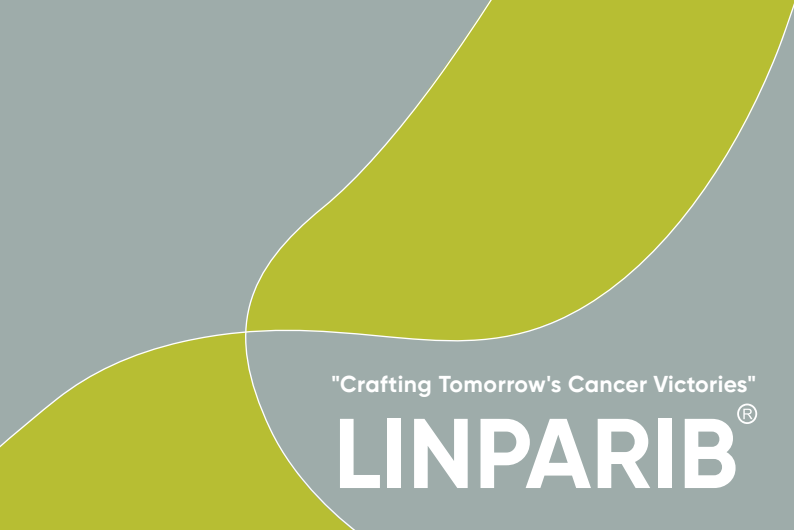




"Crafting Tomorrow's Cancer Victories"

LINPARIB[®]





"Crafting Tomorrow's Cancer Victories"

LINPARIB[®]

فهرست مطالب

۰۲	• درباره دفترچه
۰۴	• درباره بیماری
۰۴	— سرطان تخمدان و سرطان پستان
۰۵	— سرطان پانکراس و سرطان پروستات
۰۷	• علائم و نشانه‌ها
۱۰	• ریسک فاکتورها و دلایل ابتلا
۱۲	• مراحل بیماری
۱۳	• تشخیص
۱۴	• درمان
۱۸	• لاینپاریب® چیست و چگونه عمل می‌کند
۱۹	• آنچه قبل از مصرف لاینپاریب® باید بدانید
۲۰	• نحوه مصرف لاینپاریب®
۲۲	• نحوه نگهداری لاینپاریب®
۲۳	• عوارض جانبی لاینپاریب®
۲۷	• مدیریت عوارض جانبی
۳۵	• تغذیه در طول درمان
۳۷	• فهرست واژگان تخصصی
۴۰	• منابع

درباره دفترچه

فهمیدن اینکه خود یا یکی از عزیزانتان به سرطان مبتلا شده‌اید می‌تواند شوکه‌کننده باشد. ممکن است احساس ترس، افسردگی و ناامیدی کنید، این واکنش‌ها بسیار طبیعی است اما لازم است بدانید که:

شما تنها نیستید و امروزه بسیاری از مردم دنیا توانسته‌اند با این بیماری مقابله کنند و زندگی رضایت‌بخشی داشته باشند.



You Are Not Alone

About This Booklet

ممکن است سوالات بسیاری در مورد این بیماری 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 تخمدان

اصطلاح "سرطان تخمدان" اغلب برای توصیف سرطان‌هایی استفاده می‌شود که در سلول‌های تخمدان، لوله فالوپ یا صفاق شروع می‌شوند. سرطان تخمدان رتبه پنجم مرگ و میر ناشی از سرطان را در میان زنان دارد. سرطان تخمدان می‌تواند به سرعت در عرض یک سال از مراحل اولیه تا متاستاتیک پیشرفت کند.

■ درباره سرطان پستان

سرطان پستان اولین سرطان شایع در ایران در بین زنان است. تقریباً کمتر از یک درصد از سرطان‌های پستان در مردان رخ می‌دهد. سرطان پستان معمولاً در لوبول‌ها، که غدد تولیدکننده شیر هستند یا در سلول‌های مجاری که مسیرهایی برای تخلیه شیر از لوبول‌ها به نوک سینه هستند؛ شروع می‌شود. با گذشت زمان ممکن است سلول‌های سرطانی به سایر قسمت‌های بدن نیز متاستاز دهد.



