

Hemacore
Centro de Hematologia



Manual do Paciente

EM QUIMIOTERAPIA

Elaboração

Dra. Leila Maria Magalhães Pessoa de Melo
CRM 95.885-SP

Diretora Clínica do Hemacore - Centro de Hematologia
São José dos Campos

1. PREFÁCIO

2. A DOENÇA

O corpo humano

A medula óssea (MO) e o sangue

O que é câncer?

Leucemias

Linfomas

Mieloma múltiplo

3. DIAGNÓSTICO

4. TRATAMENTO

Cirurgia

O que é quimioterapia?

Como é feito o tratamento?

Como é administrada a quimioterapia?

Radioterapia

5. IMPORTÂNCIA DA ADERÊNCIA AO TRATAMENTO

6. REAÇÕES DA QUIMIOTERAPIA

7. O QUE PRECISO SABER PARA ME CUIDAR?

8. CATETER TOTALMENTE IMPLANTÁVEL (Port-A-Cath®)

9. DÚVIDAS MAIS COMUNS

O que devo fazer para não comprometer os meus estudos?

Posso manter minhas atividades físicas?

Posso manter minha atividade sexual?

Posso ingerir bebidas alcoólicas?

Posso usar outros medicamentos?

Posso engravidar durante o tratamento?

Posso ir ao dentista durante o período de tratamento?

Como será o acompanhamento após a alta?

Quais cuidados devo tomar ao levar o medicamento para casa?

Tenho direito a algum benefício social devido à doença?

Outras orientações

10. CUIDADOS DURANTE A PANDEMIA



PREFÁCIO

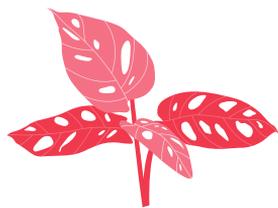


O manual do paciente em quimioterapia foi elaborado com o objetivo de orientar os pacientes e familiares e/ou acompanhantes sobre conhecimentos básicos da doença, diagnóstico e tratamento. Alerta sobre os sinais de alarme, como febre, e sobre as possíveis reações adversas ao tratamento e o que fazer para preveni-las ou minimizá-las.

Orienta também sobre os cuidados de higiene, alimentação e comportamento durante o tratamento, assim como os direitos e benefícios sociais em função do diagnóstico.

É importante lembrá-los que este manual deverá complementar as orientações dadas pela equipe médica e de enfermagem, com as quais qualquer dúvida adicional deverá ser esclarecida.

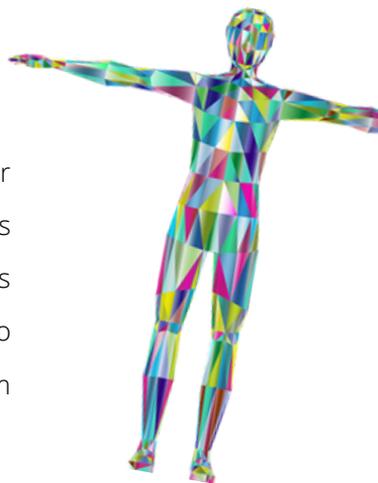
Dra. Leila Pessoa de Melo



A DOENÇA

2.1 O Corpo Humano

O corpo humano é formado por tecidos e os tecidos são formados por células. As células são as menores unidades que constituem o nosso corpo, elas crescem e morrem de maneira ordenada e regular.

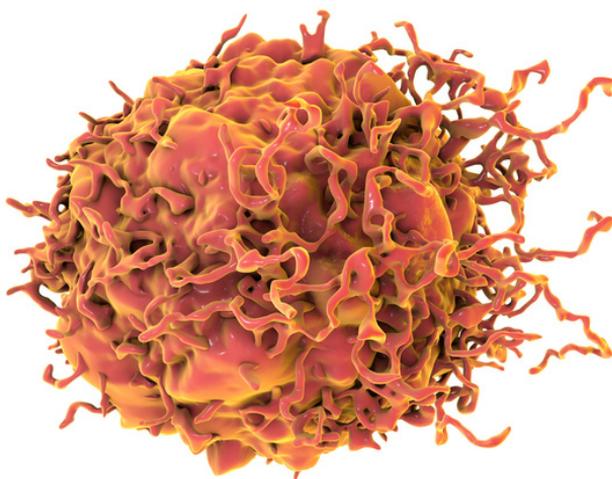


2.2 A medula óssea (MO) e o sangue

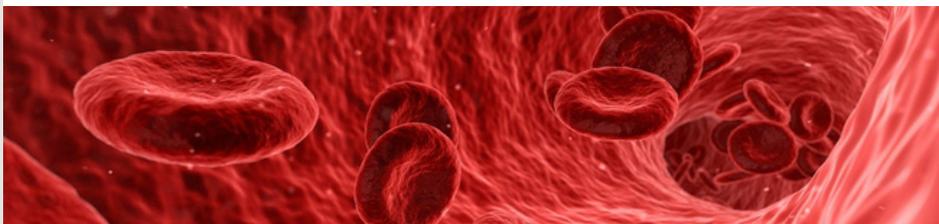
O sangue é responsável pela irrigação e oxigenação dos tecidos, defesa do organismo e pela coagulação. Quando há problemas na fabricação do sangue, o paciente pode apresentar cansaço, indisposição, dores musculares e dor de cabeça, falta de ar, infecções ou sangramentos. O sangue é produzido na MO, localizada dentro dos ossos ("tutano"). Quando ocorre infiltração da medula óssea por células estranhas (tumerais), ela não funciona adequadamente e o paciente pode apresentar anemia, queda da imunidade e sangramentos.

