



TO REACH BOTH, TANGIBLE IMPROVEMENTS  
AND QUALITY OF LIFE

**SIMERTA<sup>®</sup>**



TO REACH BOTH, TANGIBLE IMPROVEMENTS  
AND QUALITY OF LIFE

**SIMERTA®**

## فهرست مطالب

|    |                                        |
|----|----------------------------------------|
| ۰۲ | • درباره دفترچه                        |
| ۰۴ | • درباره بیماری                        |
| ۰۵ | • سرطان ریه                            |
| ۰۶ | • علائم و نشانه‌ها                     |
| ۰۸ | • ریسک فاکتورها و دلایل ابتلا          |
| ۱۲ | • تشخیص                                |
| ۱۶ | • مراحل بیماری                         |
| ۱۷ | • درمان                                |
| ۲۱ | • سیمرتا® چیست و چگونه عمل می‌کند      |
| ۲۲ | • آنچه قبل از مصرف سیمرتا® باید بدانید |
| ۲۴ | • نحوه مصرف سیمرتا®                    |
| ۲۷ | • نحوه نگهداری سیمرتا®                 |
| ۲۸ | • عوارض جانبی سیمرتا®                  |
| 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 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 بیماری

سرطان زمانی شروع می شود که سلول های سالم تغییر کنند. تغییراتی که باعث رشد خارج از کنترل سلول ها شده و توده ای به نام تومور را تشکیل می دهد. تومور می تواند بدخیم یا خوش خیم باشد. تومور بدخیم می تواند رشد کند و به سایر قسمت های بدن گسترش یابد. تومور خوش خیم می تواند رشد کند اما گسترش نمی یابد.



About Disease

## About Disease

---

### ■ سرطان ریه

سرطان‌ها بر اساس بافت و اندامی که از آن منشأ می‌گیرند و نوع سلول‌های سرطانی نامگذاری می‌شوند. سرطانی که از بافت ریه شروع شود سرطان ریه نامیده می‌شود. تومورهای ریه می‌توانند در هر جایی از ریه شروع شوند و بسته به اینکه از کدام قسمت شروع شده‌اند به انواع مختلفی تقسیم بندی می‌شوند.

دو نوع اصلی در طبقه بندی سرطان ریه وجود دارد که هر یک از آن‌ها درمان‌های متفاوتی دارند و عبارتند از:

سرطان ریه سلول کوچک (SCLC) و سرطان ریه سلول غیر کوچک (NSCLC).

شیوع نوع NSCLC بیشتر است و نسبت به نوع SCLC با سرعت کمتری پیشرفت می‌کند. این دفترچه راهنما حاوی اطلاعاتی در مورد NSCLC یا سرطان ریه سلول غیر کوچک است.

## علائم و نشانه ها

به یاد داشته باشید که علائم و نشانه‌های سرطان ممکن است مشابه علائم سایر بیماری‌ها باشد. همچنین متاسفانه بسیاری از سرطان‌ها تازمانی که به مرحله پیشرفته نرسند علامتی ندارند. بنابراین افراد باید به طور مداوم غربالگری شوند. در ادامه به برخی از نشانه‌های شایع NSCLC اشاره می‌کنیم:

از دست دادن اشتها، سرفه خلط‌دار، سرفه همراه با خلط خونی، کاهش وزن ناگهانی و گرفتگی صدا.



Symptoms

## Symptoms

در افراد مبتلا به NSCLC که هیچ علامتی ندارند، سرطان ممکن است حین انجام آزمایش‌های تصویربرداری به دلایل دیگری (مانند بررسی بیماری قلبی)، تشخیص داده شود. اکثر افراد مبتلا به NSCLC زمانی تشخیص داده می‌شوند که تومور رشد کرده، فضای ریه را اشغال کرده و یا شروع به ایجاد مشکلاتی در قسمت‌هایی از بدن در نزدیکی ریه می‌کند. تومور ریه همچنین ممکن است مایعی ترشح کند که در ریه یا فضای اطراف آن انباشته شود و باعث اختلال عملکرد ریه شود.

