

เคมีบำบัดต่ออวัยวะ

เคมีบำบัด หมายถึง การรักษาด้วยยาเพื่อควบคุมหรือทำลายเซลล์มะเร็ง โดยการออกฤทธิ์ยับยั้งการเจริญเติบโตและแบ่งตัวของเซลล์มะเร็งและทำลายเซลล์มะเร็งโดยตรง บางครั้งอาจมีผลข้างเคียง เช่น คลื่นไส้ อาเจียน ผอมร่วง ซึ่งอาการเหล่านี้จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับชนิดของยา สภาพความแข็งแรงของร่างกาย ความพร้อมทางด้านจิตใจของผู้ป่วย

เคมีบำบัดที่ท่านได้รับครั้งนี้คือสูตร COP ประกอบด้วย

1. C Cyclophosphamide (ไซโคลฟอสฟามายด์)

2. O Vincristine (วินคริสติน)

3. P Prednisolone (เพรดนิโซโลน)

การดูแลตนเองขณะรับยาเคมีบำบัด

1. ดื่มน้ำมากๆ อย่างน้อยวันละ 2-3 ลิตร หรือ 10-15 แก้วต่อวัน เพื่อช่วยขับสารเคมีที่อาจตกค้างในร่างกายออกทางปัสสาวะ

2. สังเกตผิวหนังบริเวณที่ฉีดยา ถ้ารู้สึกปวด บวม แดง หรือสงสัยมีขี้ผึ้งออกนอกหลอดเลือด ต้องแจ้งเจ้าหน้าที่พยาบาลทันที

3. หัวใจเต้นไม่สม่ำเสมอ ใจสั่น หรือมีอาการหอบเหนื่อย ต้องแจ้งเจ้าหน้าที่พยาบาลทันที



ตารางแสดงอาการข้างเคียงจากเคมีบำบัดที่ท่านได้รับ

ชื่อยา	Cyclophosphamide (ไซโคลฟอสฟามายด์)	Vincristine (วินคริสติน)
อาการข้างเคียง		
เม็ดเลือดขาวต่ำ	/	/
ภูมิต้านทานต่ำ	/	/
คลื่นไส้ อาเจียน	/	/
ชามือ/ขาเท้า	ไม่เกิด	/
ผอมร่วง	/	/
ท้องผูก	ไม่เกิด	/
เบื่ออาหาร	/	/
แผลในปาก	/	/
อ่อนเพลีย	/	/
ผิวหนังสีเข้ม	/	/
กระเพาะปัสสาวะอักเสบ	/	ไม่เกิด

อาการข้างเคียงและการปฏิบัติตัว เพื่อป้องกันอาการแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น

1. ภูมิต้านทานต่ำ เกิดการติดเชื้อได้ง่าย ภูมิต้านทานจะต่ำที่สุดหลังจากได้รับยาเคมีบำบัด 15-21 วัน

- ดูแลรักษาความสะอาดร่างกายทั่วไป
- หลีกเลี่ยงการอยู่ในชุมชน สถานที่แออัด เช่น โรงภาพยนตร์ ศูนย์การค้า

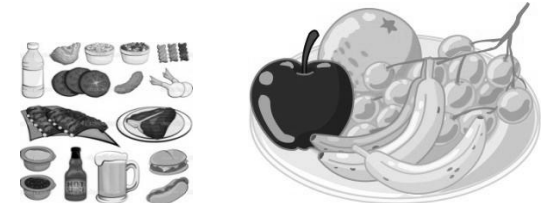
- หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับบุคคลที่เป็นโรคติดต่อต่างๆ เช่น ไข้หวัด วัณโรค หรือสวมหน้ากากอนามัย
- รับประทานอาหารที่ปรุงสุก สะอาด งดของหมักดอง อาหารสุกๆดิบๆ

2. สังเกตการติดเชื้อ เช่น มีไข้สูง เจ็บคอ ปัสสาวะแสบขัด ให้มาพบแพทย์ก่อนนัด หรือไปตรวจที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน

3. คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร เกิดประมาณ 60-90 % อาจเกิดขึ้นได้ตั้งแต่หลังได้รับเคมีบำบัดและอาจมีอาการนานได้ถึง 24-48 ชั่วโมง หรือนานเป็นสัปดาห์

- รับประทานอาหารครั้งละน้อยๆ แต่บ่อยครั้ง
- หลีกเลี่ยงอาหารหวานจัด มันจัด มีกลิ่นฉุน ควรดื่มน้ำอุ่นๆ น้ำส้ม น้ำมะนาว น้ำผลไม้ ใช้ผลไม้รสเปรี้ยวหรือน้ำจิงเพื่อบรรเทาอาการคลื่นไส้ อาเจียน
- บ้วนปากด้วยน้ำอุ่นๆ หรือน้ำเกลือเจือจาง (น้ำ 1 แก้ว ต่อน้ำเกลือ 1 ช้อนชา) หลังรับประทานอาหารหรือหลังอาเจียนทุกครั้ง

