

GUIANDO-SE COM SEGURANÇA PELA QUIMIOTERAPIA: Cuidados e Orientações



Onkosol GRUPO



Este *guia* foi criado para fornecer informações importantes e orientações para garantir o seu *conforto e segurança* durante o tratamento, nosso objetivo é esclarecer dúvidas relacionadas ao câncer e a seus tipos de tratamento, além de *informar sobre os cuidados necessários durante esse período e os eventuais efeitos colaterais decorrentes do processo.*



Por favor, leia atentamente e não hesite em perguntar à equipe de enfermagem se tiver alguma dúvida.

• Índice

- O que é câncer?.....1
- O que é quimioterapia?.....2
- Como é administrada a quimioterapia?.....3

• Tratamento de Quimioterapia

- Como é realizado o tratamento?.....5
- Frequência e periodicidade.....6
- Por que é importante respeitar as datas das sessões de quimioterapia marcadas em meu passaporte?.....7
- Gerenciamento da dor durante a quimioterapia...8

• Impacto na Vida do Paciente

- Mudanças na vida e rotina.....9
- Atividade sexual durante o tratamento.....10
- Considerações sobre fertilidade e menstruação..11

• Cuidados e Precauções

- Vacinação.....12
- Eliminação dos quimioterápicos do organismo....12
- Uso de outros medicamentos durante a quimioterapia.....13

• Efeitos Colaterais e Manejo

- Principais efeitos colaterais da quimioterapia.....14
- Recomendações e orientações importantes para lidar com os efeitos colaterais.....19



Recomendações essenciais para o tratamento

- Não falte às consultas agendadas e, em caso de perda do retorno, entre em contato para reagendamento.
- Evite consumir bebidas alcoólicas e tabaco (cigarro).
- Evite contato com pessoas doentes.
- Evite locais aglomerados e fechados.
- Informe seu médico imediatamente em caso de:
 - Febre igual ou superior a 37,8 °C;
 - Manchas vermelhas na pele;
 - Sangramentos;
 - Palidez e cansaço com pequenos esforços;
 - Cansaço aos pequenos esforços.

Essas medidas são essenciais para garantir o sucesso do tratamento e a sua segurança.

Lembre-se de que estamos aqui para apoiá-lo em cada etapa do tratamento.

Não hesite em nos procurar se precisar de ajuda ou se tiver alguma preocupação.

Desejamos a você uma recuperação tranquila e rápida.



O que é o câncer?

Câncer é uma doença caracterizada pelo crescimento descontrolado e anormal de células no organismo.

Essas células têm a capacidade de invadir tecidos saudáveis e se espalhar para outras partes do corpo, podendo causar danos e interferir no funcionamento adequado dos órgãos.

O câncer pode se desenvolver em diferentes regiões do corpo e apresentar diversos tipos e formas, sendo uma condição que requer tratamento adequado e acompanhamento especializado.



O que é quimioterapia?

A quimioterapia é um tratamento utilizado no combate ao câncer e outras doenças, que consiste na administração de antineoplásicos.

Estes medicamentos são projetados para destruir as células cancerígenas ou inibir seu crescimento, ajudando a controlar ou eliminar o tumor.

A quimioterapia pode ser administrada de diferentes formas. Em nossa unidade usamos as seguintes modalidades: por via oral, intravenosa, intramuscular, subcutânea e intravesical, dependendo do tipo de câncer e do protocolo de tratamento estabelecido pelo médico.

O objetivo da quimioterapia é atingir as células cancerígenas em diversas fases de crescimento e divisão, destruindo-as ou impedindo sua multiplicação.





Como é administrada a quimioterapia?

A quimioterapia pode ser administrada de várias formas, dependendo do tipo de câncer, do estágio da doença e do protocolo de tratamento estabelecido pelo médico.

1. Infusão Intravenosa:

A forma mais comum de administração da quimioterapia é por meio de uma veia.

O medicamento é administrado lentamente, durante um período de tempo que varia de acordo com o tipo de quimioterápico.