NSCLC می‌تواند از طریق فرآیندی به نام متاستاز در هر نقطه از بدن پخش شود. این بیماری بیشتر به غدد لنفاوی، سایر قسمت‌های ریه‌ها، استخوان‌ها، مغز، کبد و غدد فوق کلیوی گسترش می‌یابد. متاستازهای NSCLC می‌توانند باعث ایجاد موارد زیر شوند:

خستگی و ضعف زیاد، تنگی نفس، درد قفسه سینه، درد استخوان، درد شکم یا کمر، سردرد، تشنج، و مشکلات تکلم.

همچنین یک تومور ریه می‌تواند هورمون‌هایی ترشح کند که باعث کاهش سطح پتاسیم خون و یا افزایش سطح کلسیم خون شود، البته این مورد نادر است.



## 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

---

در این بخش به صورت کلی به برخی از دلایل شناخته شده و نیز بررسی عوامل افزایش دهنده خطر ابتلا به NSCLC می پردازیم :

- **استعمال دخانیات و تنباکو:** استعمال دخانیات و همچنین قرار گرفتن در معرض دود دخانیات احتمال ابتلا به سرطان ریه را افزایش می دهد (سیگارهای الکترونیکی از این قاعده مستثنی نیستند). افرادی که هرگز سیگار نمی کشند کمترین خطر ابتلا به سرطان ریه را دارند.
- **آزبست:** افرادی که با آزبست (در مشاغلی مانند کشتی سازی، معدن آزبست، عایق کاری یا تعمیر ترمز خودرو) کار می کنند در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به NSCLC هستند. استفاده از تجهیزات تنفسی محافظ، این خطر را کاهش می دهد.
- **رادون:** قرار گرفتن در معرض رادون با افزایش خطر ابتلا به برخی از انواع سرطان از جمله سرطان ریه مرتبط است.

- **آلودگی هوا:** تحقیقات نشان داده است که قرار گرفتن در معرض آلودگی هوا می‌تواند منجر به سرطان ریه شود. تقریباً همه در مکانی زندگی می‌کنند که مرتباً در معرض آلودگی هوا هستند. با بررسی پیش‌بینی آلودگی هوا در منطقه محل زندگی و اجتناب از ورزش در فضای باز زمانی که سطح آلودگی بالا است، میزان این خطر را کاهش دهید.
- **مواد شیمیایی:** افرادی که در معرض شعله‌های پخت و پز ناشی از زغال سنگ یا چوب هستند ممکن است در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به سرطان ریه باشند. همچنین، دود ناشی از گاز دیزل یا لحیم کاری فلزات و نیز قرار گرفتن در معرض اشعه، آرسنیک، نیکل و کروم می‌تواند خطر ابتلا را افزایش دهد.
- **عوامل ژنتیکی و ارثی:** برخی از افراد ژن‌هایی را به ارث می‌برند که می‌توانند شانس ابتلا به سرطان ریه را افزایش دهد.





## Diagnosis

### تشخیص

پزشک نشانه‌ها و سوابق پزشکی بیمار را بررسی می‌کند و در صورتی که به سرطان ریه مشکوک باشد آزمایشات تکمیلی را تجویز خواهد کرد :

## Diagnosis

---

- **آزمایش های تصویربرداری:** از آزمایش های تصویر برداری برای بررسی مناطق مشکوک که ممکن است سرطان تشخیص داده شوند، تعیین میزان گسترش سرطان، تعیین اثر بخشی درمان و نیز بررسی احتمال عود مجدد بیماری بعد از درمان استفاده می شود. انواع تصویر برداری زیر در مراحل مختلف تشخیص مورد استفاده قرار می گیرند:
  - **رادیوگرافی:** استفاده از اشعه ایکس برای تعیین اندازه، شکل و موقعیت تومور ریه.
  - **سی تی اسکن:** بررسی دقیق تر شرایط تومور و اینکه آیا تومور به غدد لنفاوی گسترش یافته است یا خیر.
  - **MRI:** اسکن MRI اغلب برای بررسی گسترش احتمالی سرطان ریه به مغز یا نخاع استفاده می شود.
  - **برونکوسکوپي:** برونکوسکوپي می تواند به پزشک کمک کند تا برخی از تومورها یا انسدادها را در راه های هوایی بزرگتر پیدا کند، که اغلب می تواند در طول عمل بیوپسی شود.