2.3 O que é câncer?

As células saudáveis que formam os tecidos são como tijolos na construção de uma casa. Porém, elas podem ficar doentes, crescendo de forma desordenada, como se fôssemos construir uma casa com tijolos com formas e tamanhos diferentes. Nestes casos, há formação do câncer, também chamado de neoplasia. Esse crescimento desordenado de células pode comprometer outros órgãos e tecidos próximos ou afastados do local originalmente doente.



2.4 Principais doenças hematológicas que requerem tratamento com quimioterapia



2.4.1 Leucemias

As leucemias caracterizam-se por uma proliferação descontrolada de um determinado grupo de células na medula óssea e eventualmente no sangue e em outros órgãos. Podem ser classificadas em linfóide ou mieloide, de acordo com o tipo de célula comprometida, em aguda (células imaturas, jovens) ou crônica (células mais maduras). Somente por meio de exames específicos (mielograma, imunofenotipagem, cariótipo, exames de biologia molecular) que o hematologista poderá dizer qual é o tipo de leucemia e o tratamento.

O tratamento pode ser desde observação, tratamento com quimioterapia oral até tratamentos mais intensivos com necessidade de internação, este último, nos casos das leucemias agudas. Algumas vezes, pode ser necessário um transplante de medula óssea, posteriormente.



2.4.2 Linfomas

Os linfomas são tumores do sistema linfático. Desta forma, sua principal manifestação clínica é o desenvolvimento de massas tumorais ou adenomegalias, conhecidas como “ínguas” em regiões do corpo como: pescoço, axila, virilha, baço, fígado, estômago, amígdalas ou medula óssea. Dividem-se basicamente em Linfoma de Hodgkin e Linfomas não-Hodgkin. Há uma grande heterogeneidade neste grupo de doenças, de forma que o tipo específico de linfoma só poderá ser definido por meio de biópsia da massa ou do gânglio acometido. Devido à grande variedade de subtipos de linfomas, há diversos protocolos de tratamento, que serão explicados caso a caso pelo hematologista ao paciente.

A DOENÇA

2.4.3 Mieloma Múltiplo

Mieloma múltiplo é uma doença específica dos plasmócitos, células encontradas na medula óssea. No decorrer da doença, podem haver lesões ósseas (líticas), fraturas aos mínimos traumas e dor óssea. Podem ocorrer ainda anemia, infecções e sangramentos, quando a doença passa a prejudicar o funcionamento adequado da medula óssea. É comum a produção de uma substância chamada proteína monoclonal pelas células doentes, a qual muitas vezes provoca danos aos rins, podendo levar à necessidade de sessões de hemodiálise, em casos mais graves. O tratamento envolve basicamente associações de quimioterapia com outras medicações (drogas-alvo como os anticorpos monoclonais, imunomoduladores e corticoide).

Nos pacientes mais jovens (abaixo de 65 -70 anos de idade), geralmente é indicado um transplante autólogo de medula óssea.



DIAGNÓSTICO

3.1 Exames

Geralmente, são necessários vários exames laboratoriais, de imagem e de biópsia, para estabelecer o diagnóstico e o estadiamento da doença (se a doença está localizada ou disseminada). Estes exames são importantes para confirmar o diagnóstico da doença e fazer o planejamento do tratamento.



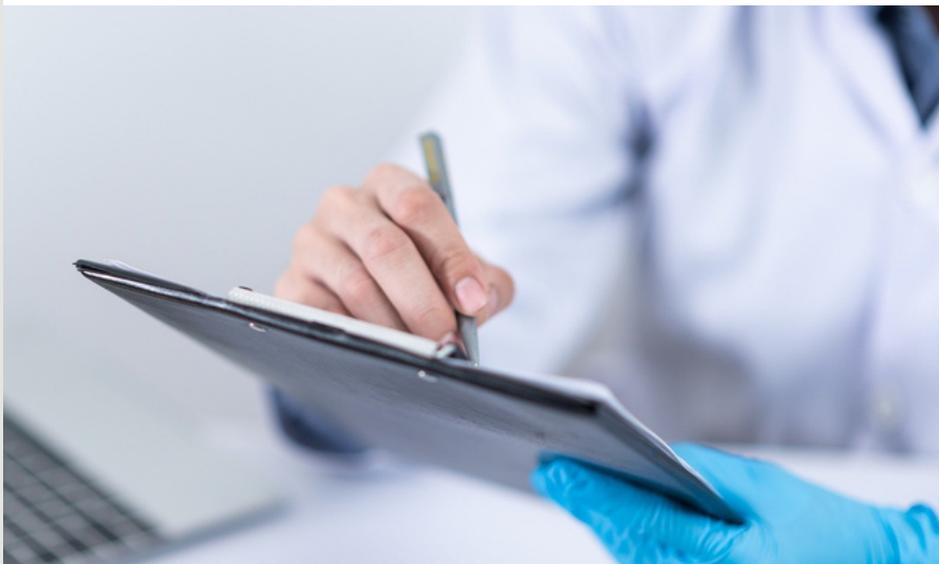
3.1.1 Exames de sangue (exames laboratoriais)

São exames coletados por meio de uma punção em uma veia do braço. Geralmente, é necessário jejum de 8 a 12 horas.

3.1.2 Exames de urina

Existem vários tipos de exames de urina (urina 1, cultura de urina e urina de 24 horas). É importante se informar com o laboratório de análises clínicas como estes exames deverão ser colhidos.

