

**Załącznik nr 12 do Procedury edukacji zdrowotnej pacjentów i ich rodzin/ opiekunów,
edycja nr 3**

**ZALECENIA POSTĘPOWANIA W TRACIE CHEMIOTERPII W CELU
ZMINIMALIZOWANIA DOLEGLIWOŚCI ZWIĄZANYCH
Z NUDNOŚCIAMI I WYMIOTAMI:**

1. Podczas chemioterapii należy ściśle przestrzegać zaleceń lekarskich.
2. W dniu chemioterapii nie trzeba być na czczo, ale posiłek powinien być lekki.
3. Przed rozpoczęciem chemioterapii trzeba przyjąć zapisany lek p/wymiotny i stosować go, co 12 godz. przez następne 2-3 dni (chyba, że lekarz zaleci inaczej).
4. Chemioterapii często towarzyszy brak apetytu, należy więc jeść częściej, w mniejszych porcjach, posiłki powinny być apetyczne i smaczne.
5. Należy unikać posiłków ciężkich, ostrych, mocno smażonych, wzdymających.
6. Ważne jest, aby posiłki spożywać w sprzyjającej atmosferze, w towarzystwie innych domowników.
7. Chemioterapii towarzyszą często zmiany na błonkach jamy ustnej, wówczas zalecane jest spożywanie pokarmów o łagodnym smaku, letnich i półpłynnych.
8. Spożywanie alkoholu w trakcie leczenia nie jest zabronione, ale ze względu na możliwość interakcji z lekami zaleca się odstawienie alkoholu w dni, kiedy podawane są leki, a w pozostałe ograniczenie jego ilości.
9. W większości przypadków nudności i wymioty mają charakter przemijający, jednak kiedy utrzymują się dłużej i występują po każdej próbie picia czy jedzenia należy skontaktować się z lekarzem.
10. Choremu cierpiącemu na nudności i wymioty spowodowane chemioterapią lekarz może przepisać leki takie jak: Dolasteron, Granisteron, Zofran, Atossa, Metoclopramid, Dexamethason, Zantac, Diphergan.

Nudności i wymioty występują u około 70 – 80% pacjentów otrzymujących chemioterapię. Chemioterapia jest źródłem wielu objawów ubocznych. Jedną z jej najczęstszych dolegliwości jest występowanie nudności i wymiotów.

Wyróżniamy nudności i wymioty:

- ostre, występujące w ciągu pierwszych 24 godz. po zastosowaniu chemioterapii
- późne, występujące w ciągu kilku dni po chemioterapii
- wyprzedzające, występujące przed podaniem chemioterapii

Materiały źródłowe:

PZWL Żywnienie w chorobach nowotworowych. Warszawa, 1, 2020

PZWL Leki Współczesnej Terapii – 2020