



# Manual del pacient en tractament amb quimioteràpia

**Edita:** Servei de Malalties Oncològiques - Hospital de Sabadell - Corporació Sanitària Parc Taulí (CSPT) - Fundació Parc Taulí - Institut Universitari Parc Taulí (UAB).

**Dibuixos:** Ricard Molina.

**Coordinació i maquetació:** Centre de Comunicació Corporativa (CCC).

**Impressió:** Codipre Arts Gràfiques SL

# Índex

Introducció

Consells de prevenció

Alimentació

Higiene bucal

Cura de la pell

Cura del cabell

Vacunes

Efectes secundaris

Febre

Nàusees/vòmits

Diarrea

Restrenyiment

Molèsties bucals

Alopècia

Problemes de la pell

Inflamació en la zona de punció

Sobre la sexualitat

Fatiga

Com posar-se en contacte amb nosaltres?

# Introducció

Com li haurà explicat el seu metge i l'equip d'infermeria, la malaltia que vostè pateix necessita d'un tractament que pot produir efectes secundaris. En aquest text l'informem sobre els efectes secundaris més freqüents del tractament, com actuar i com intentar prevenir-los.

A més a més li indiquem què fer en cas d'aparició d'altres efectes secundaris i dels circuits existents per sol·licitar altres tipus de demandes, ja sigui mentre duri el tractament o durant els controls posteriors que vostè rebrà.

# Consells de prevenció

Els consells que es donen a continuació li ajudaran a evitar efectes indesitjats del tractament.

Llegeixi detingudament el text i davant de qualsevol dubte pregunti a l'equip.



## Alimentació

### Aconsellable:

- > Dieta rica en nutrients, poques quantitats i preses freqüents.
- > Abundants líquids (més de 2 l. al día), sobretot els dies en que se li administri el tractament.

### No aconsellable:

- > Aliments molt calents, fregits, picants, molt condimentats i flatulents.
- > Begudes estimulants i amb gas.
- > Tabac i alcohol.

# Higiene bucal

## Aconsellable:

- > Raspallada suau de dents, esbandides d'aigua i bicarbonat després de cada àpat.
- > Visiti al seu dentista abans de començar el tractament.

## No aconsellable:

- > Extraccions dentals i/o qualsevol tipus de manipulació dental (consulti abans amb el seu metge).



# Cura de la pell

## Aconsellable:

- > Cremes hidratants amb glicerina o vaselina líquida.
- > Protecció del sol (ulleres, barrets, ombrel·les, crema de protecció total)

## No aconsellable:

- > Lesions de la pell: afaitat amb maquinetes de fulla.
- > Exposicions directes al sol.



# Cura del cabell

## Aconsellable:

- > Xampú neutre (infantil), pinta amb ptes separades.
- > Rentat de cabell amb aigua tèbia, friccions suaus i assecat a l'aire.
- > Ús de tints vegetales, sense amoníac.

## No aconsellable:

- > Assecador amb aire calent.



# Vacunes

## Aconsellable:

- > Pot vacunar-se de grip, tètanus o pneumococ.
- > L'efectivitat de la vacuna és major si es realitza abans d'iniciar el tractament

## No aconsellable:

- > Vacunar-se per altres tipus de malalties sense informació prèvia.



# Efectes secundaris

El tractament de la seva malaltia precisa de fàrmacs que poden presentar efectes secundaris, la majoria de les vegades lleus o moderats. A continuació li detallarem els més freqüents i com actuar davant ells.

## **Febre** (Temperatura superior a 38°)

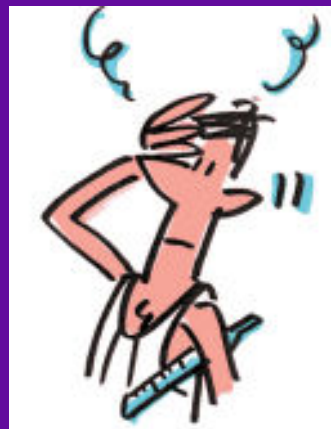
Alguns tractaments disminueixen les defenses, per la qual cosa, pot predisposar a infeccions. Aquest risc acostuma a aparèixer al voltant de 10 dies després del darrer tractament. Davant la sensació de febre o malestar s'aconsella prendre la temperatura.

