

Il neutrofilo PHIL



*Informazioni utili sulla
NEUTROPENIA durante il
trattamento chemioterapico*

NEUTROFILO PHIL

La tua guardia del corpo, *Phil* (uno su un milione), ti guida alla conoscenza della *Neutropenia*.

Chi è Phil?

Phil è un *neutrofilo*. Il neutrofilo è un tipo di *globulo bianco*. I neutrofilo sono generati nel tuo midollo osseo. Il tuo *midollo osseo* è il sito spugnoso delle tue ossa. Le ossa che generano più neutrofilo sono il tuo cranio, lo sterno, le costole, la spina dorsale e il bacino.

Il tuo corpo genera milioni di neutrofilo. *Phil* è solo una di queste cellule. Pensa a *Phil* come al leader della squadra per tutti i neutrofilo. Quando leggi qualcosa su *Phil*, ricorda che lui rappresenta tutti i milioni di neutrofilo del suo team. *Phil* è uno su un milione!

Phil e la sua squadra vivono nel sangue. Il loro lavoro è trovare e uccidere qualsiasi germe presente nel tuo corpo. I germi sono chiamati *batteri*. I batteri possono causare un'*infezione* nel tuo corpo e farti ammalare. *Phil* e il suo team di neutrofilo rimuovono dal tuo sangue i germi, fagocitandoli.

I neutrofilo cercano e distruggono i batteri e ti consentono di rimanere in salute. Questo è il modo in cui *Phil* “lavora” e ti protegge. *Phil* e i milioni di neutrofilo del team sono i tuoi “bodyguard”!



Perché Phil è basso?

La **Chemioterapia** e qualche volta le radiazioni possono abbassare il livello di guardia e causare la febbre. Questo sintomo è chiamato **Neutropenia**. La neutropenia è un termine che indica che il tuo corpo ha meno neutrofili del normale.



Phil e la sua squadra vivono nel sangue e viaggiano attraverso il tuo corpo cercano germi da uccidere impedendo così che tu ti ammali. Prima e dopo i trattamenti chemioterapici devi essere sottoposto ad alcuni test (emocromo) del tuo sangue. La ragione per cui il tuo dottore richiede gli esami è quella di controllare i tuoi “**valori**”. Un campione del tuo sangue viene mandato al laboratorio dove viene conteggiato il numero di neutrofili presenti. È importante che il tuo dottore e l’infermiere conoscano precisamente il valore dei tuoi neutrofili per essere sicuri che tu ne abbia abbastanza per proteggerti dai batteri e dalle infezioni.



Quando Phil è ai suoi livelli più bassi?

Ad ogni visita sarai sottoposto ad esami del sangue per controllare i tuoi “valori”, ovvero il numero di neutrofili presenti nel tuo sangue. Quando l’emocromo è ai livelli più bassi, ti trovi nel periodo in cui la possibilità di contrarre infezioni è molto alta e quindi devo prestare molta attenzione.

È infatti il periodo in cui il tuo midollo osseo non sta producendo molti neutrofili ed è possibile che ti venga la febbre. In altre parole...puoi essere neutropenico! Hai meno neutrofili -guardie del corpo- che ti proteggono dai batteri, così in questo periodo sei più a rischio di ammalarti.

Questo effetto collaterale è previsto dopo la chemioterapia. Di solito entro qualche giorno del tuo **periodo di Nadir** (il periodo dopo la chemioterapia tra il 10° e 14° giorno in cui i valori dell’emocromo si abbassano), il tuo midollo osseo inizierà a produrre più neutrofili ed i valori del tuo emocromo inizieranno a crescere. *Phil* e la sua squadra saranno maggiormente in grado di proteggerti dalle infezioni.

Cosa può accadere quando Phil è basso?