Para tratamentos de longa duração ou que necessitam de múltiplas sessões de quimioterapia, pode ser inserido um Cateter totalmente implantado, que facilita a administração dos medicamentos de forma contínua.

2. Administração Oral:

Em forma de comprimidos, cápsulas ou líquidos.

O paciente recebe instruções específicas sobre a dose e a frequência de administração desses medicamentos.

3. Injeção Intramuscular ou Subcutânea:

Em alguns casos, a quimioterapia pode ser administrada por meio de injeções diretamente no músculo (intramuscular) ou sob a pele (subcutânea).

Como é realizado o tratamento?

Após a consulta médica e a análise dos exames laboratoriais, seu agendamento para a quimioterapia será realizado.

Você receberá orientações detalhadas sobre o tratamento, seguindo a prescrição médica.

Durante as sessões, os profissionais de farmácia irão preparar os medicamentos que compõe seu protocolo de quimioterapia de forma individual, e a equipe de enfermagem irá garantir a administração segura e adequada dos medicamentos.





Frequência e periodicidade

A duração e a frequência do tratamento com quimioterapia são ajustadas de acordo com o tipo específico de câncer e o plano terapêutico definido.

O médico é responsável por determinar o intervalo entre as sessões, que pode variar entre 15, 21, 28 dias ou ser semanal, conforme a necessidade de cada caso.

É essencial seguir as orientações médicas para assegurar a eficácia do tratamento.



Porque é importante respeitar as datas das sessões de quimioterapia marcadas em meu passaporte?

É fundamental para a eficácia do tratamento, controle dos efeitos colaterais e prevenção de complicações.

O cronograma foi planejado para atacar as células cancerígenas nos momentos certos e permitir que seu corpo se recupere.

Mudanças nas datas podem reduzir a eficácia e desorganizar o plano de tratamento.

Seguir o cronograma garante melhores resultados e segurança.



Gerenciamento da dor durante a quimioterapia

Não é comum sentir dor intensa durante a infusão, se faz necessária a sinalização aos profissionais da equipe de Enfermagem sobre qualquer desconforto, para que seja avaliado individualmente.



Mudanças na vida e rotina

Durante o tratamento de quimioterapia, você pode manter suas atividades de trabalho e lazer, desde que tenha a liberação do seu médico. No entanto, é possível que sinta a necessidade de descansar nos primeiros dias.

Evite aglomerações, prefira ambientes arejados e bem ventilados.

Se o tratamento estiver impactando suas atividades diárias, é importante conversar com seu médico para buscar orientações e ajustes necessários.

Seu bem-estar e conforto durante o tratamento são prioridades, por isso esteja aberto a adaptar a rotina conforme necessário.





Atividade sexual durante o tratamento

Durante o tratamento de quimioterapia, é possível manter suas atividades sexuais normalmente.

No entanto, é essencial o uso de preservativos para prevenir infecções, especialmente se a imunidade estiver baixa, e evitar uma gravidez, pois os medicamentos podem causar malformações no feto.

A proteção adequada durante as relações íntimas é importante para sua saúde e segurança, por isso mantenha essa prática como parte de seus cuidados durante o tratamento.