Si la temperatura és de 38°C o superior:

### **Què fer?**

En horari d'Hospital de Dia, trucar al telèfon de la Unitat.

Fora d'horari, ha d'anar immediatament a Urgències de l'hospital.





# Nàusees / Vòmits

Habitualment es controlen amb medicació que s'administra junt amb el tractament. Encara que en ocasions pot aparèixer a pesar d'ells, sobretot passades les 24-48h del tractament. Per prevenir-los, segueixi amb rigor la pauta descrita.

## Què fer?

Segueixi els següents consells dietètics:

- > Fer menjars lleugers i poc condimentats (poca quantitat i freqüent)
- > Evitar olors fortes i desagradables.
- > Evitar aliments fregits, productes làctics, carns vermelles, en el dia del tractament.
- > Ingerir begudes: aigua amb gas, refresc de cola, gasosa (deixant evaporar el gas)
- > Fer ús preferiblement de roba folgada.
- > Descansar el suficient, procuri estar relaxat, intentant distreure la seva atenció (veure la TV, lectura, música...).

Si, tot i així, presenta nàusees o vòmits, contacti amb l'Hospital de Dia.



# Diarrea

A vegades, aquest símptoma es presenta com a causa del tractament i, altres, són problemes propis de la malaltia. Es considera diarrea a 3 o més deposicions líquides per sobre del seu ritme habitual.

## Què fer?

- > Faci dieta amb: arròs bullit, pastanaga, puré de patates, poma ratllada i/o al forn, pollastre sense pell, peix bullit i/o a la planxa, plàtan amb suc de llimona...
- > Eviti els aliments rics en fibra i làctis (verdures, cereals, pa integral, fruita...)
- > Begui abundant líquid (2 l. diaris)
- > Consulti amb l'Hospital de Dia, si :
  - Persisteixen més de 6 deposicions al dia.
  - Observa sang en les seves matèries fecals (excrements) .
  - Té febre.



# Restrenyiment

El restrenyiment pot estar causat per:

- La seva malaltia
- Medicaments administrats pel dolor.
- Canvis en la seva dieta.
- Canvis en la seva activitat.



## Què fer?

- > Augmenti el consum de fruites, verdures, cereals, pa integral i sucs de fruites.
- > Augmenti la ingesta de líquids.
- > Faci exercici.
- > Consulti amb l'equip si:
  - Pateix dolor abdominal o vòmits.
  - En cas d'haver de prendre laxants.

\* Els pacients amb colostomies han de seguir les recomanacions que li ha fet la seva infermera.

# Molèsties bucal

---

Es produeixen com a conseqüència de la inflamació de la mucosa bucal. En ocasions provoca nafres, dolor i sagnat que pot arribar a impedir la ingesta de líquids o aliments.

## Què fer?

Prengui:

- > Dieta tova, no calenta i no àcida.
- > Begui abundants líquids.
- > Esbandeixi's la boca després de cada àpat amb aigua bicarbonatada.
- > Utilitzi raspall de dents suau.
- > Eviti el tabac i l'alcohol.
- > Llepi gel, a vegades millora el dolor.
- > Prengui gelatina, pudding o gelat.
- > Consulti: si persisteixen les molèsties malgrat aquestes recomanacions.



# Alopècia

---

Alguns tractaments, no tots, poden causar la caiguda total o parcial del cabell, pot afectar a qualsevol part del cos, sense que l'arrell quedi danyada. Després de finalitzar el tractament, el cabell tornarà a créixer de nou, però el seu color o textura poden canviar.