DIAGNÓSTICO



3.1.3 Biópsia

Neste exame, é retirada uma parte do tecido acometido (massa, tumor ou gânglio) suspeito de câncer, para confirmar o diagnóstico e o tipo do tumor. É, quase sempre, um procedimento cirúrgico. Pode haver a necessidade de realização de uma biópsia de medula óssea para verificar se há doença neste órgão. Esta biópsia é realizada com anestesia local, no próprio ambulatório do Hemacore - Centro de Hematologia. O paciente pode sentir dor e desconforto na hora da biópsia, porém, geralmente, há melhora após o final do procedimento.

DIAGNÓSTICO

3.1.4 Mielograma

Este exame é realizado por meio de uma punção no osso esterno (peito) ou do quadril. É realizado com anestesia local, no ambulatório do Hemacore - Centro de Hematologia. Ele avalia como está o funcionamento da medula óssea e se há indícios de doença neste órgão.

3.1.5 Exames de Imagem

São exames realizados para avaliar se a doença está localizada ou disseminada, tais como: tomografias, PET-CT ou PET Scan, ressonância nuclear magnética, raio-X, ultrassonografia. Estes exames são importantes para programar e também avaliar a resposta ao tratamento. O ecocardiograma é geralmente solicitado e serve para avaliar a função do coração.

3.1.6 Exames Endoscópicos

Tratam-se de endoscopia digestiva alta e colonoscopia. São exames que podem ser necessários, se houver suspeita de acometimento do estômago ou intestino.

TRATAMENTO



4.1 Cirurgia

Geralmente, o tratamento dos tumores hematológicos (linfomas, mieloma e leucemias) não é cirúrgico. A cirurgia é realizada, na maioria das vezes, para retirar um fragmento do tumor para confirmar o diagnóstico (biópsia) ou em casos de urgência (por exemplo, para descompressão da coluna, comprimida por massa tumoral). O tratamento dos cânceres hematológicos, em geral, é realizado com quimioterapia associada ou não à radioterapia.

TRATAMENTO



4.2 O que é quimioterapia?

É um tipo de tratamento que utiliza medicamentos para combater o câncer. Estes medicamentos podem ser administrados de várias formas, tais como: via oral por meio de comprimidos, injeções intramusculares, injeções subcutâneas, infusões intravenosas, além de injeções intratecais (coluna). Frequentemente, dois ou mais medicamentos são utilizados em combinação. Esses medicamentos não conseguem diferenciar as células doentes das células saudáveis.

Por este motivo, podem haver diferentes efeitos colaterais destas medicações tais como: queda de cabelo, feridas na boca, diarreia e queda da imunidade.

TRATAMENTO

4.3 Como é feito o tratamento?

Após a avaliação do paciente, o médico fará o planejamento do tratamento: tipo de quimioterapia que o paciente irá receber, duração do tratamento, necessidade de radioterapia.



O tratamento será administrado por profissionais capacitados da equipe de enfermagem e pode ser feito das seguintes maneiras:

- Ambulatorial – o paciente vem de sua residência para receber o tratamento no Hemacore - Centro de Hematologia;
- Internado – o paciente é hospitalizado durante todo o período do tratamento.

TRATAMENTO

4.4 Como é administrada a quimioterapia?

O tratamento pode ser realizado das seguintes formas:

- Via oral (pela boca): são medicamentos em forma de comprimidos, cápsulas ou líquidos que você pode tomar em casa.
- Intravenosa (pela veia): a medicação é aplicada na veia ou por meio de cateter (que é um tubo fino colocado na veia), na forma de injeções ou dentro do soro.
- Intravenosa – Cateter (Port-A-Cath®): a medicação é aplicada diretamente no cateter através de uma agulha apropriada denominada agulha Hubber, na forma de injeções ou dentro do soro.
- Intramuscular (pelo músculo): a medicação é aplicada por meio de injeções no músculo.
- Subcutânea (abaixo da pele): a medicação é aplicada por meio de injeção no tecido gorduroso acima do músculo.
- Intratecal (através da coluna dorsal): é pouco comum, sendo aplicada no líquido (líquido da coluna), administrada pelo médico, em uma sala própria. Após este procedimento, o paciente precisa ficar deitado em repouso absoluto por pelo menos 1 hora e tomar bastante líquido.



TRATAMENTO

4.5 Radioterapia

Consiste na aplicação de radiação na área do tumor. A radiação destrói as células do câncer. Em geral, são realizadas sessões diárias com duração de poucos minutos, exceto finais de semana e feriados. Antes de realizar a radioterapia, o paciente é avaliado por um médico radioterapeuta e ele fará o planejamento do tratamento radioterápico.



IMPORTÂNCIA DA ADERÊNCIA AO TRATAMENTO

Tão importante quanto o diagnóstico correto e precoce, é a adesão do paciente ao tratamento. Entende-se por adesão ao tratamento o uso correto da medicação pelo paciente, na dose adequada para cada caso e para cada paciente, orientada pelo médico. A falta de adesão ao tratamento pode ter impacto significativo na resposta ao tratamento, evolução do câncer e qualidade de vida. Vários fatores podem influenciar a adesão, desde o entendimento do paciente e/ou cuidador sobre como deve ser utilizada a medicação, até sintomas como náuseas, vômitos e depressão. Este fator é importante principalmente nas medicações via oral (pela boca), pois a tomada da medicação depende exclusivamente do paciente e/ou do cuidador.



