



Strong hope for ALK+ or ROS1+ Mutations

RIZOLUNG[®]

Strong hope for ALK+ or ROS1+ Mutations

RIZOLUNG[®]

فهرست مطالب

۰۲	• درباره دفترچه
۰۴	• درباره بیماری
۰۵	– سرطان ریه سلول غیر کوچک
۰۶	– لنفوم
۰۷	– تومور التهابی میوفیروبلستیک
۰۸	• علائم و نشانه‌ها
۱۱	• ریسک فاکتورها و دلایل ابتلا
۱۴	• مراحل بیماری
۱۵	• تشخیص
۱۷	• درمان
۲۱	• ریزولانگ® چیست و چگونه عمل می‌کند
۲۴	• آنچه قبل از مصرف ریزولانگ® باید بدانید
۲۵	• نحوه مصرف ریزولانگ®
۲۶	• نحوه نگهداری ریزولانگ®
۲۷	• عوارض جانبی ریزولانگ®
۳۴	• مدیریت عوارض جانبی
۴۴	• تغذیه در طول درمان
۴۶	• فهرست واژگان تخصصی
۴۸	• منابع

درباره دفترچه

فهمیدن اینکه خود یا یکی از عزیزانتان به سرطان مبتلا شده اید می تواند شوکه کننده باشد. ممکن است احساس ترس، افسردگی و نا امیدی 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 بیماریتان و روش‌های درمانی آن برای شما پیش بیاید. ما سعی کرده‌ایم اطلاعات لازم در مورد بیماریتان و همچنین نحوه مصرف دارو و راهنمایی‌های مورد نیاز شما در طول درمان را در این دفترچه به صورت خلاصه شرح دهیم. با این حال همواره می‌توانید 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 نمی‌باشد.
- در انتهای این دفترچه فهرست واژگان تخصصی برای اصطلاحات به کار برده شده وجود دارد که می‌توانید به آن مراجعه کنید.

درباره سرطان ریه سلول غیر کوچک (NSCLC)

دو نوع اصلی سرطان ریه وجود دارد که بر اساس نوع سلول‌هایی که منشا سرطان از آنهاست طبقه‌بندی می‌شوند. این دو نوع شامل سرطان ریه سلول کوچک (SCLC) و سرطان ریه سلول غیر کوچک (NSCLC) هستند. این دو نوع سرطان مکانیسم و در نتیجه درمان‌های متفاوتی دارند. در این دفترچه ما سرطان ریه سلول‌های غیر کوچک را بررسی خواهیم کرد.

Non
Small
Cell Lung Cancer

NSCLC



About Disease

NSCLC زمانی شروع می‌شود که سلول‌های سالم در ریه تغییر کرده، رشد آن‌ها از کنترل خارج شده و توده‌ای به نام تومور، ضایعه یا ندول ایجاد کنند. تومور ریه می‌تواند در هر نقطه از ریه شروع شود و می‌تواند خوش خیم یا بدخیم باشد.

حدود ۸۰ تا ۸۵ درصد سرطان‌های ریه NSCLC هستند و زیرگونه‌های اصلی NSCLC شامل آدنوکارسینوما، کارسینوم سلول سنگفرشی و کارسینوم سلول بزرگ و NSCLC بدون تمایز است. درمان و پیش‌آگهی این زیرگونه‌ها اغلب مشابه است.

■ درباره لنفوم

لنفوم یکی از انواع شایع سرطان خون است که با رشد غیرطبیعی لنفوسیت‌ها در سیستم لنفاوی آغاز می‌شود. این بیماری به دو نوع هوچکین (HL) و غیرهوچکین (NHL) تقسیم می‌شود که تفاوت آن‌ها در نوع سلول‌های سرطانی و نحوه پیشرفت و پاسخ به درمان است. بیشتر مبتلایان به لنفوم، به نوع غیرهوچکین (NHL) دچار هستند که عمدتاً در بزرگسالان دیده می‌شود، اما ممکن است کودکان را نیز درگیر کند. از آنجا که بافت لنفاوی در سراسر بدن وجود دارد، NHL می‌تواند در هر نقطه‌ای آغاز شده و گسترش یابد. این بیماری اغلب در غدد لنفاوی، کبد، طحال یا مغز استخوان شروع می‌شود و ممکن است اندام‌های دیگری مانند معده، روده، پوست، تیروئید یا مغز را نیز درگیر کند. یکی از انواع NHL، لنفوم ALCL سیستمیک است.