- **نمونه برداری:** روش دیگر برای تشخیص تومور نمونه برداری از سلول‌های مشکوک به سرطان می‌باشد. این سلول‌ها را می‌توان از ترشحات ریه (مخاطی که حین سرفه از ریه خارج می‌شود)، مایع خارج شده از ناحیه اطراف ریه یا از ناحیه مشکوک با استفاده از سوزن یا جراحی (بیوپسی) نمونه برداری کرد.
- **بررسی گسترش سرطان ریه در قفسه سینه:** در صورت تشخیص قطعی ابتلا به سرطان ریه، مهم است که بدانیم آیا تومور به غدد لنفاوی در فضای بین ریه‌ها (مدیاستنوم) یا سایر مناطق مجاور گسترش یافته است یا خیر. تعیین این موضوع در انتخاب گزینه‌های درمانی فرد تاثیر گذار است. برای بررسی گسترش این سرطان از انواع سونوگرافی اندو برونشیال، سونوگرافی آندوسکوپی مری، مدیاستینوسکوپی و مدیاستینوتومی، و توراکوسکوپی استفاده می‌شود.

## Diagnosis

- **آزمایشات مولکولی برای تعیین تغییرات ژنی:** تعیین تغییرات ژنی برای تعیین نوع داروهای هدفمند مورد استفاده در درمان بیماری لازم است. به طور مثال EGFR پروتئینی است که به مقدار زیاد در سطح ۱۰ تا ۲۰ درصد از سلول های NSCLC ظاهر می شود و به رشد آنها کمک می کند. بنابراین از داروهایی که EGFR را هدف قرار می دهند می توان برای درمان NSCLC با تغییرات در ژن EGFR استفاده کرد اما این داروها در بیمارانی با تغییرات ژنی از نوع دیگر موثر نیستند.





## Disease Stages

### مراحل بیماری

تشخیص دقیق مرحله بیماری، بخش مهمی از تعیین بهترین درمان برای شما است. سرطان ریه بطور کلی شامل ۴ مرحله است. 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.



## 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 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 سلول‌های سرطانی است. شیمی درمانی معمولاً با جلوگیری از پیشرفت سرطان، طول و کیفیت زندگی افراد مبتلا به سرطان را در همه مراحل بهبود می‌بخشد. شیمی درمانی همچنین ممکن است به سلول‌های سالم بدن نیز آسیب برساند اما به علت فواید آن، روش درمانی مناسب 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.

### ■ 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 شیمی درمانی به سلول‌های سالم و طبیعی آسیب می‌رسانند. سیمرتا® یکی از داروهای اصلی درمان هدفمند در درمان سرطان ریه از نوع NSCLC می‌باشد.





What is **SIMERTA®**

### سیمرتا® چیست و چگونه عمل می‌کند؟

سیمرتا® نام تجاری داروی اسیمرتینیب می‌باشد. سیمرتا® متعلق به دسته‌ای از داروها است که مهارکننده‌های کیناز نامیده می‌شوند. این دارو به برخی از پروتئین‌های خاص روی سلول‌ها متصل و فعالیت آنها را مهار می‌کند و به این ترتیب از رشد و گسترش سرطان جلوگیری می‌کند. دارو به صورت قرص‌های ۴۰ و ۸۰ میلی‌گرمی در دسترس قرار دارد.

### آنچه قبل از مصرف سیمرتا® 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 سیمرتا® در خون شما را افزایش یا کاهش دهند یا بر اثربخشی دارو تاثیر بگذارند.

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

- غیر از سرطان ریه، مشکلات ریوی یا تنفسی (علائم بیماری بینابینی ریه (ILD)/التهاب ریه) دارید.
- مشکلات قلبی، از جمله وضعیتی به نام سندرم QTc طولانی دارید.
- دچار اختلال در الکترولیت‌هایی مانند سدیم، پتاسیم، کلسیم یا منیزیم هستید.

