



ISTITUTO ONCOLOGICO VENETO
ISTITUTO DI RICOVERO E CURA A CARATTERE SCIENTIFICO
OSPEDALE BUSONERA



REGIONE DEL VENETO



**"NON SIETE SOLI,
NOI SIAMO CON VOI"**

SUGGERIMENTI PRATICI

**TUTTO QUELLO CHE VI PUÒ SERVIRE PER
AFFRONTARE MEGLIO QUESTO MOMENTO
DELLA VOSTRA VITA.**

**ECCO COME POTETE VIVERE PIÙ
SERENAMENTE DURANTE I TRATTAMENTI
CHEMIOTERAPICI E RADIOTERAPICI.**

PICCOLI ACCORGIMENTI PER STARE MEGLIO:

- ESSERE INFORMATO E CONSAPEVOLE DELLA TUA SITUAZIONE È IMPORTANTE
- LA CONOSCENZA DIMINUISCE LA PAURA
- RICORDATI CHE GLI INFERMIERI E GLI OPERATORI TI POSSONO AIUTARE E DARE APPOGGIO: CHIEDI CONSIGLI E INFORMAZIONI SENZA TIMORE.
- NESSUNO PUÒ AIUTARTI MEGLIO DI TE STESSO

I ❤️
I.O.V.

INTRODUZIONE

IL GRUPPO INFERMIERISTICO HA PREPARATO QUESTE POCHE PAGINE PER DARE UN PICCOLO AIUTO AI PAZIENTI E AI FAMILIARI E GARANTIRE UN' ASSISTENZA CONSAPEVOLE E COMPETENTE DURANTE IL TRATTAMENTO DI CURA.

LA CONOSCENZA E LA COMUNICAZIONE SONO MEZZI EFFICACI PER POTER COMBATTERE LE SENSAZIONI NEGATIVE LEGATE ALLA TERAPIA; COMUNICARE PUÒ VOLER DIRE LIBERARSI E QUINDI SENTIRSI MEGLIO.

L'EDUCAZIONE SANITARIA AIUTA LE PERSONE A CONOSCERE IL PROPRIO ORGANISMO, LE SUE ESIGENZE E LE REAZIONI ALL'AMBIENTE, IN MODO CHE CIASCUNO ACQUISISCA LA COMPETENZA NECESSARIA.

NULLA PUÒ SICURAMENTE SOSTITUIRE IL RAPPORTO PERSONALE CHE C'È TRA IL PAZIENTE E IL CURANTE MA QUESTE PAGINE SI VOGLIONO OFFRIRE COME STIMOLO AL PAZIENTE A RIVOLGERSI CON SEMPRE MAGGIOR FIDUCIA AGLI INFERMIERI CHE LO CURANO PER OTTENERE DA LORO RISPOSTE ESAUSTIVE E COMPETENTI.

NON STANCATEVI DI CHIEDERE E DI INFORMARVI...

*"Il malato soffre più dei suoi pensieri
che della malattia stessa"
Nietzsche*



**LA CONSAPEVOLEZZA DEGLI EVENTUALI EFFETTI
COLLATERALI TI PUÒ AIUTARE A SUPERARE LA
PAURA DI QUESTO MOMENTO...**

**QUESTI SONO ALCUNI DEI PROBLEMI CHE POTREBBERO
MANIFESTARSI DURANTE LA CURA**

- STITICHEZZA
- INAPPETENZA
- ANSIA
- INSONNIA
- ASTENIA, DEBOLEZZA (FATIGUE)
- DIARREA
- DIFFICOLTÀ A RESPIRARE (DISPNEA)
- DOLORE
- GLOBULI ROSSI, GLOBULI BIANCHI E PIASTRINE BASSI (PANCITOPENIA)
- CADUTA DEI CAPELLI (ALOPECIA)
- INFIAMMAZIONE DELLA BOCCA (MUCOSITE)
- GESTIONE DEL CATETERE VENOSO CENTRALE
- NAUSEA E VOMITO



**MA RICORDATE: NESSUN PAZIENTE AVRÀ
TUTTI QUESTI EFFETTI COLLATERALI,
ALCUNE PERSONE
NE ACCUSERANNO POCHI E ALTRI NEMMENO UNO.**

INAPPETENZA

L'INAPPETENZA DI SOLITO SI PRESENTA CON MANCANZA DI APPETITO, SENSAZIONE DI SAZIETÀ DOPO POCHI BOCCONI E FASTIDIO AL PENSIERO DEL CIBO.