About Disease

● ALCL سیستمیک

ALCL سیستمیک می‌تواند غدد لنفاوی و سایر اندام‌ها از جمله پوست را تحت تاثیر قرار دهد. ALCL سیستمیک بر اساس وجود جهش در ژن ALK در سلول‌های لنفومی به ۲ نوع تقسیم می‌شود. ALCL سیستمیک ALK مثبت در افراد جوان‌تر شایع‌تر است و تمایل به پیش‌آگهی بهتری نسبت به نوع ALK منفی دارد.

■ درباره تومور التهابی میوفیبروبلاستیک (IMT)

تومور التهابی میوفیبروبلاستیک (IMT) معمولاً در بافت‌هایی به نام سطوح مخاطی و مزانتر شکل می‌گیرد. این تومور اغلب از ریه آغاز می‌شود، اما ممکن است در اندام‌هایی مانند مثانه، رحم، حنجره، معده، کبد یا روده نیز بروز کند. IMT گاهی با نام فیبروسارکوم التهابی (IMFT) نیز شناخته می‌شود. این بیماری بسیار نادر است و شیوع آن کمتر از یک نفر در هر یک میلیون نفر است.

علائم و نشانه‌ها

به یاد داشته باشید که علائم و نشانه‌های ذیل ممکن است مشابه علائم سایر بیماری‌ها باشد. همچنین متأسفانه بسیاری از بیماری‌ها تا زمانی که به مرحله پیشرفته نرسند علامتی ندارند. بنابراین افراد باید به طور مداوم غربالگری شوند. در ادامه به برخی از نشانه‌های بیماری‌هایی که در بخش قبل ذکر شده اند، اشاره می‌کنیم:



Symptoms

Symptoms

■ علائم و نشانه‌های NSCLC

افراد مبتلا به NSCLC ممکن است علائم یا نشانه‌های زیر را تجربه کنند:

- خستگی
- سرفه خشک یا همراه با خلط یا خون
- گرفتگی صدا
- تنگی نفس
- کاهش اشتها یا وزن بدون دلیل
- درد قفسه سینه



■ علائم عمومی سرطان خون

- کاهش وزن بدون دلیل
- کبودی یا خونریزی غیر منتظره
- عفونت‌هایی که مداوم، مکرر یا شدید هستند
- خستگی که با استراحت یا خواب بهبود نمی‌یابد
- تب (۳۸ درجه سانتی‌گراد یا بالاتر)
- درد در استخوان‌ها، مفاصل یا شکم (ناحیه معده)
- توده یا تورم
- تنگی نفس
- عرق شبانه
- رنگ‌پریدگی
- حالت تهوع یا استفراغ

علائم IMT

علائم IMT به محل تومور و اندازه آن بستگی دارد. علائم ممکن است شامل تب، تعریق شبانه، کاهش وزن و درد در محل تومور باشد.



ریسک فاکتورها و دلایل ابتلا

ریسک فاکتورها عواملی هستند که احتمال ابتلا به یک بیماری را افزایش می‌دهند. در این بخش به برخی از ریسک فاکتورهای شناخته شده خواهیم پرداخت.



Risk Factors & Causes

■ ریسک فاکتورهای ابتلا به سرطان ریه NSCLC

NSCLC بیشتر در افرادی که سیگار می‌کشند یا در افرادی که در گذشته سیگار کشیده‌اند رخ می‌دهد. با این حال، افرادی که سیگار نمی‌کشند نیز ممکن است به NSCLC مبتلا شوند. بنابراین مهم است که همه افراد با عوامل خطر و علائم و نشانه‌های NSCLC آشنا شوند. عوامل زیر ممکن است خطر ایجاد NSCLC را در افراد افزایش دهد:

- دخانیات و سیگار کشیدن
- قرار گرفتن در معرض موادی مانند آزبست/ رادون/ دود ناشی از گاز دیزل یا لحیم‌کاری
- قرار گرفتن در معرض اشعه
- جهش ژنتیکی

مهمترین راه پیشگیری از سرطان ریه، اجتناب از دود تنباکو است. افرادی که هرگز سیگار نکشیده‌اند کمترین خطر ابتلا به سرطان ریه را دارند.

