# NOPHO ALL-2008 HR, 18-45 år, Induktion

vid Hematologisk malignitet

## Schema för regimen

| Dag | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Dexametason Morgondos | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| Dexametason Middagsdos | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| Dexametason Kvällsdos | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| Doxorubicin | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Metotrexat | X | | | | | | | X | | | | | | | X | | | | | | |
| Vinkristin | X | | | | | | | X | | | | | | | X | | | | | | |
| Merkaptopurinmono-hydrat Kvällsdos | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Pegaspargas | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| Dag | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Dexametason Morgondos | X | X | X | X | X | X | X | X | X | | | | | |
| Dexametason Middagsdos | X | X | X | X | X | X | X | X | X | | | | | |
| Dexametason Kvällsdos | X | X | X | X | X | X | X | X | X | | | | | |
| Doxorubicin | X | | | | | | | | | | | | | |
| Metotrexat | | | | | | | | X | | | | | | |
| Vinkristin | X | | | | | | | X | | | | | | |
| Merkaptopurinmono-hydrat Kvällsdos | | | | | | | | | X | X | X | X | X | X |
| Pegaspargas | | | | | | | | | X | | | | | |

## Om din behandling

Doxorubicin, metotrexat, vinkristine, merkaptopurinmonohydrat är cytostatika. Pegaspargas är ett protein(enzym) som tar bort en aminosyra (asparagin) från blodet, så leukemicellerna inte kan dela sig. Dexametason är kortison.

Varje kur är 35 dagar. Dag 1, 8,15,22 och 29 får du cytostatika via dropp. Du ska dricka mycket de dagarna.

Metotrexat ges via en spruta i ryggmärgskanalen dag 1, 8, 15 och 29.

Dag 30, 31, 32, 33, 34 och 35 tar du merkaptopurinmonohydrat- tabletter på kvällen. Merkaptopurin tas minst 1 timme före eller 2 timmar efter intag av mjölk eller mjölkprodukter. Din läkare eller sjuksköterska talar om hur många tabletter du ska ta per gång.

Dag 30 får du en spruta pegaspargas.

Dag 1-30 ska du ta kortisontabletter. Du tar tabletter tre gånger dagligen. Din läkare eller sjuksköterska talar om hur många tabletter du ska ta per gång.

Under behandlingen följs dina blodprover och eventuella biverkningar

## Biverkningar - symtom och tips

Biverkningarna vi listar här är de vanligaste och viktigaste. De kan variera mycket mellan olika personer, och även från gång till gång. Biverkningarna kan avgöra din dos eller göra att det behövs ett uppehåll i behandlingen.

Berätta för din läkare eller sjuksköterska om du har biverkningar. Ofta kan besvären förebyggas eller lindras.

### Trötthet - Fatigue

I samband med cancersjukdom och behandling är det vanligt att känna trötthet. Det är individuellt hur svåra besvär du upplever och hur länge det håller i sig. Du kan vara trött lång tid efter att en behandling har avslutats. Sjuklig trötthet kallas fatigue och är trötthet som inte alltid förbättras efter vila och sömn. Många upplever fatigue som total energilöshet, och den kan komma även om du inte anstränger dig. Din förmåga att minnas, koncentrera dig och lösa problem kan bli sämre. Fatigue är ibland kopplat till uppgivenhet, stress, oro och depression.

Tips: Rör gärna på dig. Fysisk aktivitet hjälper ofta mot trötthet och fatigue. Hitta en balans mellan aktivitet, vila och sömn som fungerar för dig.

### Illamående och smakförändringar

Du kan må illa av behandlingen. I samband med behandlingen får du därför läkemedel mot illamående. Vissa av dessa läkemedel kan ge förstoppning. Smaken av mat och dryck kan förändras av behandlingen.

**Tips:** Ibland känns det bättre att äta lättare mat och små portioner. Prova till exempel filmjölk, yoghurt, omelett, smörgås och varm eller kall soppa. Att dricka lite extra mellan måltiderna kan minska illamåendet.

### Besvär med mage och tarm

Diarré är vanligt. Du kan även bli förstoppad.

**Tips:** Drick mycket, några glas mer än vanligt per dag. Om du har diarré, undvik fet, starkt kryddad och fiberrik mat. Om du är förstoppad, prova fiberrik mat och motion. Prata med din sjuksköterska om du får diarré eller förstoppning - du kan behöva läkemedel.

### Infektionskänslighet

Du blir infektionskänslig efter behandlingen. Det beror på att nivån av vita blodkroppar sjunker. Inför varje behandling tas blodprover, för att se om blodkropparna har återhämtat sig. Om värdena ligger för lågt, måste behandlingen skjutas fram.