REAÇÕES DA QUIMIOTERAPIA

A quimioterapia pode provocar alguns efeitos colaterais, que dependem do tipo de medicamento utilizado e da fase do tratamento. Os mais comuns são: feridas na boca (mucosite), náusea, vômitos, queda da imunidade facilitando o aparecimento de infecções, cansaço devido à anemia e sangramentos devido à diminuição do número de plaquetas.



6.1 Infecções

Devido à queda da imunidade, você fica mais predisposto a infecções. A febre é um sinal de alerta para a presença de infecção. Febre é a temperatura maior ou igual a 37,8°C, o que requer a sua ida imediata ao pronto-socorro para iniciar medicação adequada. Outros sinais de alerta para infecções são: tremor, calafrios, palpitação, respiração ofegante, tosse, pouca urina ou dificuldade para urinar.

REAÇÕES DA QUIMIOTERAPIA

NUNCA FIQUE EM CASA COM FEBRE!

Se você não está familiarizado com o uso do termômetro clínico, solicite orientação à enfermeira da Quimioterapia.

No caso de febre, é importante telefonar para o plantão médico do Hemacore- Centro de Hematologia, comunicar o ocorrido e tirar dúvidas. Nossa equipe estará disponível para conversar e esclarecer as dúvidas do médico do pronto-socorro.

Também é importante levar ao pronto-socorro o **Termo de Neutropenia**, recebido na consulta. Nele constam orientações para o médico que irá atendê-lo (a).

6.2 Anemia e fadiga

Para cuidar-se:

- Repouse ao máximo;
- Não faça esforço além da sua capacidade.



Caso os sintomas persistam ou apareça falta de ar, procure seu médico imediatamente.

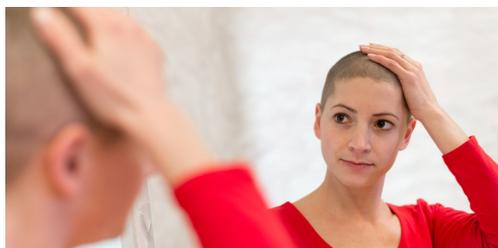
REAÇÕES DA QUIMIOTERAPIA

6.3 Sangramentos ou manchas roxas no corpo

Diante de sangramentos (na gengiva, na pele, pelo nariz, pela vagina ou pelo ânus) ou diante de manchas roxas na pele, pequenas ou grandes, você deve logo procurar o pronto-socorro porque isso pode significar que as plaquetas estejam baixas e que uma transfusão de plaquetas pode ser necessária.

Nestes casos, é importante ligar para o plantão médico, comunicar o ocorrido e tirar dúvidas. Nossa equipe estará disponível para conversar e esclarecer as dúvidas do médico do pronto-socorro.

6.4 Queda de cabelo (alopécia)



É um dos efeitos mais indesejados, mas não são todos os quimioterápicos que causam este problema. Caso aconteça, saiba que é sempre passageiro. Todos os pelos do corpo podem cair, inclusive os pubianos, os cílios e as sobrancelhas. Alguns pacientes podem ter queda parcial e outros, total, dependendo da sensibilidade ao quimioterápico. Normalmente, a queda começa poucas semanas após o início da quimioterapia, mas é reversível. Um novo cabelo começa a nascer mesmo durante o tratamento.

REAÇÕES DA QUIMIOTERAPIA

6.5 Alguns cuidados que você deve tomar:

- Use xampus e cremes suaves, de preferência os infantis;
- Não utilize produtos químicos fortes (tinturas, alisamentos etc);
- Penteie os cabelos delicadamente;
- Considere cortar os cabelos. Alguns pacientes preferem cortar os cabelos antes de iniciar a quimioterapia, como uma forma de preparação para o processo da queda;
- Caso você goste, use chapéus, bonés, perucas e lenços;
- Utilize óleos e hidratantes (mineral, amêndoa, lanolina, de girassol) no couro cabeludo, caso se torne ressecado;
- Utilize proteção ou filtro solar no couro cabeludo, pois ele, sem cabelo, é mais sensível ao sol.



REAÇÕES DA QUIMIOTERAPIA

6.6 Mucosite

A quimioterapia pode causar inflamação ou mesmo úlceras (aftas) na boca, chamada mucosite.

Neste caso:

- Siga as orientações de higiene oral;
- Faça bochechos com água bicarbonatada (não engolir);
- Faça bochechos com chá de camomila na temperatura ambiente ou gelado (pode engolir);
- Não utilize antissépticos que contenham álcool, pois pode piorar a mucosite;
- Utilize escovas de espuma ou gaze ou algodão úmidos, caso a utilização da escova de dentes seja dolorosa;
- Utilize as soluções para bochecho e os analgésicos prescritos;
- Sempre que possível, antes de iniciar um tratamento com quimioterapia, consulte um dentista;
- Evite alimentos ácidos, condimentados e picantes;
- Não consuma bebidas alcoólicas, pois podem interferir com a quimioterapia.



REAÇÕES DA QUIMIOTERAPIA

6.7 Náuseas e vômitos

Os medicamentos utilizados para melhorar estes sintomas são Plasil® (metoclopramida), Dramin® (dimenidrinato) ou Vonau® (ondansentrona). Geralmente são prescritos com 6 a 8 horas de intervalo entre as tomadas.