Risk Factors & Causes

■ ریسک فاکتورهای ابتلا به سرطان خون

- سن
- جنسیت
- تشعشعات
- مواد شیمیایی سرطان‌زا
- ابتلا به برخی عفونت‌ها
- سابقه ابتلا به برخی بیماری‌ها

ریسک فاکتورهای ابتلا به IMT

تاکنون ریسک فاکتوری قطعی برای ابتلا به IMT شناخته نشده است.



Disease Stages

مراحل بیماری

تشخیص دقیق بیماری بخش مهمی از تعیین بهترین درمان برای شما است. سرطان‌های NSCLC، ALCL و IMT بطور کلی شامل ۴ مرحله هستند. پس از اینکه ابتدا به یکی از این نوع سرطان‌ها برای شما تشخیص داده شد، پزشکان سعی می‌کنند مرحله بیماری را مشخص کنند. مرحله بیماری، میزان گسترش سرطان در بدن را توصیف می‌کند.

Diagnosis

تشخیص

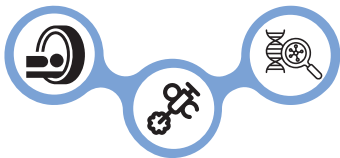
چنانچه علائمی از بیماری داشته باشید؛ در ابتدا پزشک سوابقی در مورد سابقه پزشکی شما و خانواده شما خواهد پرسید. در صورتی که پزشک در معاینات فیزیکی نیز به ابتلای شما به سرطان مشکوک باشد از تست‌های تشخیصی استفاده می‌کند. تست‌های زیادی برای تشخیص بیماری‌هایی که به توضیح آن‌ها پرداختیم وجود دارد که در ادامه به پرکاربردترین آن‌ها اشاره می‌کنیم:

■ تشخیص سرطان ریه NSCLC

افراد مبتلا به NSCLC که هیچ علامتی ندارند ممکن است طی تصویربرداری‌هایی که به دلیل دیگری مانند بررسی بیماری قلبی انجام شده‌است، تشخیص داده شوند. NSCLC اکثراً هنگامی که تومور رشد می‌کند یا در نزدیکی ریه‌ها مشکل ایجاد می‌کند، تشخیص داده می‌شود.

■ تشخیص سرطان خون و IMT

- آزمایشات خون
- بیوپسی غدد لنفاوی
- تست‌های تصویربرداری
- تست‌های بیومارکر





Treatment

درمان

برای درمان بیماری‌هایی که در قسمت‌های پیشین ذکر شد، روش‌های متعددی وجود دارد. انتخاب نوع درمان به نوع و مرحله سرطان بستگی دارد. البته عواملی مانند عوارض جانبی احتمالی درمان و نیز ترجیح کلی پزشک و بیمار تعیین‌کننده هستند.

■ جراحی



هدف از جراحی برداشتن کامل تومور یا بخشی از آن و نیز اندام‌های درگیر تومور است. جراحی معمولا اولین گزینه و بهترین گزینه درمان بعد از تشخیص NSCLC و IMT است.

■ پرتودرمانی



پرتودرمانی یا رادیوتراپی درمانی است که از پرتوهای پرانرژی برای نابود کردن سلول‌های سرطانی و تومورها استفاده می‌کند. پرتودرمانی برای درمان سرطان‌های گسترده مورد استفاده قرار نمی‌گیرد. پرتودرمانی سلول‌های سرطانی را که مستقیما در مسیر تابش اشعه هستند از بین می‌برد، البته به سلول‌های سالم در مسیر خود نیز آسیب می‌رساند. به همین دلیل نمی‌توان از آن برای درمان نواحی وسیع بدن استفاده کرد.

Treatment



■ **شیمی درمانی**

شیمی درمانی استفاده از داروها برای از بین بردن سلول های سرطانی است. شیمی درمانی معمولا با جلوگیری از پیشرفت سرطان، طول و کیفیت زندگی افراد مبتلا به سرطان را در همه مراحل بهبود می بخشد. شیمی درمانی همچنین ممکن است به سلول های سالم بدن نیز آسیب برساند اما به علت فواید آن، روش درمانی مناسب برای اغلب بیماران است.



■ **ایمونوتراپی**

ایمونوتراپی که درمان بیولوژیک نیز نامیده می شود، به منظور تقویت دفاع طبیعی بدن در مبارزه با سرطان طراحی شده است. ایمونوتراپی در جلوگیری از گسترش بدخیمی ها به کار می رود.