About Disease

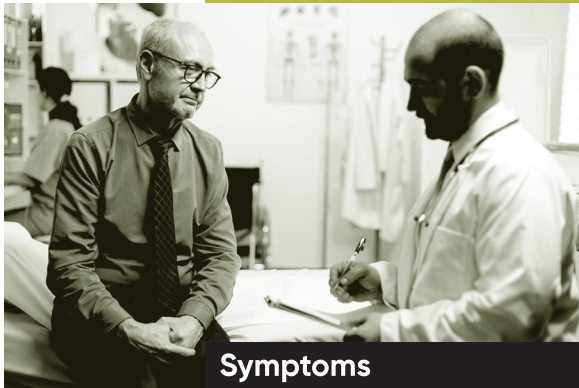
About Disease

■ درباره سرطان پانکراس

انواع مختلفی از سرطان پانکراس وجود دارد که عمدتاً به این بستگی دارد که سرطان از بخش برون ریز یا درون ریز این غده شروع شده باشد. بیش از ۹۰ درصد از سرطان‌های پانکراس از نوع تومورهای برون ریز (آدنوکارسینوم اگزوکراین) هستند. هنگامی که این تومورها در پانکراس ایجاد می‌شوند، معمولاً از مجاری پانکراس شروع می‌شوند که به آن آدنوکارسینوم مجرای می‌گویند و اگر تومور از آسین شروع شود، به آن کارسینوم سلول آسینار می‌گویند.

■ درباره سرطان پروستات

سرطان پروستات دومین سرطان شایع در ایران در بین مردان است. حدود ۶۰ درصد موارد ابتلا به سرطان پروستات در افراد ۶۵ ساله یا بالاتر تشخیص داده می‌شود. این بیماری به ندرت در افراد کمتر از ۴۰ سال شناسایی می‌شود. سرطان زمانی شروع می‌شود که سلول‌های سالم پروستات تغییر می‌کنند و خارج از کنترل رشد می‌کنند و تومور را تشکیل می‌دهند. تومور می‌تواند بدخیم یا خوش‌خیم باشد.



Symptoms

Symptoms

علائم و نشانه‌ها

به یاد داشته باشید که علائم و نشانه‌های سرطان ممکن است مشابه علائم سایر بیماری‌ها باشد. همچنین متأسفانه بسیاری از سرطان‌ها تا زمانی که به مرحله پیشرفته نرسند علامتی ندارند. بنابراین افراد باید به طور مداوم غربالگری شوند. در ادامه به برخی از نشانه‌های سرطان تخمدان، سرطان پستان، سرطان پانکراس و سرطان پروستات اشاره می‌کنیم:

■ علائم و نشانه‌های سرطان تخمدان

- نفخ
- احساس سیری سریع در هنگام غذا خوردن
- درد لگن یا شکم
- علائم ادراری، مانند تکرر ادرار



■ علائم و نشانه‌های سرطان پستان

- تورم، قرمزی و درد تمام یا بخشی از پستان
- ترشح از نوک پستان (غیر از شیر مادر)
- توده در ناحیه زیر بغل

■ علائم و نشانه‌های سرطان پانکراس

- با پیشرفت سرطان پانکراس، علائم ممکن است شامل موارد زیر باشد:
- احساس سوزش در معده یا سایر ناراحتی‌های گوارشی
 - مدفوع چرب بد بو و با رنگ غیر معمول
 - از دست دادن اشتها، تهوع و استفراغ



Symptoms

■ علائم و نشانه‌های سرطان پروستات

در حالی که در بیشتر موارد سرطان پروستات هیچ علامتی ایجاد نمی‌کند؛ افراد مبتلا به سرطان پروستات ممکن است علائم یا نشانه‌های زیر را تجربه کنند:

- تکرر ادرار مخصوصاً شب‌ها
- جریان ادرار ضعیف یا منقطع یا نیاز به فشار برای تخلیه مثانه
- خون در ادرار
- شروع ایجاد اختلال نعوظ
- درد یا سوزش در هنگام ادرار
- ناراحتی یا درد هنگام نشستن (ناشی از بزرگ شدن پروستات)



ریسک فاکتورها و دلایل ابتلا

دلایل احتمالی متعددی باعث ابتلا به سرطان می‌شوند، اما بیشتر آنها مستقیماً باعث سرطان نمی‌شوند. ریسک فاکتورها عواملی هستند که احتمال ابتلا به سرطان را افزایش می‌دهند. در این بخش به برخی از ریسک فاکتورهای شناخته شده خواهیم پرداخت.