PICCOLI SUGGERIMENTI

SE NON RIESCI A MANGIARE:

- EVITA GLI ODORI DELLA CUCINA DURANTE LA PREPARAZIONE DEL PRANZO
- FAI PICCOLI PASTI O SPUNTINI OGNI 2 ORE
- TIENI SEMPRE A PORTATA DI MANO QUALCOSA DA SGRANOCCHIARE
- PORTA CON TE BEVANDE NUTRIENTI DOLCI O SAPORITE CHE POSSONO SOSTITUIRE PICCOLI PASTI
- STUZZICA LE PAPILLE GUSTATIVE RENDENDO IL CIBO PIÙ ALLETTANTE POSSIBILE.
- CONCEDITI QUALCHE BUON GELATO SE NON RIESCI A INGOIARE BENE
- MANGIA LENTAMENTE E MASTICA BENE E RIPOSA UN PO' DOPO OGNI PASTO
- L'APPETITO VARIA A SECONDA DELL'UMORE, QUANDO SEI SU DI GIRI APPROFITTA E TRATTATI BENE: CONCEDITI IL LUSO DI MANGIARE CIÒ CHE PIÙ TI PIACE.



STITICHEZZA

LA STITICHEZZA PUÒ ESSERE CAUSATA DAI FARMACI. SI PUÒ PRESENTARE CON LA SENSAZIONE DI AVERE L'ADDOME GONFIO E MAL DI TESTA; È PIUTTOSTO FREQUENTE NEGLI UOMINI E ANCOR DI PIÙ NELLE DONNE E PEGGIORA CON L'AVANZARE DELL'ETÀ.

IL PROBLEMA PUÒ VERIFICARSI SOLO A VOLTE E PER BREVE TEMPO MA SE PERMANE PIÙ DI 2 O 3 GIORNI È IMPORTANTE CORRERE AI RIPARI.

PICCOLI SUGGERIMENTI

LA STIPSI SI CURA CON MODIFICHE ALLA DIETA E ALLO STILE DI VITA:

- BEVI MOLTA ACQUA O LIQUIDI ANCHE CALDI IN QUANTO STIMOLANTI DELL'ATTIVITÀ INTESTINALE
- AUMENTA IL CONSUMO DI FIBRE (CRUSCA, CEREALI E PRODOTTI INTEGRALI), FRUTTA E VERDURA FRESCA MANGIATE CON LA BUCCIA
- FA UN PO' DI ATTIVITÀ FISICA OGNI GIORNO
- USA IL PIÙ POSSIBILE RIMEDI NATURALI COME SCIROPPO DI FICHI, PRUGNE E SUCCHI DI PRUGNA
- PROVA A STIMOLARE L'INTESTINO MASSAGGIANDO L'ADDOME CON MOVIMENTI ROTATORI IN SENSO ORARIO.
- SE QUESTI SUGGERIMENTI NON TI RISOLVONO IL PROBLEMA PUÒ ESSERE NECESSARIO PRENDERE UN LASSATIVO O UN PURGANTE NON DI TUA INIZIATIVA MA SEMPRE SU INDICAZIONE DEL MEDICO.

ANSIA

LA TERAPIA PUÒ PRODURRE GRANDI CAMBIAMENTI NELLA VITA DI UNA PERSONA.

LA SCOPERTA DELLA MALATTIA, LA NECESSITÀ DI SOTTOPORSI AD UN INTERVENTO CHIRURGICO, IL PROGRAMMA DELLE CURE SONO MOMENTI MOLTO PESANTI DA ACCETTARE. PERCIÒ NON C'È DA MERAVIGLIARSI SE TI SENTI TRISTE, ANSIOSO, ARRABBIATO O DEPRESSO E HAI PAURA DEL FUTURO.

FORTUNATAMENTE ESISTONO METODI PER AFFRONTARE QUESTI EFFETTI COLLATERALI PSICOLOGICI, PROPRIO COME CI SONO METODI PER AFFRONTARE QUELLI FISICI.

PICCOLI SUGGERIMENTI

- PARLA LIBERAMENTE DELLE TUE SENSAZIONI E PREOCCUPAZIONI CON I MEDICI E GLI INFERMIERI
- PENSA CHE MOLTE PERSONE CHE INCONTRI IN QUESTO LUOGO HANNO PASSATO UN PERIODO COME IL TUO E L'HANNO SUPERATO
- CI SONO MOLTI CONSULENTI PROFESSIONISTI CHE TI POSSONO AIUTARE AD ESPRIMERE, COMPRENDERE E AFFRONTARE LE EMOZIONI CHE TI TRAVOLGONO (PSICOLOGI, ASSISTENTI SOCIALI, RELIGIOSI). ALL'INTERNO DEL NOSTRO SERVIZIO C'È LA PRESENZA DEL GRUPPO DI PSICO-ONCOLOGIA
- CERCA L'OPERATORE CON CUI TI TROVI MEGLIO E CHIEDIGLI DI ASCOLTARTI ALCUNI MINUTI. SICURAMENTE SAPRÀ CONFORTARTI E CONSIGLIARTI
- RICORDA CHE QUESTO PERIODO SI CONCLUDERÀ E TORNERAI A VIVERE SENZA QUESTE PREOCCUPAZIONI.