## Tips Before Use

- سابقه مشکلات چشمی داشته باشید.
- لکه‌های مرکزدار یا لکه‌های دایره‌ای مایل به قرمز است که اغلب با تاول‌های مرکزدار روی تنه، لایه‌برداری پوست، زخم‌های دهان، گلو، بینی، اندام‌های تناسلی و چشم‌ها دارید و قبل از آن تب و علائم شبیه آنفولانزا داشتید (علائم و نشانه‌های اریتم مولتی فرم ماژور، سندرم استیونز-جانسون و نکرولیز اپیدرمی سمی).
- باردار هستید یا قصد بارداری دارید. سیمرتا® می‌تواند به جنین شما آسیب برساند. زنانی که قادر به باردار شدن هستند باید قبل از شروع درمان با سیمرتا® تست بارداری انجام دهند. شما باید در طول درمان با سیمرتا® و به مدت ۲ ماه پس از آخرین دوز سیمرتا® از روش‌های موثر پیشگیری از بارداری استفاده کنید. مردانی که همسر آن‌ها امکان بارداری دارند، باید در طول درمان با سیمرتا® و به مدت ۴ ماه پس از آخرین دوز سیمرتا® از روش‌های موثر پیشگیری از بارداری استفاده کنند.
- در دوران شیردهی هستید یا قصد شیردهی دارید.



## نحوه مصرف سیمرتا®

- سیمرتا® را دقیقاً همانطور که پزشک معالج برایتان تجویز کرده است؛ مصرف کنید.
- در صورت داشتن عوارض جانبی، ممکن است پزشک شما دوز مصرفی شما را تغییر دهد یا به طور موقت یا دائم درمان با سیمرتا® را در صورت بروز عارضه جانبی متوقف کند.
- سیمرتا® را یک بار در روز مصرف کنید.
- بیماران می‌توانند این دارو را همراه با غذا مصرف نمایند ولی مصرف این دارو با معده خالی نیز امکان پذیر است.

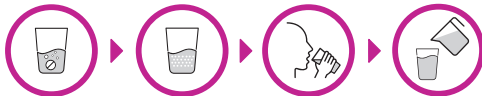


How to Take **SIMERTA®**

## How to Take **SIMERTA®**

### ■ اگر نمی‌توانید قرص‌های سیمرتا® را به طور کامل ببلعید:

- دوز سیمرتا® خود را در ظرفی حاوی ۶۰ میلی لیتر آب قرار دهید. از آب گازدار یا مایعات دیگر استفاده نکنید.
- قرص سیمرتا® و آب را هم بزنیید تا قرص سیمرتا® به قطعات کوچک تبدیل شود (قرص به طور کامل حل نمی‌شود). برای تهیه مخلوط از خرد کردن، حرارت دادن یا استفاده از امواج فراصوت خودداری کنید.
- مخلوط سیمرتا® و آب را فوراً بنوشید.
- ۱۲۰ میلی لیتر تا ۲۴۰ میلی لیتر آب به ظرف اضافه کنید و بنوشید تا مطمئن شوید که دوز کامل سیمرتا® را مصرف می‌کنید.



### ■ اگر لوله بینی- معده (NG-Tube) دارید:

- دستورالعمل‌های مشابه را برای مخلوط کردن قرص‌های سیمرتا® در ظرفی حاوی ۱۵ میلی لیتر آب دنبال کنید. از آب گازدار یا مایعات دیگر استفاده نکنید.
- قرص‌های سیمرتا® و آب را هم بزنید تا زمانی که قرص‌های سیمرتا® به قطعات کوچک تبدیل شوند (قرص‌ها به طور کامل حل نمی‌شوند). برای تهیه مخلوط از خرد کردن، حرارت دادن یا استفاده از امواج فراصوت خودداری کنید.
- ۱۵ میلی‌لیتر دیگر آب به ظرف اضافه کنید تا مطمئن شوید که هیچ تکه‌ای از قرص سیمرتا® باقی نمانده است.
- مخلوط قرص سیمرتا® و آب را با استفاده از دستورالعمل‌های شرکت سازنده لوله NG-Tube ظرف ۳۰ دقیقه به بیمار بدهید.
- ۳۰ میلی‌لیتر آب دیگر به سرنگ اضافه کنید و آب و باقیمانده سیمرتا® را از طریق لوله NG-Tube به بیمار بدهید تا مطمئن شوید که تمام دارو مصرف شده است. این مرحله را تا جایی تکرار کنید که هیچ تکه‌ای از قرص در سرنگ باقی نماند. این روش کمک خواهد کرد تا اطمینان حاصل شود که دوز کامل سیمرتا® تجویز شده است.