Outros cuidados:

- Realize higiene oral após os episódios de vômito, para dar conforto e evitar alterações na cavidade oral;
- Informe ao seu médico caso o medicamento para vômito não esteja sendo eficaz;
- Informe ao seu médico ou enfermeiro sobre o aspecto, a frequência e a quantidade dos vômitos;
- Não fique muito tempo sem se alimentar;
- Faça pequenas refeições frequentes, a cada 2 a 3 horas;
- Beba líquidos várias vezes ao dia, em pequenas quantidades, para evitar a desidratação;
- Não se alimente no intervalo de 1 hora antes ou depois da quimioterapia;
- O medicamento prescrito para vômito deve ser tomado pelo menos meia hora antes do quimioterápico;
- Se o vômito ocorrer em até meia hora após a tomada do medicamento quimioterápico, você deverá aguardar alguns minutos para repetir a dose do remédio.

REAÇÕES DA QUIMIOTERAPIA

6.8 Diarreia

Consiste na liberação de fezes líquidas ou pastosas pelo intestino, três ou mais vezes ao dia, acompanhada ou não de cólicas abdominais.

No caso de diarreia, siga o recomendado:

- Realize higiene íntima após cada evacuação com água corrente e sabão ou algodão úmido;
- Não use papel higiênico para a limpeza local;
- Relate à equipe de saúde caso apareçam feridas, fissuras ou assaduras na região do ânus;
- Beba bastante líquido para evitar a desidratação;
- Informe ao médico ou ao enfermeiro sobre o aspecto, a quantidade e a frequência das evacuações;
- Vigie a temperatura corporal, pois poderá aparecer febre;
- Evite alimentos gordurosos, frituras e alimentos que contenham leite e derivados (sorvetes, queijos, iogurtes, chocolates), pois podem piorar a diarreia.

REAÇÕES DA QUIMIOTERAPIA

6.9 Prisão de ventre

As medidas neste caso são:

- Beba bastante líquido;
- Mantenha uma dieta rica em fibras (aveia, cereais);
- Se não houver melhora, pode-se fazer uso de laxativos, sob orientação médica;
- Se ainda não houver melhora, contate o seu médico;
- Não utilize supositórios e "lavagens" sem o conhecimento do seu médico.



REAÇÕES DA QUIMIOTERAPIA

6.10 Alterações da pele e unhas

Dependendo do tipo de medicamento, você pode apresentar alterações na pele, como vermelhidão, coceira, descamação, ressecamento e manchas. As unhas também podem apresentar escurecimento e rachaduras.



Alguns cuidados:

- Mantenha a pele limpa e as unhas aparadas;
- Evite banhos demorados e muito quentes;
- Use hidratantes ou óleo de amêndoas;
- Evite se expor ao sol, pois o sol pode provocar manchas na pele nos pacientes em quimioterapia;
- Use sempre protetor solar antes de sair de casa (no mínimo, fator de proteção solar de 30).

Geralmente, as alterações desaparecem após o tratamento.

REAÇÕES DA QUIMIOTERAPIA

6.11 Alterações no Ciclo Menstrual

A menstruação pode apresentar alterações; o fluxo menstrual pode aumentar, diminuir ou parar completamente. Após o término da quimioterapia, o ciclo menstrual geralmente retorna ao normal. Caso não aconteça, fale com seu médico.



6.12 Rubor facial

É a vermelhidão no rosto, que pode aparecer imediatamente ou em até 24 horas após a administração da quimioterapia. Caso o sintoma não melhore espontaneamente, piore ou apareça inchaço no pescoço, procure rapidamente o hospital.



O QUE PRECISO SABER PARA ME CUIDAR?



7.1 Higiene Oral

- Escove os dentes após as refeições e antes de dormir, com escova de cerdas macias e creme dental infantil;
- Use o fio dental com cuidado. Evite o uso do fio dental na fase em que as defesas estejam baixas;
- Escove a prótese dentária após as refeições e bocheche com água bicarbonatada (não engolir);
- Retire a prótese dentária em caso de desconforto e na hora de dormir;
- Mantenha os lábios lubrificados com manteiga de cacau.

O QUE PRECISO SABER PARA ME CUIDAR?



7.2 Higiene do corpo e do ambiente

- Tome banho diariamente com sabão neutro, evite banhos quentes e demorados;
- Mantenha os cabelos e o couro cabeludo limpos;
- Mantenha as unhas aparadas e limpas;
- Não retire cutículas e evite cortar os "cantinhos" das unhas - dê preferência à lixa;
- Lave as mãos antes das refeições, após usar o banheiro ou manusear dinheiro, revistas e jornais;
- Proteja o cateter ou o curativo na hora do banho (não molhe o cateter ou o curativo);
- Mantenha a casa limpa e arejada;
- Mantenha as roupas de uso pessoal e as de cama, mesa e banho sempre limpas e passadas;
- Evite o uso de produtos de higiene com cheiro forte.

O QUE PRECISO SABER PARA ME CUIDAR?



7.3 Higiene íntima

- Dê preferência à higiene com água corrente e sabão neutro após urinar e evacuar ou utilize chumaço de algodão úmido ou lenço umedecido em casos de diarreia, hemorroidas, sensibilidade local ou qualquer outra lesão;
- Se utilizar papel higiênico, prefira os brancos, macios e sem perfume;
- Dê descarga com a tampa do vaso sanitário abaixada, pois os medicamentos são eliminados do organismo pelas fezes e urina, sem contar que isso também é uma forma de prevenção de infecções.