■ تارگت‌تراپی (درمان هدفمند)



درمان‌های هدفمند سرطان، درمان‌هایی هستند که ویژگی‌های خاص سلول‌های سرطانی را هدف قرار می‌دهند؛ مانند پروتئینی که به سلول‌های سرطانی اجازه می‌دهند به روشی سریع یا غیرطبیعی رشد کنند. درمان‌های هدفمند معمولاً کمتر از شیمی‌درمانی به سلول‌های سالم و طبیعی آسیب می‌رسانند. ریزولانگ® یکی از داروهای اصلی تارگت‌تراپی در سرطان‌های NSCLC ، ALCL و IMT می‌باشد.





What is **RIZOLUNG[®]**

ریزولانگ[®] چیست و چگونه عمل می‌کند؟

ریزولانگ[®] نام تجاری داروی کریزوتینیب است. کریزوتینیب متعلق به دسته‌ای از داروها است که مهارکننده گیرنده تیروزین کیناز است. ریزولانگ[®] به صورت کپسول‌های ۲۰۰ میلی‌گرمی و ۲۵۰ میلی‌گرمی در دسترس قرار دارد.



آنچه قبل از مصرف ریزولانگ® باید بدانید؟

پزشک خود را در مورد تمام داروهایی که مصرف می‌کنید از جمله داروهای بدون نسخه، داروهای گیاهی و مکمل‌ها مطلع کنید. داروهای دیگر ممکن است میزان ریزولانگ® در خون شما را افزایش یا کاهش دهند یا بر اثربخشی دارو تاثیر بگذارند.

Tips Before Use

■ پیش از مصرف ریزولانگ® در مورد شرایط پزشکی خود خصوصا در موارد زیر با انکولوژیست صحبت کنید، اگر:

پیش از مصرف ریزولانگ® در مورد شرایط پزشکی خود خصوصا در موارد زیر با انکولوژیست صحبت کنید، اگر:

- مشکلات کبدی یا کلیوی دارید.
- مشکلات ریوی دارید.
- مشکلات قلبی، از جمله سندرم طولانی بودن فاصله QT دارید.
- مشکلات بینایی یا چشمی دارید.
- باردار هستید یا قصد بارداری دارید. ریزولانگ® می‌تواند به جنین شما آسیب برساند. **خانم‌هایی** که توانایی باردار شدن دارند، در طول درمان با ریزولانگ® و تا **۴۵ روز** پس از دریافت آخرین دوز، باید از روش‌های مؤثر پیشگیری از بارداری استفاده کنند. **آقایانی** که همسرانشان قادر به باردار شدند هستند، در طول درمان با ریزولانگ® و تا **۹۰ روز** پس از دریافت آخرین دوز، باید از کاندوم استفاده کنند.
- اگر در دوران شیردهی هستید و یا قصد شیردهی دارید. در طول درمان با ریزولانگ® و تا **۴۵ روز** پس از دریافت آخرین دوز، باید از شیردهی خودداری شود.

نحوه مصرف ریزولانگ®

- دارو را دقیقاً مطابق دستور پزشک مصرف کنید.
- بدون اطلاع پزشک دوز مصرفی خود را تغییر ندهید و دارو را قطع نکنید.
- کپسول‌ها باز، جویده، خرد و یا شکسته نشوند.
- کپسول ریزولانگ® را هر ۱۲ ساعت به همراه یک لیوان آب با معده پر یا خالی مصرف کنید.



How to Take **RIZOLUNG®**

How to Take RIZOLUNG®

- 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.
- در صورت بروز استفراغ بعد از مصرف ریزولانگ®، از مصرف دوز اضافه دارو اجتناب کنید و دوزهای دارو را طبق برنامه مصرف کنید.
- داروی ریزولانگ® می‌تواند باعث تغییرات بینایی، سرگیجه و خستگی شود. اگر دچار هر یک از این علائم شدید، از رانندگی یا کار با ماشین‌آلات خودداری کنید.
- در طول درمان از خوردن میوه گریپ فروت و محصولات حاوی آن خودداری کنید.
- افراد سالم نباید کپسول ریزولانگ® را بدون دستکش لمس کنند.