• ใช้เทคนิคผ่อนคลาย เพื่อลดความวิตกกังวล และอาการคลื่นไส้ อาเจียน โดยจัดสภาพแวดล้อมรอบๆตัวให้สดชื่น ฟังเพลง ดูภาพวิวทิวทัศน์ ธรรมชาติต่างๆ ถ้าอาการคลื่นไส้ อาเจียน ไม่ดีขึ้น ให้ไปตรวจที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน หรือมาพบแพทย์ก่อนวันนัด



4. **ขามือ ขาเท้า** จากการได้รับยา วินคริสติน โดยทั่วไปพบ หลังได้รับยาครั้งที่ 1-3 ถ้านิ้วมีอาการชา ควรระมัดระวังการใช้ของมีคม ของแหลม และสัมผัสของร้อนถ้าเป็นไปได้ ควรสวมรองเท้ายางเพื่อป้องกันของแหลมที่คมดำ บริหารมือและเท้า ข่ามือและเท้าในน้ำอุ่นเพื่อป้องกันและบรรเทาอาการ

5. **ผมร่วง พบได้น้อย** ให้ใช้วิธีชี้ห่างๆ หวีผม อย่าสระผมบ่อย เวลาหวีอย่ากระตุก ให้หวีเบาๆและไม่ควรข้อมหรือคัดผม เพราะอาจจะทำให้ผมร่วงมากขึ้น

6. **ท้องผูก** ดื่มน้ำหรือเครื่องดื่มอุ่นๆร้อนๆ ปรึกษาแพทย์ ก่อนที่จะรับประทานอาหารที่มีเส้นใยสูง เพราะมะเร็งบางชนิดจะมีผลข้างเคียงหากรับประทานอาหารที่มีเส้นใยสูง

7. **ออกกำลังกายทุกวัน** เช่น เดินออกกำลังกายหรือปรึกษาแพทย์เพื่อรับโปรแกรมการออกกำลังกาย

8. **เยื่อช่องปากอักเสบ** อาจเกิดแผลและปวดตามริมฝีปาก เหงือก กระพุ้งแก้ม เพดานปาก หรือลิ้น มักเกิดวันที่ 5-7 หลังฉีดยาเคมีบำบัด

- รักษาความสะอาดในช่องปาก ใช้แปรงฟันที่มีขนนุ่ม แปรงเบาๆ

- บ้วนปากด้วยน้ำหรือน้ำเกลือบ่อยๆ(น้ำ 1 แก้วต่อ น้ำเกลือ 1 ช้อนชา)หลังรับประทานอาหารหรืออม น้ำแข็งบ่อยๆ

- งดเหล้า บุหรี่ หมาก เมียง



- **ดื่มน้ำมากๆ** อย่างน้อยวันละ 10-15 แก้วต่อวัน
- 9. **สีผิวคล้ำ** แห่ง คัน และอักเสบ ผิวอาจเปลี่ยนแปลงไม่ควรโดนแสงแดด ถ้าจำเป็นต้องโดนแสงแดดควรใส่เสื้อแขนยาว
- 10. **กระเพาะปัสสาวะอักเสบ** เกิดจากยาตกค้างในกระเพาะปัสสาวะทำให้เกิดการอักเสบ ดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 2-3 ลิตร โดยเฉพาะ 1-2 วันแรก หลังจากรับยา
- 11. **สังเกตอาการผิดปกติที่ต้องรีบมาพบแพทย์** ได้แก่ มีอาการแสบขัดขณะปัสสาวะ ปัสสาวะไม่ออกรู้สึกปวดถ่าย ปัสสาวะตลอดเวลา ปัสสาวะปนเลือด มีเลือดปน

อาการข้างเคียงเหล่านี้ อาจเกิดขึ้นหรือไม่ก็ได้ และเกิดขึ้นเพียงชั่วคราวเท่านั้น เมื่อหยุดการรักษา อาการต่างๆก็จะหายไป



การดูแลการตนเองต่อเนืองบ้าน เมื่อได้รับยาเคมีบำบัด ท่านควรปฏิบัติตามคำแนะนำต่อไปนี้ อีกประมาณ 1 เดือน เพื่อลดภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น

อาการที่ต้องมาพบแพทย์ทันที เช่น มีไข้สูง หนาวสั่น คลื่นไส้ อาเจียนมาก ท้องเสีกรุนแรง มีจุดเลือดออกตามผิวหนัง หรือ มีเลือดออกจากอวัยวะต่างๆ

กรณีไม่มีอาการผิดปกติ ควรมาตรวจอย่างสม่ำเสมอตามวัน และเวลาที่แพทย์นัด



การปฏิบัติตัวของ ผู้ที่ได้รับเคมีบำบัด

สูตร

COP



เรียบเรียงโดย ... ห้องเคมีบำบัดผู้ป่วยนอก

โทร. 056-219888 ต่อ 1112

จัดพิมพ์โดย ... กลุ่มงานสุขศึกษา

โทร. 056 - 219888 ต่อ 5200, 9801

โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ จ.นครสวรรค์ 60000

www.SPR.go.th.