

Há quem queira saber todos os detalhes sobre a sua situação clínica e tratamento a efectuar. Por outro lado há quem prefira apenas, ter uma informação sumária. A escolha do tipo de informação a receber será sempre sua, mas existem questões importantes a serem esclarecidas com a sua equipa de saúde, nomeadamente com o seu médico e enfermeiro, acompanhado dos seus familiares e amigos, nunca se esquecendo que é a figura central de toda a equipa. Procure falar dos seus problemas, dos seus medos e incertezas.



AJUDE-NOS, AJUDANDO-SE!

Centro Oncológico

**Avenida da Noruega
5000 - 508 Vila Real**

**Telf: 259 300 500
Fax: 259 300 503
Ext. 4769**



Centro Hospitalar de Trás-os-Montes e Alto Douro, EPE

Quimioterapia



**O que é?
Como actua?
Quais os efeitos secundários?
Quais os cuidados a ter?**

Quimioterapia

O que é?

A quimioterapia é um dos métodos utilizados para tratar a doença neoplásica. Aos medicamentos usados dá-se o nome de citostáticos, que tem como principal função destruir as células neoplásicas.

Como actua?

Os citostáticos entram na corrente sanguínea e têm como função principal “anularem” o funcionamento das células neoplásicas, destruindo-as.

A vantagem da quimioterapia é que actua em todo o organismo, ajudando-o a:

- Destruir as células neoplásicas;
- Diminuir o crescimento dessas células;
- Evitar que essas células se espalhem.

Quais os efeitos secundários mais frequentes?

Os citostáticos utilizados apresentam, como qualquer outro medicamento, efeitos desejáveis ou terapêuticos e indesejáveis ou secundários.

Como os medicamentos utilizados não actuam somente nas células tumorais, a sua acção também se vai sentir junto das células normais do seu organismo. As que são geralmente mais afectadas são as células relacionadas com o pêlo, a boca e a garganta, o estômago, o intestino, a bexiga e o sangue.



Assim, podem aparecer os efeitos indesejáveis, que não são sentidos nem apresentados da mesma forma por todas as pessoas submetidas a estes tratamentos.

Como nem todos reagem da mesma forma, não se podem comparar com outra pessoa que possua a mesma doença e que tenha feito tratamento com quimioterapia. Enumeram-se alguns dos efeitos secundários que são mais frequentes:

- Fadiga/cansaço físico
- Náuseas/vómitos
- Alteração da actividade sexual
- Diarreia/Obstipação
- Queda do cabelo
- Alteração nas análises
- Boca e garganta doridas:
 - aftas
 - boca seca
- Alteração da pele:
 - cor
 - textura

Que cuidados devo ter?

Alimentação:

Comer de uma forma equilibrada significa usar uma diversidade de alimentos que nos forneçam todas as vitaminas, minerais, energia e proteínas, assim como outros elementos necessários para manter o nosso organismo a funcionar normalmente. Tente fazer várias refeições ao longo do dia, mesmo que sejam pequenas, evitando estar mais de 3 horas sem comer. Quando o apetite diminuir, não deixe de comer, escolha os alimentos que mais lhe agradem. Se tiver por hábito beber vinho, fale com o seu médico.



Hidratação:

Ingira bastante água (1 a 3 litros por dia) quando efectuar quimioterapia.



Higiene:

Cuide da higiene do corpo e da boca, o que significa, tomar banho diariamente e lavar a boca após as refeições.

Contactos Úteis:

Se surgirem dúvidas ou agravamento do seu estado de saúde, deverá contactar o seu médico assistente e/ou Serviço, através dos telefones referidos. Com este contacto poderá evitar uma deslocação desnecessária ao Hospital.