Risk Factors & Causes

Risk Factors & Causes

■ سابقه خانوادگی

■ **سن:** سرطان تخمدان، پستان و پروستات عمدتاً در سن ۵۰ سالگی به بعد رخ می‌دهد. این درحالی است که اکثر افرادی که به سرطان پانکراس مبتلا می‌شوند، بالای ۴۵ سال سن دارند.

■ **سبک زندگی:** چاقی، ورزش ناکافی و نوشیدن الکل.

■ جنسیت

■ **از جمله ریسک فاکتورهای مهم در سرطان پستان و تخمدان:**

- شروع قاعدگی زودتر از ۱۲ سالگی
- وقوع اولین بارداری در سن ۳۵ سالگی به بالا یا عدم بارداری فرد در طول عمر، ریسک ابتلا به سرطان پستان را افزایش می‌دهد.
- ناباروری
- هورمون درمانی بعد از یائسگی



Disease Stages

مراحل بیماری

تشخیص دقیق مرحله بیماری، بخش مهمی از تعیین بهترین درمان برای شما است. سرطان تخمدان، سرطان پستان، سرطان پانکراس و سرطان پروستات بطور کلی شامل ۴ مرحله هستند. پس از اینکه ابتدا به سرطان 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

- ۱- روش‌های تصویربرداری: مانند اولتراسوند، MRI، CT scan و PET-CT scan.
- ۲- بیوپسی: هنگامی که روش‌های تصویربرداری به اندازه کافی واضح نباشد؛ برای اطمینان از وجود سرطان و نیز تشخیص قطعی نوع آن، پزشک از تومور نمونه‌برداری (بیوپسی) می‌کند.
- ۳- تست‌های بیومارکر
- ۴- آزمایش خون





Treatment

درمان سرطان

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.

Treatment



■ جراحی

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

■ شیمی‌درمانی



شیمی‌درمانی استفاده از داروها برای از بین بردن سلول‌های سرطانی است. شیمی‌درمانی معمولاً با جلوگیری از پیشرفت سرطان، طول و کیفیت زندگی افراد مبتلا به سرطان را در همه مراحل بهبود می‌بخشد. شیمی‌درمانی همچنین ممکن است به سلول‌های سالم بدن نیز آسیب برساند اما به علت فواید آن، روش درمانی مناسبی برای اغلب بیماران است.

■ ایمونوتراپی



ایمونوتراپی که درمان بیولوژیک نیز نامیده می‌شود، به منظور تقویت دفاع طبیعی بدن در مبارزه با سرطان طراحی شده است. ایمونوتراپی در جلوگیری از گسترش بدخیمی‌ها به کار می‌رود.

Treatment



■ هورمون درمانی

هورمون درمانی نوعی درمان سرطان است که رشد سرطانی را که از هورمون ها برای رشد استفاده می کند؛ کند یا متوقف می کند.

■ تارگت تراپی (درمان هدفمند)

درمان های هدفمند سرطان، درمان هایی هستند که ویژگی های خاص سلول های سرطانی را هدف قرار می دهند؛ مانند پروتئینی که به سلول های سرطانی اجازه می دهند به روشی سریع یا غیرطبیعی رشد کنند. درمان های هدفمند معمولاً کمتر از شیمی درمانی به سلول های سالم و طبیعی آسیب می رسانند. لینپاریب® یکی از داروهای اصلی تارگت تراپی در سرطان تخمدان، پستان، پانکراس و پروستات می باشد.