## نحوه نگهداری سیمرتا®

- دور از نور و رطوبت و در دمای کمتر از ۳۰ درجه سانتی‌گراد نگهداری شود.
- دارو را دور از دید و دسترس اطفال نگه دارید.
- دارو را در ظرف اصلی نگهداری کنید.
- ماده رطوبت‌گیر را در بطری نگه دارید. بسته رطوبت‌گیر را نخرید و دور نیندازید.
- قرص‌هایی که دیگر استفاده نمی‌شوند و یا تاریخ مصرف آن‌ها گذشته است را به روشی ایمن دور بیندازید. از پزشک یا داروساز خود در مورد روش صحیح دور انداختن سیمرتا® تاریخ مصرف گذشته یا استفاده نشده سؤال کنید.
- از اقدامات احتیاطی مناسب برای جابجایی و دفع داروهای سایتوتوکسیک استفاده کنید.



### عوارض جانبی سیمرتا®

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.

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

■ **مشکلات ریوی (بیماری بینابینی ریه (ILD)/التهاب ریه).** سیمرتا® ممکن است باعث مشکلات ریوی شود که ممکن است تهدید کننده حیات باشد. علائم ممکن است مشابه علائم سرطان ریه باشد. اگر علائم ریوی جدید یا تشدید شده دارید، از جمله مشکلات تنفسی، تنگی نفس، سرفه یا تب، فوراً به پزشک معالج خود اطلاع دهید.



## SIMERTA® Side Effects

■ **مشکلات قلبی، از جمله نارسایی قلبی.** سیمرتا® ممکن است باعث مشکلات قلبی شود که ممکن است تهدید کننده حیات باشد. پزشک معالج شما باید عملکرد قلب شما را قبل از شروع مصرف سیمرتا® و در صورت لزوم در طول درمان بررسی کند. اگر هریک از علائم و نشانه‌های مشکل قلبی را دارید، فوراً به پزشک معالج خود اطلاع دهید؛ احساس کوبش یا تندی ضربان قلب، تنگی نفس، تورم مچ پا و پاها، سرگیجه، احساس سبکی سر یا احساس غش و ضعف.

■ **مشکلات چشمی.** سیمرتا® ممکن است باعث مشکلات چشمی شود. اگر علائم مشکلات چشمی را دارید که ممکن است شامل آبریزش چشم، حساسیت به نور، درد چشم، قرمزی چشم یا تغییرات بینایی باشد؛ فوراً به پزشک معالج خود اطلاع دهید. در صورت بروز مشکلات چشمی با سیمرتا®، پزشک معالج شما ممکن است شما را به یک متخصص چشم (چشم‌پزشک) ارجاع دهد.



■ **مشکلات پوستی (اریتم مولتی فرم ماژور، سندرم استیونز جانسون و نکرولیز اپیدرمی سمی).** سیمرتا® ممکن است باعث مشکلات پوستی شود. در صورت بروز واکنش‌های پوستی شبیه حلقه (ضایعات مرکزدار)، تاول‌های شدید یا لایه‌لایه شدن پوست، فوراً به پزشک معالج خود اطلاع دهید.

■ **التهاب رگ‌های خونی در پوست.** سیمرتا® ممکن است باعث مشکلات عروق خونی در پوست شود. اگر با فشار دادن روی ساق دست‌ها، ساق پاها یا باسن دچار لکه‌های ارغوانی یا قرمزی پوستی که رنگشان محو نمی‌شود (غیر سفید شونده) یا کپهرهای بزرگ در قسمت اصلی بدن (تنه) که در عرض ۲۴ ساعت از بین نمی‌روند و کبود به نظر می‌رسند، شدید؛ فوراً به پزشک معالج خود اطلاع دهید.