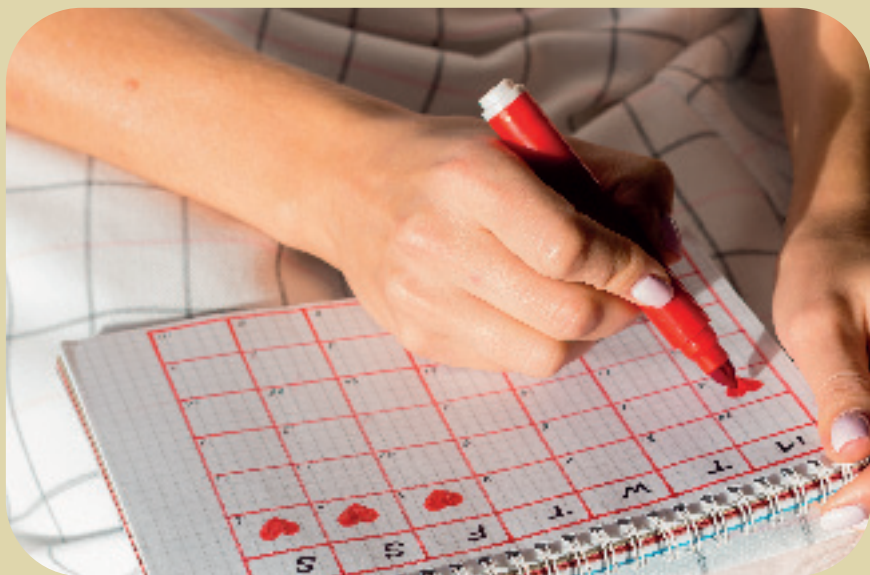


Considerações sobre fertilidade e menstruação

Durante o tratamento de quimioterapia, é comum ocorrer a suspensão temporária da menstruação.

Após o término da terapia, o ciclo menstrual pode ou não retornar ao normal.

É importante discutir essas questões com o médico responsável pelo seu tratamento, para compreender melhor como a quimioterapia pode afetar o seu ciclo menstrual e quais medidas podem ser tomadas para lidar com essas mudanças.





Eliminação dos quimioterápicos do organismo

Eliminação dos quimioterápicos do organismo

Alguns cuidados incluem:

- Descarte adequado: as excretas de urina devem ser descartadas em um vaso sanitário com tampa fechada, utilizando a descarga para eliminar os resíduos de forma segura.
- Higiene pessoal: é importante lavar as mãos com água e sabão após usar o banheiro, para evitar a contaminação de superfícies e objetos.
- Limpeza do banheiro: limpar o vaso sanitário regularmente, utilizando produtos de limpeza adequados e descartando o material de forma segura.
- Evitar o contato direto: evitar o contato direto com as excretas de urina, especialmente se houver risco de respingos ou derramamento.



Vacinação

É importante conversar com o seu médico para garantir a liberação das vacinas.

O profissional responsável pelo seu tratamento irá orientar sobre o melhor momento para realizá-las



Uso de outros medicamentos durante a quimioterapia

É fundamental não tomar medicamentos sem a orientação do médico, pois eles podem interferir no seu tratamento.

Se você está utilizando algum medicamento, como os para pressão, diabetes ou outros, é importante informar ao seu médico oncologista.

Não abandone os tratamentos para essas condições. Caso você faça acompanhamento com outra especialidade, informe também ao oncologista.

Além disso, não interrompa o uso dos medicamentos prescritos antes da quimioterapia, seguindo sempre as orientações médicas para garantir a segurança e a eficácia do tratamento.



Efeitos colaterais

Fadiga

Sensação de cansaço que pode persistir por vários dias após a sessão de quimioterapia.

É recomendado que faça pausas e descanse sempre que necessário, mantenha uma rotina de sono regular e de qualidade, pratique atividades físicas leves, como caminhadas, alimente-se de forma saudável e equilibrada, aceite ajuda de familiares e amigos nas tarefas diárias, participe de atividades relaxantes, como meditação ou ioga, comunique-se com a equipe médica sobre a fadiga para receber orientações específicas.

Náuseas e vômitos

Podem ocorrer logo após a infusão dos medicamentos. Nesse cenário, é aconselhável seguir a prescrição médica para tomar medicamentos contra enjoos e vômitos.

Evite alimentos gordurosos e condimentados, optando por alimentos frios, pastosos e em temperatura ambiente.

Escolha um ambiente tranquilo para as refeições, reservando esse momento para si. Mastigue bem os alimentos e evite esforços após as refeições.

Queda de cabelo

Muitos pacientes sofrem com a perda dos cabelos em alguns protocolos de quimioterapia, 14 a 21 dias após a administração da quimioterapia.

Este efeito colateral é reversível e temporário. Ao término do tratamento o cabelo volta a crescer.

Supressão da medula óssea

Redução na produção de células sanguíneas, levando a maior risco de infecções, anemia e hematomas.

Mucosite

Inflamação e ulceração na mucosa oral e gastrointestinal, causando dor e desconforto.

