

การรักษาด้วยเคมีบำบัด

เคมีบำบัด หมายถึง การรักษาด้วยยาเพื่อควบคุมหรือทำลายเซลล์มะเร็ง โดยการออกฤทธิ์ยับยั้งการแบ่งตัวและการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง ทำลายเซลล์มะเร็งโดยตรงบางครั้งอาจมีผลข้างเคียง อาการเหล่านี้จะมีมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ ชนิดของยา **สภาวะความแข็งแรงของร่างกาย ความพร้อมทางด้านจิตใจของผู้ป่วย** เคมีบำบัดที่ท่านได้รับครั้งนี้คือสูตร **CMF** ครั้งละ 28 วัน ประกอบด้วย

1. C=Cyclophosphamide (ไซโคลฟอสฟามายด์) เป็นยารับประทาน รอบละ 14 วัน
2. M= methotrexate (เมทโทเทรกเสท)
3. F= 5-Fluororacil หรือ 5-FU (ไฟซ์-เอฟ-ยู) ยาชนิดที่ 2 และ 3 เป็นยาฉีดให้ทางหลอดเลือดดำวันที่ 1 และวันที่ 8

การดูแลตนเองขณะรับยาเคมีบำบัด

ผู้ที่ได้รับเคมีบำบัดให้ดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 2-3 ลิตร หรือ 10-15 แก้วต่อวัน เพื่อช่วยขับสารเคมีที่อาจตกค้างในร่างกายออกทางปัสสาวะ สังเกตผิวหนังบริเวณที่ฉีดยา ถ้ารู้สึกปวด บวม แดง หรือสงสัยมียารั่วซึมออกนอกเส้นเลือด ต้องแจ้งเจ้าหน้าที่พยาบาลทันที



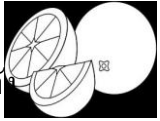
ตารางแสดงอาการข้างเคียงจากยาเคมีบำบัดที่ท่านได้รับ

ชื่อยา	Cyclophosphamide	methotrexate	5-FU
อาการข้างเคียง			
ภูมิคุ้มกันต่ำจากเม็ดเลือดขาวต่ำ	/	/	/
คลื่นไส้ อาเจียน	/	/	/
แผลในปาก	/	/	/
ผมร่วง	/	/	/
ท้องผูก	/	/	/
เบื่ออาหาร	/	/	/
อ่อนเพลีย	/	/	/
ผิวหนังสีเข้ม	/	/	/
หัวใจเต้นไม่สม่ำเสมอ	ไม่เกิด	/	ไม่เกิด
กระเพาะปัสสาวะอักเสบ	/	/	ไม่เกิด

อาการข้างเคียงและการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น

1. คลื่นไส้ อาเจียน เกิดขึ้นประมาณร้อยละ 40 อาจเกิดขึ้นได้ตั้งแต่หลังได้รับยาเคมีบำบัดและอาจมีอาการนานได้ถึง 24 ชั่วโมงหรือนานเป็นสัปดาห์

- รับประทานอาหารครั้งละน้อยๆแต่บ่อยครั้ง
- หลีกเลี่ยงอาหารหวานจัด มันจัด มีกลิ่นฉุน ควรดื่มน้ำอุ่นๆ น้ำผลไม้ หรือน้ำจืดเพื่อบรรเทาอาการคลื่นไส้อาเจียน



- บ้วนปากด้วยน้ำอุ่นๆหรือน้ำเกลือเจือจางหลังรับประทานอาหารหรือหลังอาเจียนทุกครั้ง

- ใช้เทคนิคผ่อนคลาย เพื่อลดการวิตกกังวล และอาการคลื่นไส้อาเจียน โดยจัดสภาพแวดล้อมรอบๆตัว เช่น ฟังเพลง ดูภาพวิวทิวทัศน์ ธรรมชาติต่างๆ

ถ้าอาการคลื่นไส้อาเจียนไม่ดีขึ้นให้มาพบแพทย์ก่อนนัด ตรวจที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน



2. ภูมิคุ้มกันต่ำ เกิดการติดเชื้อได้ง่าย ภูมิคุ้มกันจะต่ำที่สุดหลังจากได้รับยาเคมีบำบัด 15-20 วัน

