع
- اسهال
- تب
- سردرد
- درد عضلات و مفاصل
- خارش
- استفراغ
- سرفه
- یبوست
- آبریزش یا گرفتگی بینی
- خستگی
- تعریق شبانه
- راش پوستی



در مورد هرگونه عارضه و یا مشکلی که در طول درمان ممکن است پیش بیاید با پزشک و یا واحد مراقبت از بیماران شرکت نوآوران دارویی کیمیا تماس بگیرید و به هیچ عنوان خوددرمانی نکنید.



Side Effects Management

مدیریت عوارض جانبی

در این قسمت به راهکارهایی برای مدیریت عوارض دارو می پردازیم، در صورتی که هر کدام از عوارض تشدید شد و بهبود نیافت به پزشک مراجعه کنید.

Side Effects Management

■ اسهال:

- در طول درمان از مایعات زیاد به منظور کاهش خطر کم آبی شدید بدن استفاده کنید.
- از مصرف آدامس و تنقلات حاوی سوربیتول خودداری کنید.
- غذاهای ساده و غذاهایی که به راحتی هضم می شود مصرف کنید (مانند: موز، برنج، نان تست، مایعات بدون شکر و کافئین (به غیر از چای و یا برخی آبمیوه ها)).
- مصرف پروتئین ها مثل گوشت، مرغ، و تخم مرغ پخته به کاهش اسهال کمک می کنند.
- از مصرف غذاهایی که به طور طبیعی مسهل هستند خودداری کنید.
- به اندازه کافی مایعات مصرف کنید تا میزان آبی را که بدنتان در هنگام اسهال از دست داده جبران کنید.
- همچنین مصرف مایعاتی که حاوی نمک و شکر هستند، جایگزین مناسبی برای الکترولیت های از دست رفته بدن در اثر اسهال هستند (مانند پودر ORS)

■ طرز تهیه محلول ORS

در صورت عدم دسترسی به پودر بسته بندی شده ORS می توانید از فرمول زیر برای تهیه آن استفاده نمائید:

● ۲ قاشق مربا خوری شکر

● ۱ قاشق چای خوری نمک

● ۲/۱ قاشق چای خوری جوش شیرین

● ۴ لیوان آب جوشیده سرد شده

تعامی مواد بالا را باهم مخلوط کنید و در پارچ بریزید و در یخچال قرار داده تا خنک شود و سپس میل کنید.

محلول تهیه شده حداکثر تا ۲۴ ساعت قابل نگهداری و استفاده می باشد.

Side Effects Management

■ تهوع و کم اشتهايي :

در طول درمان ممکن است دچار تهوع و کم اشتهايي شويد و به طور موقت تغييراتي در بو و مزه غذا احساس كنيد. **برای بهبود اين عارضه:**

- غذاي هم‌دما با اتاق يا سرد بخوريد. بوي غذاي داغ حالت تهوع شما را بدتر مي‌کند.
- غذاهاي بدون چاشني، آبنبات ترش، خيارشور، نان سوخاري، بيسکوييت شور، نوشيدني زنجبيلي مي‌توانند حالت تهوع شما را بهبود ببخشند.
- براي کنترل تهوع، از راه دهان نفس‌هاي آرام و عميق بکشيد.
- زماني که حالت تهوع داريد خودتان غذا درست نکنيد و تا حد امکان از پخت و پز خودداري کنيد و از ديگران بخواهيد اين کار را براي شما انجام دهند. زيرا بوي پخت و پز مي‌تواند تهوع شما را بدتر کند، بنابراين سعي کنيد از آشپزخانه دور بمانيد.
- وقتي حالت تهوع داريد سعي کنيد غذاي مورد علاقه‌تان را بخوريد.
- حجم غذايتان را کاهش و دفعات آن را افزايش دهيد (۵ تا ۶ وعده در روز).

Side Effects Management

- برای اینکه مزه دهانتان عوض شود، آبنبات ترش بدون شکر بچکید یا آدامس بجوید.
- از خوردن غذاهای چرب، سرخ شده و غذاهایی که ادویه فراوان دارند و سیستم گوارش شما را تحریک می کنند، خودداری کنید.
- از مصرف دخانیات (سیگار، قلیان و ...) خودداری کنید.
- دهانتان را چند بار در روز با دهانشویه مناسب شستشو دهید و حداقل دو بار در روز مسواک بزنید.
- تکنیک ها و روش های آرامش ذهن و ریلکسیشن را یاد بگیرید و بکار ببرید.