نحوه نگهداری ریزولانگ®

- ریزولانگ® را در دمای زیر ۳۰ درجه سانتی گراد نگهداری کنید.
- دارو را دور از دسترس اطفال قرار دهید.
- دارو را دور از نور و رطوبت نگهداری کنید.
- کپسول‌های ریزولانگ®، را از جعبه اصلی خود خارج نکنید.
- کپسول‌هایی که دیگر استفاده نمی‌شود و یا تاریخ مصرف آن‌ها گذشته است را مطابق دستورالعمل داروهای سایتوتوکسیک حمل، نگهداری و معدوم کنید.



عوارض جانبی ریزولانگ®

ریزولانگ® ممکن است موجب بروز عوارض جانبی جدی ذیل شود:

■ **مشکلات کبدی.** ریزولانگ® ممکن است باعث آسیب کبدی تهدیدکننده حیات شود. پزشک در طول ۲ ماه اول درمان با ریزولانگ® هر ۲ هفته یک بار و سپس به صورت ماهانه، به منظور بررسی عملکرد کبد برای شما آزمایش خون تجویز خواهد کرد. در صورت بروز یا بدتر شدن هر یک از علائم زیر فوراً به پزشک خود اطلاع دهید:

- زرد شدن پوست یا قسمت سفید چشم
- ادرار تیره یا قهوه‌ای (به رنگ چای)
- درد در سمت راست شکم
- خونریزی یا شرایطی که در آن به راحتی کبود می‌شوید
- خستگی شدید
- حالت تهوع یا استفراغ
- کاهش اشتها
- خارش



■ **مشکلات ریوی.** ریزولانگ® ممکن است باعث مشکلات ریوی تهدیدکننده حیات شود. علائم این عارضه ممکن است مشابه علائم سرطان ریه باشند. در صورت بروز یا بدتر شدن هر یک از علائم زیر فوراً به پزشک معالج خود اطلاع دهید:

- مشکل تنفسی یا تنگی نفس
- سرفه با یا بدون مخاط
- تب

■ **مشکلات قلبی.** ریزولانگ® ممکن است باعث افزایش یا کاهش ضربان قلب یا ضربان قلب غیرطبیعی شود. پزشک ضربان قلب و فشار خون شما را در طول درمان با ریزولانگ® به طور منظم بررسی می‌کند. اگر احساس سرگیجه یا غش کردید یا ضربان قلب غیرطبیعی دارید، فوراً به پزشک معالج خود اطلاع دهید. در صورتی که از داروهای قلبی یا فشار خون استفاده می‌کنید، به پزشک معالج خود اطلاع دهید.



RIZOLUNG® Side Effects

■ **مشکلات شدید بینایی.** بروز مشکلات بینایی با ریزولانگ® رایج است. این مشکلات معمولاً در عرض یک هفته پس از شروع درمان با ریزولانگ® بروز پیدا می‌کنند. مشکلات بینایی با ریزولانگ® می‌توانند شدید باشند و ممکن است باعث از دست دادن بینایی در یک یا هر دو چشم بصورت جزئی یا کامل شود. پزشک شما ممکن است درمان شما را به صورت موقت یا کامل متوقف کند و در صورت بروز هرگونه مشکل بینایی در طول درمان با ریزولانگ®، شما را به یک متخصص چشم ارجاع دهد. اگر علائم مشکلات بینایی، از دست دادن بینایی یا هر تغییری در بینایی خود از جمله موارد زیر داشتید فوراً به پزشک معالج خود اطلاع دهید:

- دوبینی
- نور چشمان شما را بسیار آزار می‌دهد
- دیدن جرقه‌های نور
- ظهور علائم مگس پرانی یا شدیدتر شدن آن
- تاری دید



علاوه بر این، برای کودکان یا بزرگسالان جوانی که ریزولانگ® را برای درمان لنفوم سلول بزرگ آنپلاستیک (ALCL) مصرف می‌کنند یا کودکانی که ریزولانگ® را برای درمان تومور التهابی میوفیبروبلاستیک (IMT) مصرف می‌کنند: پزشک ممکن است قبل از شروع و نیز پس از یک ماه از شروع درمان با ریزولانگ®، شما را به یک متخصص چشم به منظور بررسی مشکلات بینایی ارجاع دهد. توصیه می‌شود در طول درمان با ریزولانگ® هر ۳ ماه یک بار و نیز در صورت بروز هر گونه عارضه جدید بینایی، معاینه چشم انجام دهید.