Ecco qui il Neutrofilo *Phil*: “Pensavo di farti un po’ di domande circa il cosa può accadere quando il tuo emocromo è basso dopo aver eseguito la chemioterapia. Ti darò inoltre le risposte perché facciamo tutti parte dello stesso team e tu sei il mio più caro amico. Ricorda, il mio motto è “esserti utile e proteggere” te e soltanto te!”.

Domanda: *Perché corri il rischio di ammalarti?*

Risposta: noi tutti neutrofilo ti proteggiamo dalle infezioni uccidendo i germi (batteri) quando entrano nel tuo corpo. Quando il tuo emocromo è basso (neutropenia) e specialmente quando sei nel tuo periodo di Nadir dopo la chemioterapia e le radiazioni, non ci sono abbastanza neutrofilo nel tuo flusso sanguigno tali da proteggerti dai batteri.

I batteri che sfuggono al mio team di neutrofilo possono causare infezioni e farti ammalare.

Domanda: *Come fai a capire se hai un’infezione?*

Risposta: ti fornisco una lista di cose che il tuo corpo manifesta se hai un’infezione. Probabilmente conoscerai già alcuni segni, ma potrai conoscerne anche degli altri!

- Febbre ($>38^{\circ}$)
- Rossore o gonfiore attorno alla ferita (se ne hai una)
- Sudorazione
- Diarrea ($>3-6$ scariche) o feci liquide
- Freddo
- Difficoltà o bruciore durante la minzione
- Mal di gola o in bocca
- Secrezioni o prurito vaginale
- Tosse
- Stanchezza generale o male alle ossa
- Difficoltà a respirare
- Sintomi influenzali

Domanda: *Ho già avuto episodi di febbre prima di avere questa malattia e di essere sottoposto ai trattamenti. Non è forse meglio che la febbre compia il suo corso?*

Risposta: No! Lascia che ti ricordi che la febbre ti dice che c'è qualcosa che non va in qualche parte del tuo corpo. È di solito il primo importante segno di infezione. Ricorda che a volte i neutrofili non sono in numero sufficiente per proteggerti dopo la chemioterapia.

Chiama il tuo dottore o infermiere se la tua temperatura è superiore a 38°!!! Non prendere alcuna medicina per far andare via la tua febbre fino a che non avrai parlato con il tuo dottore. Lascia che ti aiutino prima che la situazione possa peggiorare. Tutto può essere risolto se viene precocemente riportato al tuo dottore.

Domanda: *che cosa può accaderti se ti ammali a causa di un'infezione?*

Risposta: Il tuo dottore ti farà fare un emocromo per controllare i tuoi valori; dopo dovrai essere sottoposto ad una visita e può essere che ti facciano tornare a casa con una prescrizione di antibiotici.



Gli antibiotici sono medicine che aiutano ad uccidere i germi, così come fanno i neutrofili. È molto importante che tu prenda queste pastiglie proprio come ti ordina il tuo medico e che tu prenda tutte le pastiglie, anche se inizi a sentirti meglio.

Se il tuo valore di neutrofili è troppo basso o sei troppo ammalato, potrebbe essere necessario un ricovero per una somministrazione di antibiotici per via endovenosa. Potresti anche aver bisogno di rimanere ricoverato in una stanza singola.

La tua famiglia, i tuoi amici, gli infermieri e i medici indosseranno una maschera e si laveranno sempre le mani molto bene per ogni volta che entreranno nella stanza per proteggerti dai germi.

Questa neutropenia potrebbe significare che i tuoi trattamenti di chemioterapia o radioterapia verranno ritardati fino a che non starai meglio e finché i tuoi valori non mostreranno che hai abbastanza neutrofili nel sangue per proteggerti ancora. Inoltre, può significare che la tua dose di chemioterapia potrebbe essere inferiore nei trattamenti futuri per prevenire che i tuoi valori siano a rischio per un'altra infezione.

Domanda: cosa puoi fare tu per aiutare il team di neutrofili contro le infezioni mentre ti stai sottoponendo ai trattamenti chemioterapici?