7.4 Cuidados Gerais

- Não ande descalço;
- Não esprema cravos, espinhas e "furúnculos";
- Evite contato com animais e suas fezes e urina;
- Evite mexer com terra e plantas;
- Não tome sol no horário entre as 10 e 15 horas;
- Utilize filtro solar;
- Evite depilação;
- Evite usar lâminas de barbear. Caso não seja possível, utilize sempre lâminas novas;
- Hidrate a pele diariamente;
- Evite aglomerações e locais de pouca ventilação;
- Certifique-se das condições de higiene e do preparo dos seus alimentos;
- Não use supositório e clister sem orientação médica;
- Evite contato com crianças que receberam vacinas com vírus vivos (como a vacina contra a paralisia infantil, a Sabin), pois eles poderão ser eliminados através das fezes durante 3 a 4 semanas.

7.5 Alimentação durante o tratamento quimioterápico

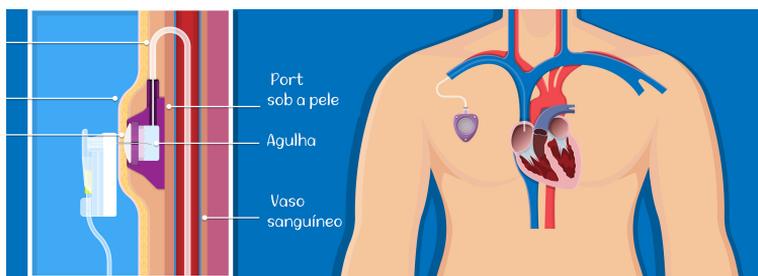


- Os cuidados com a higiene na preparação dos alimentos devem ser redobrados;
- Os alimentos devem estar frescos e preparados no mesmo dia para o consumo;
- Evite alimentos guardados na geladeira de um dia para o outro;
- Evite carnes mal passadas ou cruas, defumadas e frutos do mar para o consumo (exemplo: carpaccio, peixe cru);



- Evite ovos crus ou preparações que usem ovos mal passados (exemplo: maionese ou cremes);
- Queijos, iogurte, mel, leite e derivados só devem ser consumidos se forem pasteurizados;
- As frutas, legumes e verduras devem ser bem lavadas e colocadas de molho por 15 minutos em um recipiente contendo Hidrosteril®. Use 20 gotas para cada litro de água em que estejam imersos os alimentos. Depois disso, utilize-os normalmente sem lavá-los novamente para não correr o risco de nova contaminação;
- Beba líquidos não alcoólicos em abundância (água, sucos, Gatorade, água de coco e chás) distribuídos em várias tomadas, de preferência longe das refeições e somando um total diário de dois a três litros/dia;
- Antes da quimioterapia, coma alimentos leves e de fácil digestão;
- Evite ficar muitas horas em jejum, alimente-se com pequenas porções 5 a 6 vezes por dia.
- Não consuma bebidas alcoólicas, pois podem interferir na quimioterapia.

CATETER TOTALMENTE IMPLANTÁVEL (Port-A-Cath®)



O “port” é um dispositivo implantado numa veia calibrosa do tórax através de um procedimento cirúrgico, realizado no centro cirúrgico.

Este cateter é colocado sob a pele (abaixo), geralmente na região superior do tórax. A finalidade deste cateter é receber as medicações sem a necessidade de puncionar uma veia dos braços.

Quando o cateter for utilizado para a administração dos medicamentos, será puncionado (perfurado) com uma agulha especial. O cateter pode durar até 5 anos. É necessária a limpeza do cateter após o seu uso. Nos pacientes que já terminaram o tratamento, o cateter pode ser mantido e deve ser realizada a limpeza 1 vez por mês. Este procedimento é feito pela equipe de enfermagem especializada do serviço de quimioterapia e deve ser agendado com antecedência.



Cuidados com o cateter

Caso sejam percebidas alterações na região de implantação, como: vermelhidão, aumento da temperatura no local, saída de algum líquido, dor, inchaço ou tenha febre (temperatura maior ou igual a 37,8°C), comunique imediatamente ao médico ou à enfermeira do Hemacore - Centro de Hematologia.

O fato de estar com o “port” não altera as atividades diárias.

Após a cicatrização do local da inserção, pode-se dormir do lado em que está implantado o “port”.

Quando estiver recebendo quimioterapia ou qualquer outro medicamento, comunique imediatamente à enfermagem qualquer alteração como dor, queimação local, sensação que o curativo está molhado ou mal-estar.

Se você faz quimioterapia em dias seguidos, poderá ser necessário permanecer com a agulha no cateter até o término do ciclo. Neste caso, a enfermeira fará um curativo oclusivo, onde a agulha ficará totalmente coberta, e será necessário redobrar os cuidados com o cateter. No banho, deve-se evitar molhar o curativo e, à noite, evitar deitar sobre o lado do cateter.



Extravasamento

A infusão da quimioterapia fora da veia é chamada de extravasamento e pode causar feridas no local.

A injeção de medicamentos na veia deve ser SEMPRE sem dor.



Caso você sinta algo diferente, mesmo que seja apenas um inchaço no local da aplicação, peça para suspender imediatamente a infusão.

O extravasamento pode ser perigoso. Para preveni-lo:

- Evite movimentos bruscos e desnecessários durante a infusão da quimioterapia;
- Comunique à equipe de enfermagem que estiver cuidando de você sobre qualquer sensação estranha (dor, inchaço, vermelhidão, formigamento, queimação). Estes sintomas podem aparecer durante ou algum tempo depois da infusão.

O que devo fazer para não comprometer os meus estudos?

Tente manter suas atividades, mas respeite seus limites. Dê preferência a atividades à distância por meio de ferramentas tecnológicas e de ensino à distância. Evite aglomerações e contato com pessoas resfriadas e gripadas.



Posso manter minhas atividades físicas?

