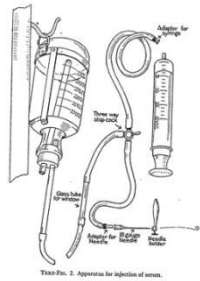


เคมีบำบัดคืออะไร

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

เคมีบำบัดที่ท่านได้รับครั้งนี้คือสูตร **ABVD** ประกอบด้วย

1. **A Adriamycin (อะเดรียมัยซิน)**
2. **B Bleomycin (บลีโอมัยซิน)**
3. **V Vinblastine (วินบลาสติน)**
4. **D Dacarbazine (ดาคาบาซีน)**



การดูแลตนเองขณะรับยาเคมีบำบัด

1. **ปัสสาวะสีแดง สีส้มหรือสีชมพู** ภายใน 24 ชั่วโมง หรืออาจเกิดกระเพาะปัสสาวะอักเสบ หลังได้รับยา ควรดื่มน้ำมากๆ อย่างน้อยวันละ 2-3 ลิตร หรือ 10-15 แก้วต่อวัน เพื่อช่วยขับสารเคมีที่อาจตกค้างในร่างกายออกทางปัสสาวะ โดยเฉพาะ 1-2 วันแรก หลังจากได้รับยา
2. **สังเกตผิวหนังบริเวณที่ฉีดยา** ถ้ารู้สึกปวด บวม แดง หรือสงสัยมียารั่วซึม ออกนอกหลอดเลือด ต้องแจ้งเจ้าหน้าที่พยาบาลทันที
3. **หัวใจเต้นไม่สม่ำเสมอ ใจสั่น** หรือมีอาการหอบเหนื่อยต้องแจ้งเจ้าหน้าที่พยาบาลทันที

ตารางแสดงอาการข้างเคียงจากเคมีบำบัดที่ท่านได้รับ

ชื่อยา	<i>Adriamycin</i>	<i>Bleomycin</i>	<i>Vinblastine</i>	<i>Dacarbazine</i>
อาการข้างเคียง				
เม็ดเลือดขาวต่ำ	/	ไม่เกิด	/	/
ภูมิคุ้มกันต่ำ	/	ไม่เกิด	/	/
คลื่นไส้ อาเจียน	/	/	/	/
ชามือ/ชาเท้า	ไม่เกิด	/	/	ไม่เกิด
ผอมร่วง	/	/	/	/
ท้องผูก	ไม่เกิด	ไม่เกิด	/	ไม่เกิด
เบื่ออาหาร	/	/	/	/
แผลในปาก	/	/	/	/
อ่อนเพลีย	/	ไม่เกิด	/	/
ผิวหนังสีเข้ม	/	/	ไม่เกิด	/
กระเพาะปัสสาวะอักเสบ	ไม่เกิด	ไม่เกิด	ไม่เกิด	/

อาการและการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันอาการแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น

1. ภูมิคุ้มกันต่ำ เกิดการติดเชื้อได้ง่าย ภูมิคุ้มกันจะต่ำที่สุดหลังจากได้รับยาเคมีบำบัด 7-10 วัน จึงควรหลีกเลี่ยงการอยู่ในชุมชน สถานที่แออัด เช่น โรงภาพยนตร์ ศูนย์การค้า หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับบุคคลที่เป็นโรคติดต่อต่างๆ เช่น ไข้หวัด วัณโรค หรือสวมหน้ากากอนามัย สังเกตการติดเชื้อ เช่น มีไข้สูง เจ็บคอ ปัสสาวะแสบขัด ให้มาพบแพทย์ก่อนนัด หรือไปตรวจที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน
2. รับประทานอาหารที่ปรุงสุก สะอาด งดของหมักดอง อาหารสุกๆดิบๆ
3. คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร แสบร้อนใต้ลิ้นปี เกิดประมาณ 60-90 % อาจเกิดขึ้นได้ตั้งแต่หลังได้รับเคมีบำบัด จนถึง 24-72 ชั่วโมง หรือนานเป็นสัปดาห์
 - รับประทานอาหารครั้งละน้อยๆ แต่บ่อยครั้ง
 - จัดอาหารที่ผู้ป่วยชอบ มีโปรตีนและพลังงานสูง ครบ 5 หมู่ เช่น เนื้อสัตว์ ไข่ นม ถั่วต่างๆ ผักและผลไม้
 - ควรดื่มน้ำอุ่นๆ น้ำส้ม น้ำมะนาว น้ำผลไม้ ใช้ผลไม้รสเปรี้ยวหรือน้ำจิงเพื่อบรรเทาอาการคลื่นไส้ อาเจียน
 - หลีกเลี่ยงอาหารหวานจัด มันจัด มีกลิ่นฉุน
 - บ้วนปากด้วยน้ำอุ่นๆ หรือน้ำเกลือเจือจาง (น้ำ 1 แก้วต่อ น้ำเกลือ 1 ช้อนชา) หลังรับประทานอาหารหรือหลังอาเจียนทุกครั้ง
 - ใช้เทคนิคผ่อนคลาย เพื่อลดความวิตกกังวล และอาการคลื่นไส้ อาเจียน โดยจัดสภาพแวดล้อมรอบๆตัวให้สดชื่น

ฟังเพลง ดูภาพวิวทิวทัศน์ ธรรมชาติต่างๆ ถ้าอาการ
คลื่นไส้ อาเจียนไม่ดีขึ้น ให้ไปตรวจที่โรงพยาบาลใกล้
บ้าน หรือมาพบแพทย์ก่อนวันนัด