Risposta: Vai alla prossima pagina per avere alcuni suggerimenti per aiutare il tuo team di neutrofili a proteggerti dai germi e tenerti in salute così puoi avere la tua dose piena di chemioterapia o radioterapia puntualmente.



Come puoi aiutare Phil quando è basso?

Phil ha fatto una lista di suggerimenti che puoi usare per aiutare lui ed il suo team di neutrofili a proteggerti dalle infezioni.

La maggior parte dei consigli sono buone abitudini sanitarie, ma molte di loro sono molto importanti per te come paziente.

Igiene

Tenere la tua pelle, la bocca e i denti puliti

*Lavarsi le mani, Lavarsi le mani, Lavarsi le mani,
Lavarsi le mani!*

Lavati spesso le mani con acqua calda e sapone.

Se il sapone non è disponibile, usa un antisettico pronto all'uso.

Lavati sempre le mani prima di mangiare e dopo aver usato il bagno.

Risciacqua spesso la bocca e lavati i denti con uno spazzolino morbido dopo i pasti.



Proteggi la tua pelle dai tagli e dalle abrasioni

Non camminare scalzo.

Limita l'uso di forbici o strumenti taglienti, se puoi raditi con il rasoio elettrico.

Usa lozioni o creme per idratare la pelle. Fai attenzione a foruncoli e graffi che si possono infettare.

Fai uso di guanti spessi e resistenti per i lavori domestici (giardinaggio).

Cibo e dieta

Lava e cucina bene i cibi.

Fatti sbucciare la frutta e pulire la verdura per essere sicuro che tutti i germi vengano rimossi.

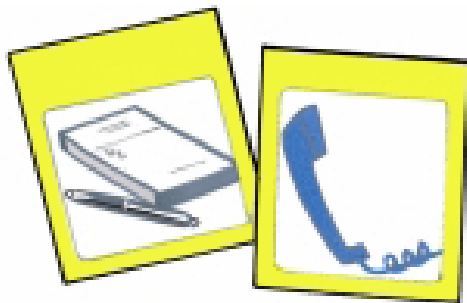
Fai una dieta ben equilibrata.

Bevi abbondantemente (acqua, succhi di frutta, the..)

Fai in modo che il tuo intestino funzioni regolarmente.



Cosa evitare



Stai lontano dalla folla e dalle persone che hanno il raffreddore.

Evita i luoghi dove potrebbero esserci bambini con malattie infettive (ad esempio morbillo, varicella ecc.).

Parla con il tuo dottore prima di fare un vaccino o una cura dentale.

Febbre

Controlla la tua temperatura alla stessa ora tutti i giorni se i tuoi valori sono bassi.

Chiama immediatamente il tuo medico se la tua temperatura è superiore ai 38° C.

Non assumere alcun farmaco per la febbre a meno che non sia ordinata dal tuo medico.

Terapia quando “Phil” è basso

Se il regime di chemioterapia che ti viene consigliato è a rischio elevato di neutropenia, è probabile che il tuo medico ti prescriva delle iniezioni da fare a casa (siringhe pre-riempite con un piccolo ago). Questa cura può essere cominciata 24 ore dopo la chemioterapia.

Le iniezioni possono aiutare a prevenire le infezioni e l'eventuale ritardo della seduta di chemioterapia. Evitano anche la riduzione della tua dose prescritta di chemioterapia.

***Phil e i suoi neutrofili ti vogliono nel loro team!
Puoi aiutarli a proteggerti dalle infezioni imparando
questi suggerimenti.***

***Lo scopo è quello di mantenerti in salute
finché sei sottoposto ai trattamenti.***

Sostieni la Ricerca, sostieni lo IOV.

Vai su DONAZIONI.IOVENETO.IT

**Istituto Oncologico Veneto -IRCCS
Via Gattamelata, 64 - 35128 Padova
www.ioveneto.it**