Se você já pratica esportes ou deseja iniciar atividades físicas, não há contraindicação à prática de exercícios durante o tratamento. É possível que você se sinta menos disposto e um pouco mais cansado, sendo necessário sempre ficar atento para não ultrapassar seu limite de esforço.

Algumas atividades deverão ser realizadas somente com o consentimento do seu médico. Evite atividades físicas que possam provocar traumatismos (futebol, voleibol, basquete, lutas marciais etc.).

Posso manter minha atividade sexual?

As relações sexuais devem ser evitadas durante o período de baixa imunidade. Entretanto, você poderá retornar às atividades sexuais quando a imunidade estiver recuperada. É importante que, sendo paciente homem ou mulher, seja utilizado preservativo (camisinha) durante o tratamento quimioterápico ou radioterápico.

AS MULHERES EM IDADE FÉRTIL NÃO PODEM ENGRAVIDAR DURANTE O TRATAMENTO, POIS O BEBÊ PODE NASCER COM PROBLEMAS SÉRIOS DEVIDO À QUIMIOTERAPIA. VOCÊ DEVERÁ USAR SEMPRE 2 MÉTODOS ANTICONCEPCIONAIS (PÍLULAS E PRESERVATIVOS - CAMISINHA).





Posso ingerir bebidas alcoólicas?

Não use qualquer bebida alcoólica no período da quimioterapia e durante a aplasia da medula.



Posso engravidar durante o tratamento?

Não. Você deve tomar medidas contraceptivas como, por exemplo, o uso de pílulas anti-concepcionais e preservativos ("camisinha" masculina ou feminina). Se você pretende engravidar após o término do tratamento, converse antes com seu médico.

Posso usar outros medicamentos?

Muitos medicamentos, mesmo os homeopáticos e os "chás naturais", podem interferir no tratamento quimioterápico ou aumentar os efeitos colaterais. Por isso, nesta fase de tratamento, você deve usar somente aqueles prescritos pelo seu médico. Se for preciso o uso de outro tratamento, discuta com o médico e o farmacêutico sobre os efeitos e os riscos de associar tais medicamentos.





Posso ir ao dentista durante o período de tratamento?

Sim, deve haver acompanhamento odontológico durante todo o período de tratamento.

Idealmente os procedimentos dentários devem ser realizados antes de iniciar o tratamento quimioterápico. O dentista deve estar bem familiarizado com as doenças do sangue. Deve-se evitar procedimentos dentários na fase de baixa imunidade. Se for um caso de urgência, peça orientação ao seu médico.

A saúde da boca é de extrema importância para uma melhor evolução do tratamento quimioterápico, principalmente no que se refere às mucosites e às infecções.

É importante lembrar que a higiene bucal com fio dental, escova macia e creme dental deve ser realizada cuidadosamente, depois de todas as refeições, com o objetivo de prevenir tanto a cárie como a inflamação gengival.





Como será o acompanhamento após a alta?

Após a alta hospitalar, você receberá: a receita com os medicamentos para usar em casa; as orientações para os sinais de alarme, ou seja, aquelas alterações que, se surgirem, você deve procurar o médico imediatamente; a data do retorno ao hospital ou ao Hemacore - Centro de Hematologia, e as solicitações dos exames que serão colhidos para a consulta de retorno.

Mesmo após a alta definitiva do tratamento, será necessário seu retorno periódico ao Hemacore - Centro de Hematologia para consultas e exames de acompanhamento.

Caso possua cateter totalmente implantado (Port-A-Cath®), você deverá comparecer ao Hemacore - Centro de Hematologia a cada 30 dias para o procedimento de limpeza do cateter.

Quais cuidados devo tomar ao levar o medicamento para casa?



No caso do tratamento em casa, com o uso de comprimidos quimioterápicos, você deve observar com cuidado a duração do tratamento e o horário certo da tomada dos comprimidos.

Lembre-se que alguns medicamentos sofrem interferências com a alimentação, converse com o seu médico sobre como devem ser tomados os comprimidos, se junto ou distante das refeições.

Depois que você toma o medicamento, ele fica um tempo no organismo fazendo o efeito e, após este tempo, ele é eliminado pela urina e pelas fezes. Por isso, é importante que você tenha alguns cuidados especiais quando estiver usando este tipo de medicamento:



- Sempre que utilizar o vaso sanitário, lembre-se de dar a descarga por três vezes, com a tampa fechada. Fazer isso até três dias depois do uso destes medicamentos;
- O medicamento também pode ser eliminado pelo vômito. Caso necessite de alguma limpeza, é importante que a pessoa a realizá-la use luvas. A limpeza deve ser feita de fora para dentro, utilizando um papel absorvente, que deve ser jogado no lixo em dois sacos plásticos bem fechados. Utilize água sanitária para finalizar a limpeza;
- Lave bem as mãos, com água e sabão, após o manuseio do medicamento e evite que outras pessoas toquem nele;





- Guarde sempre os medicamentos longe do alcance de crianças, em locais secos e arejados, e fique atento para aqueles que devem ficar na geladeira;
- Só utilize comprimido partido em caso de orientação médica;
- Você sempre terá a quantidade certa de medicamentos para o tratamento de cada mês, mas pode ocorrer de sobrar medicamentos ou de eles serem suspensos. Nestes casos, você deverá devolvê-los à farmácia, pois os quimioterápicos não podem ser jogados em lixo comum;
- No caso de crianças e bebês, as mães devem evitar tocar diretamente nas fraldas sujas;
- No caso de se esquecer de tomar o medicamento quimioterápico no horário, você deverá tomá-lo no mesmo dia, assim que se lembrar. Se já tiver se passado um dia, não tome uma dose dupla e sim a dose do dia, lembrando que o seu tratamento se prolongará por mais um dia.
- As embalagens dos comprimidos deverão ser devolvidas ao Hemacore - Centro de Hematologia para descarte apropriado, pois as mesmas não podem ser jogadas em lixo comum.