What is LINPARIB®

لینپاریب® چیست و چگونه عمل می‌کند؟

لینپاریب® نام تجاری داروی الپاریب است. الپاریب مهارکننده آنزیم‌های پلی ADP-ribose پلیمراز (PARP) شامل PARP1، PARP2 و PARP3 است. این آنزیم‌ها در بقا و رشد سلول‌های سرطانی دخیل هستند. لینپاریب® به صورت قرص‌های روکش دار ۱۰۰ و ۱۵۰ میلی‌گرمی در دسترس قرار دارد.

Tips Before Use

■ آنچه قبل از مصرف لینپاریب® 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 لینپاریب® در خون شما را افزایش یا کاهش دهند و بر اثربخشی و بروز عوارض دارو تاثیر بگذارند. پیش از مصرف لینپاریب® در مورد شرایط پزشکی خود خصوصاً در موارد زیر با انکولوژیست صحبت کنید، اگر:

- مشکلات کلیوی، ریوی یا تنفسی دارید.
- باردار هستید یا قصد بارداری دارید. لینپاریب® ممکن است به جنین آسیب برساند و باعث سقط جنین گردد.
- به نوزاد خود شیر می‌دهید یا قصد شیردهی دارید.
- مردانی که همسران آنان قابلیت باردار شدن دارند باید از روش پیشگیری از بارداری مطمئن در طول درمان و حداقل ۳ ماه پس از آخرین دوز لینپاریب® استفاده کنند.

نحوه مصرف لینپاریب®

- لینپاریب® را دقیقاً مطابق توصیه پزشک معالج خود مصرف کنید.
- از قطع مصرف لینپاریب® یا تغییر دوز دارو بدون اطلاع پزشک معالج خود اجتناب کنید.
- لینپاریب® را هر ۱۲ ساعت به صورت خوراکی در ساعات مشخصی مصرف کنید.
- قرص لینپاریب® را به طور کامل ببلعید. از جویدن، خرد کردن، حل کردن یا نصف کردن قرص‌ها خودداری کنید.
- بیماران می‌توانند این دارو را همراه با غذا مصرف نمایند ولی مصرف این دارو با معده خالی نیز امکان پذیر است.



How to Take **LINPARIB®**

How to Take LINPARIB®

- در صورتی که لینپاریب® را در درمان سرطان پستان اولیه مصرف می‌کنید و بیماری با گیرنده هورمونی مثبت دارید، لازم است تا در طول درمان با لینپاریب® درمان هورمونی را نیز ادامه دهید.
- در صورتی که لینپاریب® را در درمان سرطان پروستات مصرف می‌کنید و درمان آنالوگ هورمون آزادکننده گنادوتروپین (GnRH) را دریافت می‌کنید، لازم است تا در طول درمان با لینپاریب® این درمان را نیز ادامه دهید مگر این که عمل جراحی، به منظور کاهش میزان تستوسترون در بدنتان، انجام داده باشید.
- در طول درمان با لینپاریب® از مصرف گریپ فروت، نارنج و محصولات حاوی آنها اجتناب کنید. ممکن است مصرف گریپ فروت و نارنج میزان لینپاریب® را در خون افزایش دهد.
- لینپاریب® ممکن است بر توانایی شما در رانندگی و استفاده از ماشین‌آلات تاثیر بگذارد. در صورتی که احساس سرگیجه، ضعف، یا خستگی دارید، رانندگی نکنید و از ماشین‌آلاتی که نیاز به تمرکز دارند استفاده نکنید.

نحوه نگهداری لینپاریب®

- دور از نور و رطوبت و در دمای کمتر از ۳۰ درجه سانتی‌گراد نگهداری شود.
- دور از دسترس اطفال نگهداری شود.
- دارو را در بسته بندی اصلی نگهداری کنید.
- ماده جاذب رطوبت را در بطری دارو نگه دارید و از دور انداختن و خوردن آن خودداری کنید.
- داروهایی که دیگر استفاده نمی‌شوند و یا تاریخ مصرف آن‌ها گذشته است را به روشی ایمن دور بیندازید. در مورد روش ایمن دور انداختن قرص‌های لینپاریب® از داروساز خود سوال کنید.