INSONNIA

L'INSONNIA È L'IMPOSSIBILITÀ DI DORMIRE BENE CHE PUÒ ESSERE DOVUTA A MOMENTI DI TENSIONE, ANSIA, PREOCCUPAZIONI E MALESSERE. OLTRE A CAUSE PSICOLOGICHE POTREBBERO PERÒ ESSERCI ANCHE ALTRI FATTORI COME AD ESEMPIO IL DOLORE, ALCUNI TIPI DI FARMACI O ALCUNE SITUAZIONI COME IL RICOVERO IN OSPEDALE CHE SCONVOLGONO LE NORMALI ABITUDINI. L'INSONNIA SE DIVENTA ABITUALE PUÒ CAUSARE PROBLEMI DI IRREQUIETENZA, STANCHEZZA, DIMINUZIONE DELL'ATTENZIONE CONDIZIONANDO LA VITA DI OGNI GIORNO.

PICCOLI SUGGERIMENTI

- CERCA DI FARE ATTIVITÀ FISICA DURANTE IL GIORNO, QUALCHE ESERCIZIO DI GINNASTICA O QUALCHE PASSEGGIATA
- EVITA PASTI PESANTI SPECIALMENTE PRIMA DI ANDARE A LETTO.
- SE NON RIESCI A DORMIRE PER IL DOLORE NON ESITARE A PARLARE CON IL MEDICO CHE TI POTRÀ AIUTARE A RISOLVERE QUESTO PROBLEMA
- ESISTONO ATTIVITÀ O PRATICHE CHE POSSONO AIUTARE IL RILASSAMENTO DELLA MENTE E DEL CORPO RIVELANDOSI UN AIUTO PREZIOSO (YOGA, MASSAGGI, AROMA TERAPIA, TRAINING AUTOGENO)
- SE NONOSTANTE QUESTI SUGGERIMENTI IL PROBLEMA DOVESSE PERSISTERE IL MEDICO PUÒ PRESCRIVERTI DEI FARMACI SPECIFICI CHE TI POTREBBERO AIUTARE A RIPOSARE.

ASTENIA, DEBOLEZZA (FATIGUE)

MANCANZA DI ENERGIA, SCARSA CAPACITÀ DI CONCENTRAZIONE, IL SENTIRSI SEMPRE STANCHI E PRIVI DI FORZE SONO I TIPICI SEGNI DI UNA COMPLESSA CONDIZIONE CHE SI PUÒ SVILUPPARE NELLE PERSONE SOTTOPOSTE A CHEMIOTERAPIA.

QUESTO STATO FISICO E PSICHICO PUÒ DIPENDERE DALLA MALATTIA O DALLE CURE.

È UNA SITUAZIONE DI CHI SI SENTE DI "AVERE LE BATTERIE SCARICHE".

SUGGERIMENTI

- RIPOSATI MOLTO E SE PUOI FAI PICCOLI SONNELLINI DURANTE IL GIORNO
- SEGUI UNA DIETA BILANCIATA
- PRIVILEGIA LE ATTIVITÀ CHE TI RECANO BENESSERE E SODDISFAZIONE (LETTURE, MUSICA, FILM ECC.)
- MANTIENI I CONTATTI CON I TUOI AMICI
- PARLA DI QUESTE SENSAZIONI ALLE PERSONE CHE TI STANNO CURANDO
- ESPONITI ALLA LUCE DEL SOLE CON UN MINIMO DI ATTIVITÀ FISICA
- FATTI AIUTARE DAI TUOI CARI NELLE ATTIVITÀ PIÙ FATICOSE



DIARREA

QUESTO PROBLEMA PUÒ ESSERE UN EFFETTO COLLATERALE DOVUTO ALLA CHEMIOTERAPIA CHE DANNEGGIA LE CELLULE DELL'INTESTINO CREANDO UN'INFIAMMAZIONE: IL RISULTATO PUÒ ESSERE LA DISSENTERIA.

UNA DIARREA PROLUNGATA PUÒ CREARE PROBLEMI DI DISIDRATAZIONE, ASTENIA, CALO PONDERALE, SQUILIBRI IDROELETTROLITICI, POTENZIALMENTE PERICOLOSI PER IL NOSTRO ORGANISMO.