Tenho direito a algum benefício social devido à doença?



Sim. Você tem direito a benefícios como:

- Saque do FGTS e PIS/PASEP;
- Auxílio-doença;
- Aposentadoria por incapacidade permanente;
- Isenção do Imposto de Renda na aposentadoria;
- Quitação de financiamento de imóvel;
- Andamento prioritário de processo judicial e administrativo;
- Seguro de vida;
- Compra de veículos adaptados ou especiais.

Outras Orientações:

De acordo com o tipo de tratamento, poderão ser necessários hemogramas de controle até mesmo a cada 48 horas, para avaliação dos níveis de plaquetas, leucócitos e hemácias; você será instruído pela equipe.

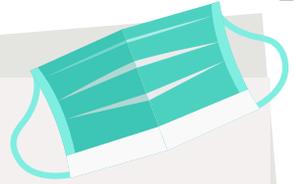
LEMBRAMOS que, nestes casos, você deverá comparecer ao Hemacore - Centro de Hematologia de segunda a sexta-feira, no período da manhã.



Prevenção à COVID-19:

- Utilize máscara ao sair de casa. A máscara pode ser caseira ou artesanal, feita de tecido. Deve estar limpa e seca para utilização e ser trocada imediatamente se ficar úmida;
- Higienize regularmente as mãos com álcool em gel ou água e sabão. Estas medidas destroem o vírus;
- Não interrompa seu tratamento, converse e tire dúvidas com seu médico;
- Evite tocar os olhos, nariz e boca. Cubra com o antebraço ou lenço o nariz e boca ao tossir ou espirrar;
- Pacientes, parentes que morem na mesma residência ou acompanhantes dos pacientes com câncer devem evitar o contato com pessoas com qualquer sintoma gripal (tosse, espirros, febre, falta de ar ou secreção nasal) ou casos confirmados ou suspeitos para a COVID-19;
- Pacientes, parentes e acompanhantes devem evitar ambientes fechados ou aglomerações;
- Importante manter o distanciamento social;
- Evite contato físico, como cumprimentar com beijos e abraços;
- Evite visitas durante o período que o paciente estiver internado;
- Caso apresente sintomas sugestivos de infecção pelo novo coronavírus, como febre, coriza, tosse seca ou falta de ar, entre em contato com o médico por meio do telefone de plantão ou procure o pronto-socorro do seu convênio. Não vá ao Hemacore - Centro de Hematologia com sintomas gripais para evitar o risco de disseminação para outros pacientes e funcionários;
- Entre os pacientes com câncer, os que têm maior risco de desenvolver a forma grave da infecção pela COVID-19 estão os portadores de neoplasias hematológicas (como leucemias, linfomas e mieloma múltiplo); os que foram submetidos a transplante de medula óssea e que estão em tratamento com quimioterapia.

Cuidados durante a pandemia



Uso correto e higienização da máscara

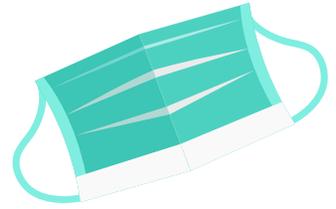
Pesquisas apontam que a utilização da máscara caseira impede a disseminação de gotículas expelidas pelo nariz ou boca do usuário da máscara no ambiente, garantindo uma barreira física que vem auxiliando na mudança de comportamento da população e diminuição na disseminação da doença.

Pedimos sua atenção aos cuidados necessários para higienização e uso diário da sua máscara:

- Lave sua máscara antes de usá-la pela primeira vez;
- Lave as mãos com água e sabão ou higienize com álcool em gel antes de colocar a máscara caseira;
- O uso da máscara caseira é individual. Não compartilhe com outras pessoas;
- Coloque a máscara com cuidado para cobrir a boca e nariz e prenda o elástico ou tiras atrás das orelhas com segurança para minimizar os espaços entre o rosto e a máscara;
- Enquanto estiver utilizando a máscara, evite tocá-la. Não fique ajustando-a com as mãos;
- Ao chegar em casa, lave as mãos com água e sabão, secando-as bem, antes de retirar a máscara;
- Remova a máscara segurando no elástico ou nas tiras laterais, evitando tocar na parte da frente;
- Troque a máscara sempre que apresentar sujidades ou umidade;



Prevenção à COVID-19:



- Quando sair, leve uma máscara limpa de reserva em um saco plástico;
- Lave sua máscara em um recipiente com água potável e água sanitária (2,0 a 2,5%) por 30 minutos. A proporção de diluição a ser utilizada é de 1 parte de água sanitária para 50 partes de água (Por exemplo: 10 ml de água sanitária para 500ml de água potável). Após o tempo de imersão, enxágue em água corrente e lave com água e sabão;
- Após lavar a máscara, higienize as mãos com água e sabão;
- Só use a máscara novamente quando estiver seca;
- Passe a máscara com ferro quente e guarde-a em um saco plástico;
- Descarte a máscara sempre que apresentar sinais de deterioração ou funcionalidade comprometida.

Cuidados durante a pandemia



Hemacore
Centro de Hematologia



Manual do Paciente

EM QUIMIOTERAPIA

2ª Edição
2021

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

www.inca.gov.br

www.hemorio.rj.gov.br