## SIMERTA<sup>®</sup> Side Effects

■ **مشکلات خون و مغز استخوان.** سیمرتا<sup>®</sup> ممکن است شرایطی ایجاد کند که در آن مغز استخوان شما نتواند به اندازه کافی سلول‌های خونی جدید تولید کند (کم خونی آپلاستیک) و ممکن است تهدید کننده حیات باشد. پزشک معالج شما شمارش سلول‌های خونی شما را قبل از شروع و در طول درمان با سیمرتا<sup>®</sup> بررسی می‌کند. **در صورت بروز هر گونه علائم یا نشانه‌های مشکلات خون و مغز استخوان فوراً به پزشک معالج خود اطلاع دهید، از جمله:**

- ایجاد کبودی یا خونریزی آسان که متوقف نمی‌شود
- عفونت
- پوست رنگ پریده غیرعادی
- خستگی
- ضعف
- بروز تب جدید یا تبی که از بین نمی‌رود (دمای ۳۸ درجه سانتی‌گراد (معادل ۱۰۰/۴ درجه فارنهایت) یا بالاتر)

**در صورت تجربه هر یک از علائم فوق، فوراً با پزشک معالج خود تماس بگیرید.**

### شایع ترین عوارض جانبی سیمرتا® زمانی که به تنهایی استفاده شود عبارتند از:

- افت تعداد گلبول‌های سفید خون
- افت تعداد گلبول‌های قرمز خون (کم خونی)
- درد عضلانی، استخوانی یا مفصلی
- دهان ملتهب و دردناک (استوماتیت)
- از دست دادن اشتها
- تغییرات در ناخن‌ها از جمله: قرمزی، حساسیت، درد، التهاب، شکنندگی، جدا شدن از بستر و افتادن ناخن
- افزایش ماده‌ای در خون به نام کراتینین (که توسط بدن شما تولید می‌شود و توسط کلیه خارج می‌شود).
- افزایش ماده‌ای در خون به نام کراتین فسفوکیناز (آنزیمی که در هنگام آسیب عضله در خون آزاد می‌شود).
- سندرم دست و پا ممکن است شامل قرمزی، تورم، سوزن سوزن شدن یا احساس سوزش همراه با ترک خوردن پوست در کف دست و/یا کف پا باشد.

## SIMERTA® Side Effects

### شایع ترین عوارض جانبی سیمرتا® در ترکیب با شیمی درمانی مبتنی بر پمترکسد و پلاتین عبارتند از:

- کاهش گلبول های سفید خون
- افت تعداد پلاکت
- بثورات پوستی
- اسهال
- زخم های دهانی
- خشکی پوست
- افزایش ماده های به نام کراتینین در خون
- تغییرات در ناخن ها، از جمله: قرمزی، حساسیت، درد، التهاب، شکنندگی، جدا شدن از بستر و افتادن ناخن

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 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.

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.

## Management of Side Effects

### ■ 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.



## Management of Side Effects

### ■ 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 (هم‌دمای 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 می‌شود در طول درمان با سیمرتا® 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 قرار گرفتن در معرض نور خورشید خودداری کنید.
- از ضدآفتاب مناسب برای پوست خود استفاده کنید. ضدآفتاب‌های با SPF ۳۰ و بالاتر پیشنهاد می‌شوند.
- از شوینده‌های قوی و نیز آب داغ برای شستشوی پوست استفاده نکنید.
- محصولات ضد جوش، پوست شما را خشک می‌کنند. از استفاده آنها خودداری کنید.
- پوست خود را همواره مرطوب نگه دارید.



### ■ سندرم دست-پا:

سندرم دست-پا یکی از عوارض جانبی شایع در طول درمان با سیمرتا® است. تغییرات پوستی زیر می‌تواند نشان‌دهنده ابتلا به این سندرم باشد:

■ **حساسیت:** حساس شدن کلی پوست، سوزش، احساس سوزن سوزن شدن و افزایش حساسیت نسبت به گرما

■ **ظاهر:** قرمز شدن یا متورم شدن پوست

■ **تغییر در بافت پوست:** پینه بستن یا تاول در کف پا یا کف دست-خشک شدن، ترک خوردن یا پوسته پوسته شدن

- پوست خود را به صورت منظم بررسی کنید.
- از شستشوی پوست خود با آب داغ خودداری کنید. با آب ولرم و خنک حمام کنید یا دوش بگیرید. به آرامی و بدون مالش حوله با پوست، بدنتان را خشک کنید.
- دست و پا خود را با بسته‌های یخ (پک یخ)، آب خنک، یا حوله مرطوب هر بار به مدت ۱۵-۲۰ دقیقه خنک کنید.

