

Gemcitabin-Karboplatin

vid Urinblåse- och urinvägscancer

Schema för regimen

Ny kur dag 22

Dag	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Gemcitabin	x1							x1													
Karboplatin	x1																				

Om din behandling

Gemcitabin och karboplatin är cytostatika.

Varje kur är 21 dagar. Dag 1 och 8 får du dropp. Därefter är det uppehåll i 13 dagar, innan en ny kur startar. 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

Trötthet (fatigue) är vanligt. Du kan känna dig energilös och aldrig utvilad. Minnet kan bli sämre, och du kan få svårare att koncentrera dig och lösa problem. Det kan göra att du känner dig uppgiven, stressad och orolig. Du kan också ha svårt att orka umgås och vara social. Tröttheten kan finnas kvar lång tid efter behandlingen.

Tips: Försök att motionera och röra på dig. Det är det enda som man vet hjälper mot tröttheten.

Illamående och smakförändringar

Du kan må illa av behandlingen. I samband med behandlingen får du därför läkemedel mot illamående.

Läkemedlen kan ge förstoppning. Du kan få olika sorter beroende på hur du mår. Smaken av mat och dryck kan förändras av behandlingen.

Tips: Ibland känns det bättre att äta lättare mat och små portioner. Prova till exempel filmjök, 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 munhygien, och använd en mjuk tandborste och mild tandkräm. Var försiktig med tandtråd och tandpetare. 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 hud, hår och naglar

Huden blir ofta torr och mer känslig för sol. Du kan också tappa hår eller så kan håret ändra struktur. Naglarna kan bli sköra.

Tips: När du tvättar huden, var varsam och använd mild tvål. Smörj ofta med mjukgörande kräm. Använd täckande kläder för att skydda mot solen, och solskyddsmedel på kroppsdelar som du inte kan täcka. Använd handskar vid arbete som är smutsigt eller sliter på händerna. Om du har besvär med naglarna, pensla nagelbanden med olja eller smörja dem med mjukgörande kräm.

Kontakta genast din klinik vid:

- feber över 38 grader, eller temperatur lägre än 36 grader
- kraftig diarré, eller diarré i kombination med feber
- näsblod eller annan blödning som du inte får stopp på
- hudutslag på större delen av kroppen, eller hudutslag med smärta
- plötslig försämring, oavsett symtom
- ont i bröstet eller svårt att andas, ring 112

Allmänna råd

Cancerläkemedel utsöndras oftast via urinen upp till 5 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 24 timmar efter behandlingen, eftersom cytostatika utsöndras även via sädesvätskan.

Råd om levnadsvanor

Prata gärna om levnadsvanor med din läkare eller sjuksköterska. Då kan du få individuella råd om kost, motion, alkohol och tobak. Här är några generella råd:

- Det är viktigt att du får i dig den energi och näring som kroppen behöver. Det hjälper dig att behålla din vikt och ork, och minskar risken för biverkningar.
- Motion motverkar tröttheten som sjukdomen och behandlingen kan ge. Allt från promenader till hårdare fysisk träning kan hjälpa.
- Du bör undvika alkohol under behandlingsdagarna. Alkohol kan påverka leverns förmåga att bryta ner läkemedel.
- Du bör inte röka. Rökning ökar risken för att få cancer igen, och försämrar immunförsvaret.

Allmän information om cancer

Bra information om cancer finns hos både 1177 Vårdguiden och Cancerfonden:

www.1177.se

www.cancerfonden.se

Anteckningar