عوارض جانبی لینپاریب[®]

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

لینپاریب[®] ممکن است موجب بروز عوارض جانبی جدی ذیل شود:

■ **مشکلات مغز استخوان که با عنوان سندرم میلودیسپلاستیک (MDS) یا لوسمی حاد میلوئیدی (AML) شناخته شده است.** این دو عارضه ممکن است تهدید کننده حیات باشند. در صورت ابتلا به MDS یا AML، پزشک معالج‌تان درمان شما را با لینپاریب[®] متوقف خواهد کرد.

LINPARIB® Side Effects

در طول درمان با لینپاریب® علائم ناشی از تعداد پایین سلول‌های خونی شایع است، اما می‌تواند نشانه‌ای از مشکلات جدی مغز استخوان شامل MDS یا AML باشد. این علائم ممکن است شامل موارد زیر باشد:

- ضعف و احساس خستگی زیاد
- کاهش وزن
- تب
- بروز کبودی یا خونریزی سریعتر نسبت به شرایط معمولی
- ادرار یا مدفوع خونی
- تنگی نفس
- عفونت‌های مکرر

پزشک معالج شما به منظور بررسی تعداد سلول‌های خون، قبل و در طول درمان با لینپاریب® آزمایشات خون انجام خواهد داد.



LINPARIB® Side Effects

■ **مشکلات ریوی (پنومونی):** در صورتی که علائم مشکلات تنفسی جدیدی را تجربه می‌کنید یا علائم قبلیتان تشدید شده است به پزشک معالجتان اطلاع دهید. این علائم شامل تنگی نفس، تب، سرفه یا خس خس سینه می‌باشند.

■ **لخته‌های خونی (رویدادهای ترومبوآمبولی وریدی):** ممکن است برخی از افراد لخته خون در ورید عمقی، معمولاً در ساق پا (ترومبوز وریدی) یا لخته در ریه (آمبولی ریه) که ممکن است شدید یا تهدید کننده حیات باشد را تجربه کنند. در صورتی که هر گونه علائمی مانند درد یا تورم در اندام‌ها (بازوها و پاها)، تنگی نفس، درد قفسه سینه، تنفس سریعتر از حالت طبیعی (تاکی پنه)، ضربان قلب سریعتر از حالت طبیعی (تاکی کاردی) را تجربه می‌کنید فوراً به پزشک معالج خود اطلاع دهید.

در صورتی که هر یک از علائم و نشانه‌های ذکر شده را تجربه می‌کنید، فوراً به پزشک معالج خود اطلاع دهید.



■ شایع ترین عوارض جانبی مصرف لینپاریب® عبارتند از:

- تهوع یا استفراغ
- افت گلبول‌های سفید خون
- تغییر در طعم غذا
- اسهال
- از دست دادن اشتها
- سر درد
- سوء هاضمه یا سوزش سر دل
- خستگی یا ضعف
- افت گلبول‌های قرمز خون
- افت پلاکت
- سرفه
- سرگیجه
- تنگی نفس

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

■ 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.



Management of Side Effects

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 اضافه کاری خودداری کنید. رعایت نکاتی که در مبحث تغذیه ذکر می‌شود نیز در کاهش این عارضه تاثیر دارد.

■ اسهال:

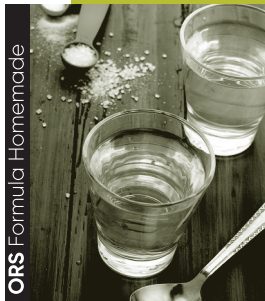
- در طول درمان از مایعات زیاد به منظور کاهش خطر کم‌آبی شدید بدن و جبران آبی که بدن‌تان به هنگام اسهال از دست داده، استفاده کنید.
- از مصرف آدامس و تنقلات حاوی سوربیتول خودداری کنید.
- غذاهای ساده و غذاهایی که به راحتی هضم می‌شود مصرف کنید، مانند: موز، برنج، نان تست، مایعات بدون شکر و کافئین (به غیر از 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.