Side Effects Management

■ عوارض پوستی :

توصیه می‌شود در طول درمان با کیمونیل® به منظور پیشگیری و نیز مدیریت عارضه‌های پوستی نکات زیر را در نظر بگیرید :

- اگر راش (بثورات جلدی) خفیف دارید، فوراً با پزشک خود تماس بگیرید. مراجعه و بررسی هرچه سریع‌تر بثورات جلدی به رفع سریع‌تر عارضه کمک می‌کند.
- از قرارگرفتن در معرض آفتاب خودداری کنید.
- از ضدآفتاب مناسب برای پوست خود استفاده کنید. ضدآفتاب‌های با SPF30 و بالاتر پیشنهاد می‌شوند.
- از شوینده‌های قوی و نیز آب داغ برای شستشو استفاده نکنید.
- محصولات ضد جوش، پوست شما را خشک می‌کنند. از استفاده آنها خودداری کنید.
- پوست خود را همواره مرطوب نگه دارید.

■ نوتروپنی :

نوتروپنی باعث کاهش ایمنی بدن درمقابل ابتلا به عفونت ها از جمله عفونت های ناشی از غذاها و مسمومیت های غذایی می شود. بنابراین باید در مورد بهداشت غذایی خود دقت کافی داشته باشید :

- فقط از آب شیر و بطری های آب آشامیدنی برای آشامیدن و پخت پز استفاده کنید.
- فقط از شیر، پنیر و بستنی پاستوریزه استفاده کنید. این مورد شامل همه انواع شیرگاو، بز، گوسفند و حتی شیر سویا می باشد.
- استفاده از ماست پروبیوتیک و به طور کلی نوشیدنی های پروبیوتیک توصیه نمی شود.
- غسل به طور طبیعی حاوی مخمر و باکتری های سازنده اسپور است. علیرغم خاصیت ضد باکتریایی غسل توصیه می شود در طول درمان از غسل خام، شانه غسل تازه و غسل غیر تصفیه شده استفاده نکنید. غسل پاستوریزه ای که ذرات گرد و غبار آن تصفیه شده مناسب تر است.

Side Effects Management

- آجیل و میوه خشک شده تنها زمانی که تحت گرما قرار گیرند و باکتری‌های آنها از بین برود برای مصرف مناسب هستند.
- در صورت امکان از گرم کردن مجدد مواد غذایی خودداری کنید و هر ماده غذایی را که در یخچال نگهداری می‌کنید با فویل پوشانده و حداکثر به مدت ۲۴ ساعت ذخیره کنید و مواد غذایی منجمد را پس از یخ زدایی مجدداً منجمد نکنید.

■ عفونت:

هنگامی که به عفونت مبتلا شوید؛ پزشک شما معمولاً از انواع آنتی بیوتیک‌ها با دوزهای مختلف برای کنترل علائم شما استفاده می‌کند. به طور معمول برای جلوگیری از برخی عفونت‌ها از واکسیناسیون استفاده می‌شود اما باید تحت نظارت و تجویز پزشکتان باشد.

درد:

در طول درمان ممکن است، دردهایی مانند استخوان درد و درد مفاصل داشته باشید. درد مزمن، ممکن است همراه با کاهش اشتها، خستگی، حالت تهوع و احساس بی‌قراری باشد. بیشتر اوقات دردها با مصرف مسکن کاهش می‌یابند اما روش‌های دیگری نیز برای کاهش درد وجود دارد از جمله: درمان‌های مکمل، مداخلات روانشناختی مانند روان‌درمانی و همچنین کاردرمانی. در موارد شدید که قادر به تحمل درد نبودید، حتماً از پزشک خود کمک بگیرید.



Side Effects Management

■ خستگی و ضعف :

خستگی یکی از رایج ترین علائم بیماری و نیز عوارض جانبی درمان سرطان است. احساس خستگی و شدت آن در افراد مختلف، متفاوت است. با این حال بیشتر افراد درجه ای از خستگی را تجربه می کنند. این عارضه بر کیفیت زندگی شما تاثیر می گذارد و ممکن است سطح انرژی شما را بسیار پایین بیاورد، در حدی که به سختی بتوانید فعالیت های روزمره و عادی خود را انجام دهید. هیچ قانونی که به شما زمان دقیق بهبودی این عارضه را بگوید وجود ندارد اما خبر خوب این است که در بیشتر مواقع گذر زمان و کنترل کردن سطح سلول های خونی، شما را به سطح انرژی اولیه تان برمی گرداند.