- ดูแลรักษาความสะอาดร่างกายทั่วไป
- หลีกเลี่ยงการไปในที่ชุมชนเช่น ตลาด วัด ห้างสรรพสินค้า หรือใกล้ชิดกับบุคคลที่เป็นโรคติดต่อต่างๆ เช่น ไข้หวัด วัณโรค หรือสวมน้ำกากอนามัยป้องกันการติดเชื้อ
- สังเกตการติดเชื้อ เช่น มีไข้สูง ปัสสาวะแสบขัด เจ็บคอ ให้มาพบแพทย์ก่อนนัดหรือไปตรวจที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน



3. รับประทานอาหารที่ปรุงสุก สะอาดให้ครบ 5 หมู่ งดของหมักดอง อาหารสุกๆดิบๆ รับประทานอาหารอ่อน ย่อยง่าย รสไม่จัด



4. เยื่อช่องปากอักเสบ เกิดขึ้นประมาณ 40% อาจเกิดแผลและปวดตามริมฝีปากเหงือกกระพุ้งแก้ม เพดานปาก หรือลิ้น มักเกิดวันที่ 5-7 หลังฉีดยาเคมีบำบัด รักษาความสะอาดในช่องปากโดยใช้แปรงฟันที่มีขนนุ่ม แปรงเบาๆ บ้วนปากด้วยน้ำหรือน้ำเกลือ (น้ำ 1 แก้วต่อน้ำเกลือ 1 ช้อนชา) บ่อยๆ งดเหล้า บุหรี่ หมาก เมียง น้ำมะนาว น้ำส้ม

5. ดื่มน้ำมากๆ อย่างน้อยวันละ 10-15 แก้วต่อวัน อดน้ำแข็งบ่อยๆ



6. ผอมร่วง ให้ใช้หวีซี่ห่างๆ หวีผมเบาๆอย่าสระผมบ่อย เวลาหวีอย่ากระตุก ไม่ควรข้อมหรือตัดผมเพราะอาจจะทำให้ผมร่วงมากขึ้น

7. สิวมีการเปลี่ยนแปลง แห้ง คันและอักเสบ ไม่ควรถูกแสงแดด ถ้าจำเป็นต้องโดนแสงแดด ควรใส่เสื้อแขนยาว

8. ภาวะแพ้ปัสสาวะอักเสบ เกิดจากยาตกค้างในภาวะแพ้ปัสสาวะทำให้เกิดการอักเสบ ดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 2-3 ลิตร โดยเฉพาะ 1-2 วันแรก หลังจากได้รับยา

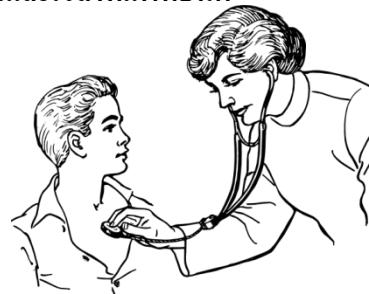
9. สังเกตอาการผิดปกติที่ต้องรีบมาพบแพทย์ ได้แก่ มีอาการแสบขัดขณะปัสสาวะ ปัสสาวะไม่ออก รู้สึกปวดถ่ายปัสสาวะตลอด ปัสสาวะปนเลือด มีเลือดปน

โปรดระลึกไว้เสมอ : อาการข้างเคียงเหล่านี้อาจเกิดขึ้นหรือไม่ก็ได้ ถ้าเกิดขึ้นเป็นเพียงชั่วคราวเท่านั้น เมื่อหยุดการรักษา อาการต่างๆก็จะหายไป



การดูแลการตนเองต่อเนืองบ้าน เมื่อได้รับยาเคมีบำบัด

1. ท่านควรปฏิบัติตามคำแนะนำต่อไปนี้อีกประมาณ 1 เดือน เพื่อลดภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น
2. อาการที่ต้องมาพบแพทย์ทันที เช่น มีไข้สูง หนาวสั่น คลื่นไส้ อาเจียนมาก ท้องเสียรุนแรง มีจุดเลือดออกตามผิวหนัง หรือ มีเลือดออกจากอวัยวะต่างๆ
3. กรณีไม่มีอาการผิดปกติ ควรมาตรวจอย่างสม่ำเสมอตามวันและเวลาที่แพทย์นัด



การปฏิบัติตัวสำหรับ ผู้ที่ได้รับเคมีบำบัดสูตร CMF



เรียบเรียงโดย ... ห้องเคมีบำบัดผู้ป่วยนอก

โทร. 056-219888 ต่อ 1112

จัดพิมพ์โดย ... กลุ่มงานสุขศึกษา

โทร. 056 - 219888 ต่อ 5200, 9801

โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ จ.นครสวรรค์ 60000

www.SPR.go.th.