Recomenda-se inspecionar diariamente a boca, mantendo-a sempre limpa, principalmente após as refeições, além de evitar alimentos ácidos e condimentados.

Dar preferência a alimentos gelados, pastosos e líquidos.

Alterações na pele e unhas

Ressecamento, sensibilidade e mudanças na textura da pele e unhas.

Recomenda-se aplicar protetor solar nas áreas expostas ao sol, usar chapéus e bonés para proteger a face e a cabeça, além de manter a pele sempre hidratada.

Alterações no paladar

Pode ocorrer uma alteração no paladar, levando a uma diminuição do apetite.

Recomenda-se evitar alimentos ácidos e condimentados.

Dar preferência a alimentos frescos e indicado o uso de escovas macias e bochechos com soluções antissépticas sem álcool.

Diarreia

Alguns medicamentos podem causar diarreia em diferentes intensidades.

Caso isso ocorra, é importante informar o médico.

Recomenda-se evitar alimentos gordurosos e condimentados, optando por alimentos como arroz, batata, goiaba, banana, cenoura, caju, maçã, entre outros. É essencial ingerir pelo menos dois litros de água por dia para manter a hidratação adequada.

Anemia, leucopenia e trombocitopenia

Durante o tratamento de quimioterapia, os medicamentos utilizados para combater o câncer também podem afetar as células saudáveis do organismo.

As células sanguíneas, como as plaquetas (responsáveis pela coagulação sanguínea), os leucócitos (responsáveis pela defesa do corpo contra infecções) e as hemácias (que transportam oxigênio), são particularmente sensíveis a esses efeitos.

Quando os níveis sanguíneos dessas células estão muito baixos, podem surgir sintomas como cansaço, palidez, febre, manchas avermelhadas na pele, hematomas e sangramentos.

Diante dessas situações, é recomendável:

- Manter boa higiene oral e corporal.
- Se atentar diariamente a pele e a boca em busca de manchas ou lesões.
- Proteger a pele ao depilar, barbear, cortar unhas e evitar espremer cravos e espinhas.
- Lavar frutas e verduras antes de consumi-las.
- Verificar a temperatura se notar alterações.
- Descansar e garantir um sono adequado

Dicas infalíveis para um tratamento eficaz e confortável

Antes do tratamento:

- Chegue na hora marcada para o tratamento.
- Traga um acompanhante, se desejar.
- Informe à equipe de enfermagem sobre qualquer sintoma ou reação adversa que tenha ocorrido desde a última sessão de quimioterapia.
- Certifique-se de estar bem hidratado e ter feito uma refeição leve antes do tratamento.

Durante o tratamento:

- Mantenha-se confortável durante a infusão, informando à equipe sobre qualquer desconforto.
- Esteja preparado para passar algumas horas na sala de quimioterapia. Traga um livro, tablet ou outra forma de entretenimento.
- Comunique imediatamente à equipe de enfermagem se sentir algum sintoma novo ou incomum durante o tratamento.
- Não hesite em pedir auxílio se precisar ir ao banheiro ou se tiver alguma necessidade especial.

Após o tratamento:

- Siga as orientações da equipe de enfermagem para cuidados em casa, incluindo sinais de alerta a serem observados.
- Mantenha-se bem hidratado e descanse adequadamente nos dias seguintes ao tratamento.
- Evite a exposição ao sol e locais com aglomeração de pessoas, especialmente se sua imunidade estiver comprometida.
- Entre em contato imediatamente com a equipe de saúde se tiver alguma dúvida ou se sentir sintomas graves.



**Cabo Frio****(22) 2645-3753**

R. Maestro Clodomiro
Guimarães Oliveira, 44
-Passagem, Cabo frio

Araruama**(22) 2661-6206**

R. XV de Novembro, 355
XV de Novembro,
Araruama

Tamoios**(22) 2041-4004**

Av. Independência, 13 e
14 lote 16 quadra 15 bloco
1 Unamar, Cabo frio

Maricá**(21) 2060-0100**

Rua Vereador Luiz
Antônio da Cunha,
35 Loja 34, Centro, Maricá