در صورتی که احساس اضطراب و غم و اندوه شما بیش از حد شد و منجر به پریشانی و کم خلی شما شد، از روان شناسان کمک بگیرید.

نکاتی که به مدیریت احساس خستگی شما کمک می کند :

بپذیرید که انرژی شما اکنون به اندازه سابق نیست، بنابراین فعالیت هایی که انرژی شما را بیشتر مصرف میکنند، مشخص کرده و توجه بیشتری به آنها داشته باشید. همچنین فعالیت هایی که سطح انرژی شما را بالا میبرند مشخص کنید، منظور از این فعالیت ها صرفاً استراحت و خواب نیست. بیشتر اوقات فعالیت های جسمی مانند پیاده روی یا یوگای سبک میتوانند سطح انرژی شما را بالا ببرند. مشخص کنید چه ساعتی از روز انرژی شما بیشتر است تا از این ساعات استفاده بهینه را ببرید.

کارهایی را که قرار است انجام دهید اولویت بندی کنید و تصمیم بگیرید که آیا همه آنها لازم است در یک روز انجام شوند یا خیر. سطح انرژی شما متغیر است و بعضی از روزها ممکن است احساس خستگی کمتر و انرژی بیشتری داشته باشید، توصیه میشود حتی در این روزها نیز از اضافه کاری خودداری کنید. رعایت نکاتی که در مبحث تغذیه ذکر می شود نیز در کاهش این عارضه تاثیر دارد.



تغذیه در طول درمان

در طول درمان با کیمونیل® لازم نیست از رژیم غذایی خاصی استفاده کنید. (مگر در شرایط ویژه و با کمک متخصص تغذیه) و تنها کافی است رژیم غذایی خود را متعادل نگه دارید. رژیم غذایی متعادل به گونه‌ای است که هر روز باید نسبت خاصی از همه گروه‌های غذایی (شامل کربوهیدرات‌ها، میوه و سبزیجات، پروتئین، لبنیات و چربی) مصرف کنید.

Nutrition During Treatment



Nutrition During Treatment

نکات کلی

- مصرف میوه و سبزیجات تازه (مخصوصاً سبزیجات برگ سبز) توصیه می‌شود.
 - از مصرف الکل اجتناب کنید.
 - مصرف غذاهای ترد، شور، بسیار تند، اسیدی یا گرم ممکن است عوارضی مانند زخم و درد دهانی شما را تشدید کند، بنابراین از استفاده آنها خودداری کنید. همچنین سیگار کشیدن و نوشیدن الکل میتواند التهاب دهان را بدتر کند.
 - مصرف نوشیدنی‌های شیرین و مواد غذایی حاوی قند را کاهش دهید.
- قبل از ایجاد هر گونه تغییر در رژیم غذایی یا برنامه ورزشی خود، با مشاوران ما در واحد مراقبت از بیماران شرکت نوآوران دارویی کیمیا مشورت کنید. توجه داشته باشید اگر عوارض جانبی را تجربه کردید، به این نکات بسنده نکرده و آن را زودتر با مشاوران ما و یا پزشک خود در میان بگذارید تا بتوانند به شما در مدیریت آن کمک کنند.

- بیوپسی: نمونه برداری یا تکه برداری از بافت‌ها به منظور بررسی بیشتر.
- جهش: تغییر در محتوای ژنی سلول‌ها یا DNA.
- دیالیز: زمانی که کلیه‌ها به درستی کار نمی‌کنند، می‌توان با فرآیندی به نام دیالیز مواد زائد و مایعات اضافی را از خون جدا کرد.
- DNA: دی ان ای تمام کدها و اطلاعات ژنتیکی جانوران، گیاهان و حتی ویروس‌ها را حمل می‌کند که این اطلاعات برای رشد، تکامل، بقا، تولید مثل و سایر عملکردهای موجودات، حیاتی است.
- ژن: ژن قطعه‌ای از مولکول DNA است که اطلاعات ژنتیکی با خود حمل می‌کند و از والدین به نسل بعد انتقال می‌دهد.
- لوکمی: Leukemia
- متاستاز: گسترش و مهاجرت سلول‌های سرطانی از یک بافت به بافت دیگر