**Tips:** Försök att undvika nära kontakt med personer som till exempel är förkylda eller magsjuka. Tvätta händerna ofta med tvål och vatten. Handsprit kan vara ett komplement.

## Besvär med mun och slemhinnor

Slemhinnorna i näsa, mun, ögon och underliv kan påverkas av din behandling. Du kan till exempel blöda näsblod och få rinnande näsa. I munnen kan du få torrhet, rodnad, sveda och sår. Du kan också få svamp, och munslemhinnan blir då röd eller får en vit beläggning. Ögonen kan bli torra och rinnande. Även slemhinnorna i underlivet kan bli torra.

**Tips:** Om du är torr i munnen, använd salivstimulerande medel som finns att köpa på apotek. Att skölja munnen med vichyvatten kan förebygga svamp. Var noga med munhygienen, och använd en mjuk tandborste och mild tandkräm. Informera om din cancerbehandling när du besöker tandvården. Undvik kontaktlinser om du har besvär med ögonen. Kvinnor kan använda östrogenkräm, mjukgörande kräm eller olja mot torra slemhinnor i underlivet.

## Besvär med händer och fötter

Det är vanligt att få rodnad, torr flagnande hud och svullnader på händer och fotsulor. Det kan utvecklas till blåsor, sprickor och sår. Du kan också bli öm och få stickningar och domningar i händer och fötter. Kontakta genast din klinik om du får dessa symtom.

**Tips:** Undvik att utsätta händer och fötter för hög värme, som att duscha eller diska i väldigt varmt vatten. Smörj regelbundet med mjukgörande kräm. Skydda händerna med handskar till exempel vid trädgårdsarbete. Undvik också att utsätta händer och fötter för vibration eller nötning, som att använda en borrmaskin i timmar eller att springa flera kilometer.

## Håravfall

Vanligtvis tappar du håret 2-4 veckor efter första behandlingen. Håret börjar växa tillbaka cirka 3-4 veckor efter att du avslutat all cytostatikabehandling. Ibland ändras hårfärgen, och rakt hår kan bli lockigt. Men med tiden blir håret oftast som tidigare igen. Ibland kan du även tappa ögonbryn och ögonfransar, men de växer också tillbaka.

## Domningar och stickningar - känselrubbningar

Du kan få domningar och stickningar i händer och fötter, och finmotoriken kan bli sämre. Du kan exempelvis få svårt att knäppa knappar eller gå. Symtomen går oftast tillbaka, men inte helt hos alla. Berätta för din läkare eller sjuksköterska om du har domningar eller stickningar i händer och fötter.

Fysisk aktivitet kan förebygga neuropati och kan lindra symtom samt förbättra motorik och balans.

Försök att hitta den träning som passar dig. Konditions- och styrketräning kan vara bra i förebyggande syfte. Om neuropati har uppstått kan förbättrad muskelstyrka, balansträning och yoga också ha effekt genom att påverka funktionen till det bättre.

## Smärta i muskler och skelett

Smärta i muskler och skelett är vanligt vid behandling med filgrastim.

**Tips:** Kan lindras med vanliga smärtlindrande läkemedel.

## Urin

Urinen kan färgas röd av behandlingen första dygnet.

## Kontakta genast din klinik vid:

**Akut**

Ring 112 vid ihållande akut bröstsmärta, tryck över bröstet eller svårt att andas/andnöd

**Ring genast din klinik vid:**

• Feber (temp över 38 grader) eller vid temp under 36 grader

• Plötslig försämring oavsett symtom

• Vid infektionssymtom från urinvägar eller förkylningssymtom innan du ska få behandling

• Svårt illamående eller sveda i munnen som gör att du har svårt att äta och dricka

• Kraftig diarré som inte minskar med stoppande läkemedel

• Näsblod eller annan blödning du inte får stopp på eller blåmärken över stora delar av kroppen

## Allmänna råd

Cancerläkemedel utsöndras oftast via urinen upp till 7 dagar efter behandlingen. Därför bör du undvika att stänka urin. Sitt ner när du kissar. När du är klar, stäng toalettlocket och spola 2 gånger. Det är viktigt att inte bli gravid eller göra någon gravid när du behandlas med cancerläkemedel, eftersom läkemedlen kan påverka fostret. Använd därför säkra preventivmedel. Ibland behövs dubbelt skydd, biverkningar som diarré eller direkt påverkan av cancerläkemedel kan göra att P-piller inte räcker som ensamt skydd. Om du är man, använd kondom vid sex med partner/partners inom 72 timmar efter behandlingen, eftersom cytostatika utsöndras även via sädesvätskan.

## Allmän information och råd om cancer

Bra information om cancer finns hos både 1177 och Cancerfonden. För allmänna råd och stöd kontakta Cancerrådgivningen

## Anteckningar

_____

_____