4. **ขามือ ขาเท้า** จากการได้รับยา วินคริสติน โดยทั่วไปพบ
หลังได้รับยาครั้งที่ 1-3 ถ้านิ้วมีอาการชา ควรระมัดระวังการใช้
ของมีคม ของแหลม และสัมผัสของร้อนถ้าเป็นไปได้ ควร
สวมรองเท้ายางเพื่อป้องกันของแหลมที่คมดำ บริหารมือและ
เท้า ขำมือและเท้าในน้ำอุ่นเพื่อป้องกันและบรรเทาอาการชา
5. **ผมร่วง** อาจเกิดหลังจากให้ยาไปแล้ว 2-3 สัปดาห์ ให้ใช้หวี
ซี่ห่างๆ หวีผม อย่าสระผมบ่อย เวลาหวีอย่ากระตุก ให้หวีเบาๆ
และไม่ควรขัดหรือตัดผมเพราะอาจจะทำให้ผมร่วงมากขึ้น
หลังจากได้รับยาครบผมจะเริ่มงอกขึ้นมาใหม่

6. **ท้องผูก** คัดน้ำหรือเครื่องดื่มอุ่นๆ ร้อนๆ ปรึกษาแพทย์
ก่อนที่จะรับประทานอาหารที่มีเส้นใยสูง เพราะมะเร็งบางชนิด
จะมีผลข้างเคียงหากรับประทานอาหารที่มีเส้นใยสูง

7. **ออกกำลังกายทุกวัน** เช่น เดิน ออกกำลังกายหรือปรึกษา
แพทย์เพื่อรับโปรแกรมการออกกำลังกาย



8. **เยื่อช่องปากอักเสบ** เกิดขึ้นประมาณ 40% อาจเกิดแผล
และปวดตาม ริมฝีปาก เหงือก กระพุ้งแก้ม เพดานปาก หรือ
ลิ้น มักเกิดวันที่ 5-7 หลังฉีดยาเคมีบำบัด รักษาความสะอาดใน
ช่องปาก ใช้แปรงฟันที่มีขนนุ่ม แปรงเบาๆ บ้วนปากด้วยน้ำ
หรือน้ำเกลือบ่อยๆ หรืออมน้ำแข็งบ่อยๆ



9. **งดเหล้า บุหรี่** หมดจด

10. **ดื่มน้ำมากๆ**

อย่างน้อยวันละ 10-15 แก้วต่อวัน

11. **สีผิวคล้ำ** แห้ง คัน และอักเสบ ผิวอาจเปลี่ยนแปลงไม่ควร
โดนแสงแดด ถ้าจำเป็นต้องโดนแสงแดดควรใส่เสื้อแขนยาว

12. **สังเกตอาการผิดปกติที่ต้องรีบมาพบแพทย์** ได้แก่

มีอาการแสบขัดขณะปัสสาวะ ปัสสาวะไม่ออก รู้สึกปวดถ่าย
ปัสสาวะตลอดเวลา ปัสสาวะปนเลือด มีเลือดปน

13. **ผลต่อกล้ามเนื้อหัวใจ** อาจทำให้เกิดกล้ามเนื้อหัวใจตาย
จากการได้รับยาอะครีนิมัยซิน พบประมาณ 1% สังเกตอาการ
หัวใจเต้นไม่สม่ำเสมอ ใจสั่นหรือมีเหนื่อยหอบ บวมตามแขน
ขา ต้องมาพบแพทย์ก่อนนัดหรือไปโรงพยาบาลใกล้บ้าน

14. **อาการไม่สบาย มีไข้ ปวดศีรษะ หนาวสั่น มีน้ำมูก ปวด
กล้ามเนื้อ** แต่ถ้ามีไข้สูง 38 องศาขึ้นไปควรมาพบแพทย์

**อาการข้างเคียงเหล่านี้อาจเกิดขึ้นหรือไม่ก็ได้ และเกิดขึ้น
เพียงชั่วคราวเท่านั้น เมื่อหยุดการรักษา อาการต่างๆก็จะ
หายไป**

การดูแลการตนเองต่อเนืองบ้าน เมื่อได้รับยาเคมีบำบัด

ท่านควรปฏิบัติตามคำแนะนำต่อไปนี้ อีกประมาณ 1 เดือน
เพื่อลดภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น

อาการที่ต้องมาพบแพทย์ทันที เช่น มีไข้สูง หนาวสั่น
คลื่นไส้ อาเจียนมาก ท้องเสียรุนแรง มีจุดเลือดออกตาม
ผิวหนัง หรือ มีเลือดออกจากอวัยวะต่างๆ

**กรณีไม่มีอาการผิดปกติ ควรมาตรวจอย่างสม่ำเสมอตามวัน
และเวลาที่แพทย์นัด**

การปฏิบัติตัวสำหรับผู้ ที่ได้รับเคมีบำบัดสูตร

ABVD



เรียบเรียงโดย ... ห้องเคมีบำบัดผู้ป่วยนอก

โทร. 056-219888 ต่อ 1112

จัดพิมพ์โดย ... กลุ่มงานสุขศึกษา

โทร. 056-219888 ต่อ 5200, 9801

โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ จ.นครสวรรค์ 60000

www.SPR.go.th.