- **مشکلات شدید معده، روده و دهان.** در کودکان یا بزرگسالان جوان مبتلا به ALCL یا کودکان مبتلا به IMT ریزولانگ® ممکن است باعث اسهال شدید، حالت تهوع، استفراغ یا زخم‌های دهان شود. در صورتی که در طول درمان با ریزولانگ® مشکلات بلع داشتید یا دچار استفراغ یا اسهال شدید، فوراً به پزشک معالج خود اطلاع دهید.
 - پزشک شما ممکن است در صورت نیاز برای پیشگیری یا درمان اسهال، حالت تهوع و استفراغ دارو تجویز کند.
 - همچنین پزشک شما ممکن است نوشیدن مایعات بیشتر یا در صورت بروز علائم شدید، مصرف مکمل‌های الکترولیت یا سایر انواع حمایت‌های تغذیه‌ای را تجویز کند.
- در صورت بروز هر کدام از علائم ذکر شده فوراً با پزشک خود تماس بگیرید.**

RIZOLUNG® Side Effects

شایع ترین عوارض جانبی ریزولانگ® در افراد مبتلا به NSCLC عبارتند از:

- مشکلات بینایی
- تورم دست‌ها، پاها، صورت و چشم‌ها
- غیرعادی بودن میزان آنزیم‌های کبدی در خون
- کاهش اشتها
- احساس بی‌حسی یا گزگز در بازوها یا پاها
- بثورات جلدی
- سوء هاضمه
- نارسایی احتقانی قلب
- تهوع، اسهال یا استفراغ
- یبوست
- خستگی
- عفونت تنفسی فوقانی
- سرگیجه یا غش
- درد شکم
- التهاب مری



شایع ترین عوارض جانبی ریزولانگ® در افراد مبتلا به ALCL عبارتند از:

- اسهال، استفراغ یا تهوع
- مشکلات بینایی
- سردرد
- درد ناحیه شکم (معه)
- خارش پوست
- سرفه
- درد عضلات و مفاصل
- زخم‌های دهانی
- خستگی
- کاهش تعداد سلول‌های خونی
- کاهش اشتها
- تب
- یبوست
- سوء هاضمه
- تغییر چشایی
- التهاب مری
- تغییر چشایی

شایع ترین عوارض جانبی ریزولانگ® در بزرگسالان مبتلا به IMT عبارتند از:

- مشکلات بینایی
- حالت تهوع
- تورم دست‌ها، پاها، صورت یا چشم‌ها

RIZOLUNG® Side Effects

شایع ترین عوارض جانبی ریزولانگ® در کودکان مبتلا به IMT عبارتند از:

- اسهال، استفراغ یا تهوع
- سردرد
- یبوست
- درد ناحیه شکم (معه)
- راش
- سرفه
- عفونت تنفسی فوقانی
- مشکلات بینایی
- تب
- تورم دست‌ها، پاها، صورت یا چشم‌ها
- درد عضلات و مفاصل
- خستگی

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.





Management of Side Effects

مدیریت عوارض جانبی

در این قسمت به راهکارهایی برای برخی از مدیریت عوارض جانبی دارو می پردازیم. در صورتی که هرکدام از عوارض تشدید شد و بهبود نیافت به پزشک مراجعه کنید.

Management of Side Effects

■ بیوست:

- غذاهای پرفیبر مانند نان و ماکارونی سبوس دار، میوه ها و سبزیجات، سبوس، آجیل و حبوبات (مانند لوبیا پخته یا عدس) را بیشتر مصرف کنید.
- مقدار زیادی مایعات، چه گرم و چه سرد بنوشید. آب آلو، سیب یا گلابی می تواند خوب عمل کند.
- ورزش های سبک مانند پیاده روی انجام دهید.
- از پزشک معالج خود در مورد استفاده از ملین، نرم کننده مدفوع یا مکمل های فیبردار سوال کنید.
- از مصرف تنقیه یا شیاف خودداری کنید؛ زیرا ممکن است باعث عفونت شوند.

■ اسهال:

- در طول درمان از مایعات زیاد به منظور کاهش خطر کم‌آبی شدید بدن و جبران آبی که بدنتان به هنگام اسهال از دست داده، استفاده کنید.
- از مصرف آدامس و تنقلات حاوی سوربیتول خودداری کنید.
- غذاهای ساده و غذاهایی که به راحتی هضم می‌شود مصرف کنید، مانند: موز، برنج، نان تست، مایعات بدون شکر و کافئین (به غیر از چای و یا برخی آب‌میوه‌ها).
- مصرف پروتئین‌ها مانند گوشت قرمز، مرغ و تخم مرغ پخته به کاهش اسهال کمک می‌کنند.
- از مصرف غذاهایی که به طور طبیعی مسهل هستند خودداری کنید.
- همچنین مصرف مایعاتی که حاوی نمک و شکر هستند، جایگزین مناسبی برای الکترولیت‌های از دست رفته بدن در اثر اسهال هستند (مانند پودر ORS).