Medical Terminology

- **متاستاتیک:** بیماری که متاستاز یافته را متاستاتیک گویند.
- **مغز استخوان:** بافت نرمی است که همه انواع سلول های خونی (گلبول های سفید و قرمز) را تولید می کند.
- **نوتروپنی:** (کاهش تعداد نوتروفیل های خون) هنگامی روی می دهد که تعداد نوتروفیل ها (نوعی گلبول سفید) بسیار اندک است. هر چند همه ی گلبول های سفید خون به بدن در مبارزه با عفونت ها کمک می کنند، نوتروفیل ها برای مبارزه با عفونت های خاص به ویژه عفونت های باکتریایی، مهم است. سلول های میلوئیدی: گرانولوسیت ها و مونوسیت ها که در مجموع سلول های میلوئیدی نامیده می شوند.
- **سلول های گرانولوسیتی:** از نظر کمی بزرگترین زیر گروه سلول های سفید خون را تشکیل می دهند.
- **سلول های لوکمیک:** گرانولوسیت های غیرطبیعی که به گلبول های سفید کامل تبدیل نمی شوند.

- **کروموزوم:** در هر سلول بدن ۲۳ جفت کروموزوم وجود دارد. تمام کروموزوم‌های بدن از DNA تشکیل شده‌اند. DNA ماده وراثتی و ژنتیکی است که از والدین به فرزندان به ارث می‌رسد.
- **کروموزوم فیلادلفیا:** کروموزوم فیلادلفیا (Ph) یک ناهنجاری سیتوژنتیکی است که به صورت یک نسخه کوتاه شده از کروموزوم ۲۲ انسانی ظاهر می‌شود.
- **سیتوژنتیک (Cytogenetic):** سیتوژنتیک اساساً شاخه‌ای از ژنتیک است، اما همچنین بخشی از زیست‌شناسی سلولی/سیتولوژی است که به چگونگی ارتباط کروموزوم‌ها با رفتار سلولی، به ویژه به رفتار آن‌ها در طول تقسیم سلولی مربوط می‌شود.
- **PCR:** polymerase chain reaction
- **c-KIT:** پروتئین کوژن c-KIT ژنی است که گیرنده پروتئین تیروزین کیناز را کد می‌کند.

Medical Terminology

- **PDGFR:** گیرنده فاکتور رشد مشتق از پلاکت بتا که در تقسیم سلول‌های رده خونی نقش دارند.
- **QTc:** فاصله QT اندازه گیری در نوار قلب است که برای ارزیابی برخی از خواص الکتریکی قلب استفاده می‌شود.
- **Tumor Lysis Syndrome: TLS**
- **هیپوکالمی:** کاهش سطح پتاسیم در خون
- **هیپومنیزمی:** کاهش سطح منیزیم در خون
- **پروبیوتیک:** پروبیوتیک‌ها باکتری‌های زنده و مخمرهایی هستند که معمولاً به فرآورده‌های لبنی اضافه می‌شوند یا به عنوان مکمل‌های غذایی مصرف می‌شوند.

منابع:

- <https://www.bloodcancer.org.uk>
- <https://www.cancer.org>
- <https://www.cancer.net>
- <https://www.cancer.gov>
- <http://www.kimia-pharma.co/fa>
- https://www.accessdata.fda.gov/drugsatfda_docs/label/2021/022068s035s036lbl.pdf

Once you choose **hope**
every thing's possible

زیرا مراقب سلامتی تان هستیم...

Because We Care for Your Health...



- از کجا میتوانم داروی خود را تهیه کنم؟
- پاسخ سوالات دارویی و پزشکی خود را چگونه دریافت کنم؟
- برای مشاوره روان شناسی در مسیر درمانم به چه کسانی مراجعه کنم؟

راه های ارتباطی با بخش مراقبت از بیماران شرکت
نوآوران دارویی کیمیا (پاسخگویی ۲۴ ساعته)



۰۶۶۴۳۳۵۱۴ - ۰۲۱ داخلی ۱

۰۹۰۲۱۹۸۳۳۷۵