## Management of Side Effects

- از قرارگیری در معرض منابع گرما مانند آفتاب مستقیم و سونا اجتناب کنید.
- از پرداختن به فعالیت‌هایی که باعث اعمال فشار یا مالش (اصطکاک) روی پوستتان می‌شود، اجتناب کنید و در هنگام انجام فعالیت‌هایی مانند آشپزی، باغبانی، تعمیرات و یا ورزش که فشار روی دست‌های شما را افزایش می‌دهند از دستکش استفاده کنید.
- از شستشوی پوست بدن خود با مواد شوینده قوی خودداری کنید.
- هر هفته به مدت ۲۰-۳۰ دقیقه پاهای خود را در نمک اپسوم یا نمک دریا بخیسانید، پس از خیساندن به آرامی پینه‌ها را از پوست جدا کنید. جداکردن پینه‌های ضخیم نیاز به مداخله فرد متخصص دارد.
- از لایه‌بردارهای ضعیف و مرطوب‌کننده‌های قوی استفاده کنید و پوست خود را به صورت پیوسته مرطوب نگه دارید.



### ■ 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.



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

**■ 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 سیمرتا® 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 گونه ای است که هر روز باید نسبت خاصی از همه گروه های غذایی (شامل کربوهیدرات ها، میوه و سبزیجات، پروتئین، لبنیات، و چربی) را مصرف کنید.

### 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 آنها 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.

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

**سلول:** سلول‌ها واحد ساختمانی پایه‌ی تمام موجودات زنده محسوب می‌شوند. بدن انسان متشکل از تریلیون‌ها سلول است. سلول‌ها ساختار بدن را شکل می‌دهند.

**غدد لنفاوی:** گره‌هایی هستند که در سرتاسر بدن به صورت گسترده وجود دارند. این غدد به عنوان بخشی از سیستم ایمنی بدن از طریق مبارزه با عفونت‌ها و فیلتر باکتری‌ها و سلول‌های سرطانی، نقش حائز اهمیت را در سلامت انسان ایفا می‌کنند.

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

**متاستاتیک:** به شرایطی که بیماری متاستاز یافته، متاستاتیک می‌گویند.

**غربالگری:** غربالگری به مجموعه آزمایشاتی گفته می‌شود که برای تشخیص یا کنترل انواع بیماری‌ها تجویز می‌شود.

## Medical Terminology

**برونکوسکوپي:** روشی است که به پزشک متخصص ریه اجازه می دهد تا ریه و مجرای هوای بیمار را بررسی کند. در این روش یک لوله نازک (برونکوسکوپ) از طریق مجرای دهان یا بینی وارد ریه ها می شود. در انتهای این لوله های نازک یک دوربین و منبع نور تعبیه شده تا پزشک محیط داخل ریه را بهتر ببیند .

**رادون:** گاز رادون، یک گاز نامرئی، بی بو، بی مزه و رادیواکتیو است که از تجزیه زنجیره اورانیوم طبیعی موجود در سنگ ها و خاک تشکیل می شود. گاز رادون تقریباً در همه جا حضور دارد. میزان غلظت گاز رادون در هر ناحیه متفاوت است.

**آرسنیک - نیکل - کروم:** عناصری که تشکیل دهنده پوسته زمین و خاک وجود هستند و سرطان را هستند.

### مراجع:

- [https://www.accessdata.fda.gov/drugsatfda\\_docs/label/2024/208065s030lbl.pdf](https://www.accessdata.fda.gov/drugsatfda_docs/label/2024/208065s030lbl.pdf)
- <https://www.cancer.net/>
- <https://www.cancer.org/>
- <http://www.kimia-pharma.co/>
- <https://www.tagrisso.com/>

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