## Què fer?

- > Consulti amb el seu perruquer/a.
- > Protegeixi el seu cap del sol i del fred.
- > Utilitzi xampú neutre.
- > Eviti els tints (excepte vegetals sense amoníac)
- > Tingui en compte que els mocadors, barrets o perruques poden ser-li de gran ajuda.



# Pell

En alguns casos, atès el tractament, la pell es reseca més de l'habitual i es descama.

També les ungles i el recorregut de les venes que utilitzem per administrar el tractament es tornen més fosques.

Aquests símptomes desapareixen amb el pas del temps.

## Què fer?

- > Consulti amb l'equip en la pròxima visita.
- > Durant les sessions de tractament, pot anar a la platja, al camp... però recordi:
  - Eviti l'exposició directa al sol
  - Utilitzi barrets, ombrel·les i cremes d'alt índex de protecció solar.



# Inflamació en la zona de punció

---

L'aparició d'una zona inflamada, vermella i dolorosa, passades poques hores o dies de l'administració per vena del tractament, es degut a una irritació produïda pel mateix.

## Què fer?

> Si això passa, anar a l'Hospital de Dia.



# Sexualitat

---

El tractament pot provocar trastorns físics i psíquics, que poden provocar una disminució del desig sexual. Normalment és reversible en la majoria de casos.

Trastorns físics com l'alteració de la menstruació, infertilitat, impotència...

Trastorns psíquics com ansietat, depressió...

## Què fer?

> No dubti consultar al seu equip a la visita.





# Fatiga

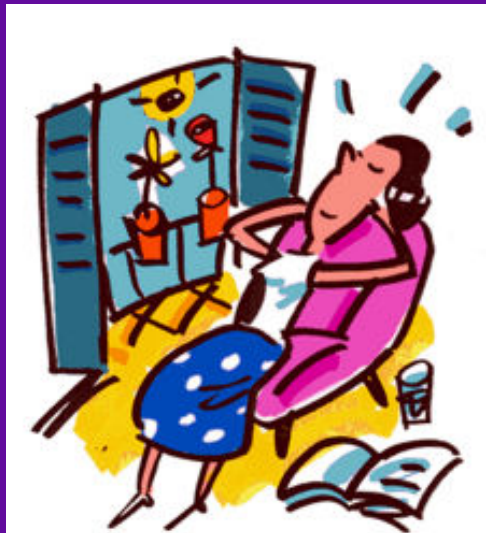
Durant el tractament, pot sentir-se cansat o esgotat, amb sensació de pesadesa o manca d'energia. Pot estar provocat per diferents factors com:

- Desnutrició
- Anèmia
- Cirurgia
- Manca de descans
- Estat emocional alterat
- Pel mateix tractament

## Què fer?

> Descansar i adaptar la seva activitat física, depenen del seu estat de cansament.

> En cas d'anèmia i/o desnutrició, l'equip l'aconsellarà les mesures a prendre.



# Com posar-se en contacte?

## Admissions

- Canvi de data de visita o exploracions
- Horari: de 10:00h a 18:00h
- Tel: 937 458 288

# Com posar-se en contacte?

## Hospital de Dia

- Efectes secundaris
- Descontrol de símptomes
- Horari: de 08:00h a 19:30h  
Divendres fins les 14:00h
- Tel: 937 458 272
- Necessitat de visita preferent amb el metge

**\*Fora d'aquest horari haurà de dirigir-se a Urgències de l'hospital segons s'indica al text**

**\*Preguem s'adaptin les trucades als circuits descrits. Així li evitarem esperes innecessàries**



## Autors:

Quica Cuadras  
Carmen Díaz  
Lluïsa Horcas  
Montserrat Llort  
Salut Madriles  
Carme Martín  
Mercè Messalles  
Lluïsa Molina  
Jesús Montesinos  
Lluïsa Prior  
Raquel Sánchez  
Marta Santos



*Aquesta guia ha estat patrocinada per*

*Lilly*