Management of Side Effects

■ طرز تهیه محلول ORS

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

- ۲ قاشق مرباخوری شکر
 - ۱ قاشق چایخوری نمک
 - نصف قاشق چایخوری جوش شیرین
 - ۴ لیوان آب جوشیده سرد شده
- تمامی 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.



■ تهوع و کم‌اشتهایی:

- در طول درمان ممکن است دچار تهوع و کم‌اشتهایی شوید و به طور موقت تغییراتی در بو و مزه غذا احساس کنید. برای بهبود این عارضه:
- غذا را سرد یا خنک (هم‌دما با اتاق) مصرف کنید. بوی غذای داغ حالت تهوع شما را بدتر می‌کند.
- غذاهای بدون چاشنی، آبنبات ترش، خیارشور، نان سوخاری، بیسکویت شور و نوشیدنی‌های زنجبیلی می‌توانند حالت تهوع شما را بهبود ببخشند.
- زمانی که حالت تهوع دارید خودتان غذا درست نکنید و تا حد امکان از پخت و پز خودداری کنید و از دیگران بخواهید این کار را برای شما انجام دهند. زیرا بوی پخت و پز می‌تواند تهوع شما را بدتر کند. بنابراین سعی کنید از آشپزخانه دور بمانید.
- وقتی حالت تهوع دارید سعی کنید غذاهای مورد علاقه‌تان را بخورید.

Management of Side Effects

- حجم غذایان را کاهش و دفعات آن را افزایش دهید (۵ تا ۶ وعده در روز).
- برای اینکه مزه دهانتان عوض شود، آبنبات ترش بدون شکر بمکید 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.
- برای کنترل تهوع، از راه دهان نفس های آرام و عمیق بکشید.
- تکنیک ها و روش های آرامش ذهن و ریلکسیشن را یاد بگیرید و به کار ببرید.



■ عوارض پوستی:

- توصیه می شود در طول درمان با ریزولانگ® به منظور پیشگیری و نیز مدیریت عارضه های 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 می کند.
- از قرارگرفتن در معرض نور خورشید خودداری کنید.
- از ضدآفتاب مناسب برای پوست خود استفاده کنید. ضدآفتاب های با SPF ۳۰ و بالاتر پیشنهاد می شوند.
- از شوینده های قوی و نیز آب داغ برای شستشوی پوست استفاده نکنید.
- محصولات ضد جوش، پوست شما را خشک می کنند. از استفاده آن ها خودداری کنید.
- پوست خود را همواره مرطوب نگه دارید.



Management of Side Effects

■ 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 خلقی شما شد، از روان شناسان کمک بگیرید.



نکاتی که به مدیریت احساس خستگی شما کمک می‌کند:

بپذیرید که انرژی شما اکنون به اندازه سابق نیست، بنابراین فعالیت‌هایی که انرژی شما را بیشتر مصرف می‌کنند، مشخص کرده و توجه بیشتری به آنها داشته باشید. همچنین فعالیت‌هایی که سطح انرژی شما را بالا می‌برند مشخص کنید، منظور از این فعالیت‌ها صرفاً استراحت و خواب نیست. بیشتر اوقات فعالیت‌های 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 اولویت‌بندی 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 اضافه‌کاری خودداری کنید. رعایت نکاتی که در مبحث تغذیه ذکر می‌شود نیز در کاهش این عارضه تاثیر دارد.

Management of Side Effects

■ 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 بی قراری باشد. بیشتر اوقات دردها با مصرف مسکن کاهش می یابند اما روش های دیگری نیز برای کاهش درد وجود دارد از جمله: درمان های مکمل، مداخلات روانشناختی مانند روان درمانی و همچنین کاردرمانی. در موارد شدید که قادر به تحمل درد نبودید، حتما از پزشک خود کمک بگیرید.