ORS Formula Homemade

■ 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.



Management of Side Effects

■ عوارض پوستی:

توصیه می شود در طول درمان با لینپاریب® 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 قرار گرفتن در معرض نور خورشید خودداری کنید.
- از ضد آفتاب مناسب برای پوست خود استفاده کنید. ضد آفتاب 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 آنها خودداری کنید.
- پوست خود را همواره مرطوب نگاه دارید.



Management of Side Effects

■ عفونت:

هنگامی که به عفونت مبتلا شوید پزشک شما معمولاً از انواع آنتی‌بیوتیک‌ها 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 استخوان‌درد 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.

■ تغذیه در طول درمان:

در طول درمان با لینپاریب® 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.

نکات کلی

- مصرف میوه و سبزیجات تازه (مخصوصاً سبزیجات برگ سبز) توصیه می‌شود.
- از مصرف نوشیدنی‌های 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 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 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 نواوران دارویی کیمیا و یا پزشک معالج خود در میان بگذارید تا بتوانیم به شما در مدیریت آن کمک کنیم.

Nutrition During Treatment



فهرست واژگان تخصصی

اولتراسوند: دراین روش از امواج صوتی با فرکانس بالا برای ایجاد تصاویر یا ویدئوهای زنده از اندام‌های داخلی بدن استفاده می‌شود.

آدنوکارسینوم: سرطانی که در بافت غده‌ای که اندام‌های داخلی خاصی را می‌پوشاند و موادی مانند مخاط، شیره‌های گوارشی و سایر مایعات را در بدن می‌سازد و آزاد می‌کند؛ شکل می‌گیرد.

آسین: سلول آسینار پانکراس یک ساختار بسیار تخصصی است که برای سنتز، ذخیره‌سازی و ترشح آنزیم‌های گوارشی ایجاد شده‌است.

اگزوکراین: برون ریز

بیوپسی: نمونه‌برداری یا تکه‌برداری از بافت‌ها به منظور بررسی بیشتر.

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

تومور سرطانی خوش خیم: به این معنی است که تومور می‌تواند رشد کند اما گسترش نمی‌یابد.

سندرم میلودیسیپلاستیک: نوعی سرطان که در آن سلول‌های خونی نابالغ در مغز استخوان بالغ نمی‌شوند یا به سلول‌های خونی سالم تبدیل نمی‌شوند.

لوبول: هر سینه دارای تعدادی بخش (لوبول) است که از نوک پستان منشعب می‌شود.

لوله فالوپ: این عضو دو لوله ساده است که در دو طرف انتهای فوقانی رحم قرار دارند.

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

CT-scan: اسکن توموگرافی کامپیوتری، مجموعه‌ای از تصاویر اشعه ایکس گرفته شده از زوایای مختلف بدن شما را ترکیب می‌کند و از پردازش کامپیوتری برای ایجاد تصاویر مقطعی (برش‌هایی) از استخوان‌ها، رگ‌های خونی و بافت‌های نرم داخل بدن شما استفاده می‌کند.

MRI: تصویربرداری تشدید یافته مغناطیسی یک تکنیک تصویربرداری پزشکی است که از میدان مغناطیسی و امواج رادیویی تولید شده توسط کامپیوتر برای ایجاد تصاویر دقیق از اندام‌ها و بافت‌های بدن شما استفاده می‌کند.

فهرست واژگان تخصصی

PET-CT scan: (Positron Emission Tomography and Computed Tomography scan)
برای برخی از انواع سرطان راهی برای کمک به یافتن سرطان و پی بردن به مرحله آن است.

اختصارات:

- **AML:** Acute Myeloid Leukemia
- **MDS:** Myelodysplastic Syndrome

References

منابع:

- cancer.org
- cancer.net
- cancer.gov
- www.kimia-pharma.co/fa
- https://www.accessdata.fda.gov/drugsatfda_docs/label/2018/206162s011lbl.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 - ۰۹۳۰۸۲۵۰۵۷۲