

TEMADAG OM KRONISK BLODCANCER

Biverkningar av behandling

2017-09-23

Steffi Ziegelasch, leg sjuksköterska
Hematologenheten Vrinnevisjukhuset



Vilka biverkningar är vanligast?

- Trötthet/fatigue
- Låga blodvärden/benmärgspåverkan
- Infektionskänslighet
- Besvär från munhåla och svalg
- Illamående
- Förstoppning/diarréer
- Håravfall
- Neurologiska biverkningar



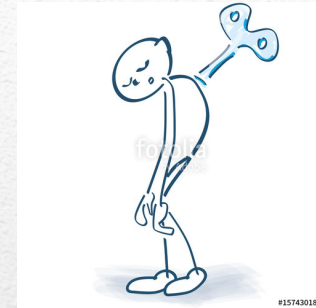
Vad händer i kroppen? Varför får man biverkningar av cytostatikabehandlingar?

- Celler förstörs eller hindras att växa
- Korta behandlingsintervaller
- Bidiagnoser
- Friska celler påverkas också



Biverkningar av behandling

TRÖTTHET



Mycket vanlig biverkning!



Är det skillnad på vanlig trötthet och trötthet i samband med blodcancer?

Vanlig Trötthet

- En signal
- Skyddande funktion

Trötthet (fatigue) vid cancer- annorlunda

- Långdragen
- Svår att vila bort
- Veldig vanligt
- Påverkar/får konsekvenser

Biverkningar av behandling
TRÖTTHET



Varför och när drabbas man av trötthet?

Sjukdomen i sig

- Förändrad energibalans
- Minskad blodkroppsbildning

Biverkningar av behandling
TRÖTTHET



Varför och när drabbas man av trötthet?

Behandlingar

- Cytostatika, Strålbehandling
- Annan läkemedelsbehandling (t.ex.kortison, antiemetika, smärtlindring)

Psykologiska faktorer

- Oro, tankar som snurrar, existensångest

Biverkningar av behandling
TRÖTTHET



Varför och när drabbas man av trötthet?

Sömnbrist

- Vänd dygnsrytm
- Smärta, illamående, svettningar

Infektion

- Nedsatt immunförsvar
- Tröttare än vanligt vid feber

Biverkningar av behandling
TRÖTTHET



Hur kan tröttheten upplevas i samband med behandling mot blodcancer?

Biverkningar av behandling
TRÖTTHET



- Lättare andfådd efter ansträngning
- Svårare att återhämta sig efter ansträngning
- Reagerar oftare känslomässigt (humörsvängningar)
- Koncentrationssvårigheter
- Mindre vilja att göra saker
- Minskad sexlust

Biverkningar av behandling
TRÖTTHET



Vad kan jag göra själv?

- Sänka kraven, spara på krafterna
- Planera en dag i taget
- Balansera vila och motion
- Skapa en trevlig miljö du trivs i
- Någon att tala med (närstående, kurator, ssk)

Biverkningar av behandling
TRÖTTTHET



Jag som närstående- vad kan jag göra?

- Uppmuntra rimligt
- Balansera krav
- Följsamhet i dagsform
- Hjälp gärna till men gör inte den sjuke passiv
- Du har stor betydelse!

Biverkningar av behandling
TRÖTTHET



Så sammanfattningsvis:

- Kunskap om trötthet i sig är viktig
- Hitta nya sätt att förhålla sig till sin kropp och ork
- Trötthet kan avta efter behandlingen, men det tar tid-ibland lång tid

Biverkningar av behandling
TRÖTTHET



Och sist:

- Berätta för sjukvårdspersonal hur du mår och reagerar.
- Medpatienter och patientföreningar kan också ha tips om att lindra trötthet.

Referenser: Trötthet i samband med cancer/ Undervisningsprogram för patienter och närstående/Lära sig leva med cancer

Biverkningar av behandling
TRÖTTHET