■ تغذیه در طول درمان:

در طول درمان با ریزولانگ® لازم نیست از رژیم غذایی خاصی استفاده کنید و تنها کافی است رژیم غذایی خود را متعادل نگهدارید (مگر در شرایط ویژه و با راهنمایی متخصص تغذیه). 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) را مصرف کنید.

Nutrition During Treatment



Nutrition During Treatment

نکات کلی

- مصرف میوه و سبزیجات تازه (مخصوصا سبزیجات برگ سبز) توصیه می شود.
- از مصرف نوشیدنی های الکلی 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 مصرف آن ها خودداری کنید. همچنین سیگار کشیدن و نوشیدن الکل می تواند التهاب دهان را بدتر کند.
- مصرف نوشیدنی های شیرین و مواد غذایی حاوی قند را کاهش دهید.

قبل از ایجاد هر گونه تغییر در رژیم غذایی یا برنامه ورزشی خود، با پزشک خود مشورت کنید.

توجه داشته باشید اگر عوارض جانبی را تجربه کردید، به این نکات بسنده نکرده و آن را در اسرع وقت با مشاوران ما در واحد مراقبت از بیماران شرکت نوآوران دارویی کیمیا و یا پزشک معالج خود در میان بگذارید تا بتوانیم به شما در مدیریت آن کمک کنیم.

فهرست واژگان تخصصی

بیومارکر: یک نشانگر زیستی که شاخصی برای تشخیص و یا شدت بیماری است.

تیروزین کیناز: یکی از آنزیم‌های مهم بدن که نقش کلید خاموش-روشن را در بسیاری از فعالیت‌های سلولی ایفا می‌کند.

دی ان ای (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.

رادون: رادون گازی بی‌بو، نامرئی و رادیواکتیو است که به طور طبیعی از سنگ‌ها، خاک و آب آزاد می‌شود.

ژن: ژن قطعه‌ای از مولکول DNA است که اطلاعات ژنتیکی با خود حمل می‌کند و از والدین به نسل بعد انتقال می‌دهد.

جهش: تغییر در محتوای ژنی سلول‌ها یا DNA.

سطوح مخاطی: در چشم‌ها، بینی، دهان، دستگاه گوارش، ریه و دستگاه تناسلی و ادراری یافت می‌شود.

سطوح مزانتري: اندام‌های شکم را به هم متصل می‌کند.

متاستاز: گسترش و مهاجرت سلول‌های سرطانی از یک بافت به بافت دیگر.

لنفوسیت: نوعی از گلبول‌های سفید خون هستند. انواع لنفوسیت‌ها شامل: لنفوسیت‌های B، T و سلول‌های NK.

Medical Terminology

سلول سنگفرشی: سلول های سنگفرشی سلول های نازک و مسطحی هستند که شبیه فلس های ماهی هستند و در بافتی که سطح پوست، پوشش اندام های توخالی بدن و پوشش مجاری تنفسی و گوارشی را تشکیل می دهد، یافت می شوند.

فاصله QT: فاصله QT اندازه گیری در نوار قلب است که برای ارزیابی عملکرد الکتریکی قلب استفاده می شود.

کارسینوم: کارسینوم سرطانی است که در بافت اپیتلیال ایجاد می شود. بافت اپیتلیال بیشتر اندام های بدن، گذرگاه های داخلی بدن (مانند مری) و پوست را می پوشاند.

کارسینوم سلول بزرگ: یک تومور بدخیم تمایز نیافته که فاقد ویژگی های سلولی مشخصه کارسینوم سلول سنگفرشی، آدنوکارسینوما و کارسینوم سلول کوچک است.

اختصارات:

- ALCL: Anaplastic Large Cell Lymphoma
- ALK: Anaplastic Lymphoma Kinase
- HL: Hodgkin's lymphoma
- IMT: Inflammatory Myofibroblastic Tumor
- NHL: Non-Hodgkin's lymphoma
- NSCLC: Non-Small-Cell Lung Cancer
- SCLC: Small Cell Lung Cancer

منابع:

- cancer.org
- cancer.gov
- https://www.accessdata.fda.gov/drugsatfda_docs/label/2023/202570s036lbl.pdf
- https://www.ema.europa.eu/en/documents/product-information/xalkori-epar-product-information_en.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)



۰۲۱ - ۶۶۴۳۵۷۸۹

۰۹۰۲۱۹۸۳۳۷۵ - ۰۹۳۰۸۲۵۱۵۴۹