PICCOLI SUGGERIMENTI

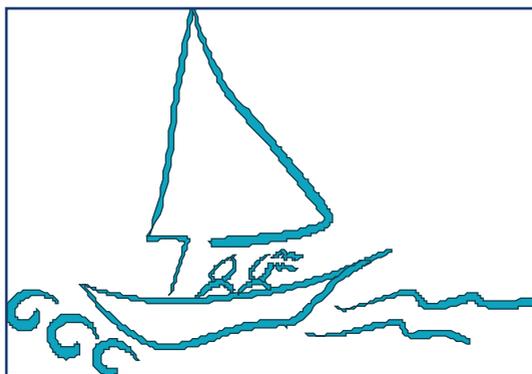
- ADOTTA UNA DIETA POVERA DI RESIDUI E RICCA DI PROTEINE E CALORIE
- ELIMINA CIBI E BEVANDE IRRITANTI, AD ESEMPIO PRODOTTI INTEGRALI, CIBI FRITTI O GRASSI, FRUTTA FRESCA, VEGETALI, PRODOTTI CONTENENTI CAFFEINA, SPREMUTE DI AGRUMI
- ASSUMI CIBI E LIQUIDI AD ALTO CONTENUTO DI POTASSIO COME PATATE, ASPARAGI, BANANE
- BEVI ALMENO 3 LITRI AL GIORNO DI LIQUIDI COME BRODO, SUCCO DI MELE O POMPELMO
- MANGIA POCO E FREQUENTEMENTE
- EVITA CIBI BOLLENTI E GHIACCIATI E ANCHE IL LATTE
- RIDUCI LO STRESS EMOTIVO E CONCEDITI PERIODI DI RIPOSO
- REGISTRA LA QUANTITÀ DELLE SCARICHE
- APPLICA UNA SORGENTE DI CALORE ALL'ADDOME PER RIDURRE I CRAMPI, FAI SEMICUPI CALDI
- APPLICA UNGUENTI PER PROTEGGERE LE MUCOSE ATTORNO ALL'ANO, UTILIZZA UNA CREMA ANESTETICA PER L'AREA RETTALE PER MIGLIORARE IL BENESSERE

DIFFICOLTÀ A RESPIRARE (DISPNEA)

LA DISPNEA È LA DIFFICOLTÀ DI RESPIRAZIONE ACCOMPAGNATA DA SENSAZIONE SOGGETTIVA DI "FAME D'ARIA", CARATTERIZZATA DA DISFUNZIONI DELL'APPARATO RESPIRATORIO E PUÒ ESSERE ANCHE CAUSATA DALL'ANEMIA (DIMINUZIONE DEI VALORI DEL SANGUE).

PICCOLI SUGGERIMENTI

- RINNOVA L'ARIA DEI LOCALI IL PIÙ POSSIBILE E USA L'UMIDIFICATORE NELLE STANZE
- CERCA UNA POSIZIONE COMODA (SEMISEDUTA)
- PROVA AD ATTUARE QUALCHE TECNICA DI RILASSAMENTO
- EVITA SFORZI FISICI
- RILASSATI CON LA MUSICA
- CERCA DI RESTARE IL MENO POSSIBILE DA SOLO POICHÉ LA PRESENZA DI PERSONE CARE TI AIUTA A DISTRARTI
- CHIEDI AL MEDICO DI PRESCRIVERTI DELL'OSSIGENOTERAPIA SE LO RITIENE OPPORTUNO



DOLORE

IL DOLORE È UN SEGNALE D'ALLARME IMPORTANTE PERCHÉ AIUTA A CAPIRE MEGLIO LA MALATTIA; QUESTO NON SIGNIFICA TUTTAVIA CHE OCCORRA RASSEGNAISI ALLA SOFFERENZA. IL DOLORE È CIÒ CHE TU DICI ESSERE DOLORE PER TE, NESSUNO HA DIRITTO DI RIDIMENSIONARLO. NESSUNO PUÒ GARANTIRTI DI SCONFIGGERLO COMPLETAMENTE E PER SEMPRE MA PUÒ PERÒ ESSERE ATTENUATO IN MODO DA DIVENTARE SOPPORTABILE. GLI INFERMIERI E I MEDICI POSSONO AIUTARTI, MA LA TUA COLLABORAZIONE È INDISPENSABILE. IMPARA A PARLARE DEL TUO DOLORE PER PERMETTERE LORO DI OFFRIRTI IL SUPPORTO POSSIBILE.

PICCOLI SUGGERIMENTI

- AIUTATI CON DEI MASSAGGI
- INDIVIDUA UNA POSIZIONE PIÙ COMODA
- RIPOSA IN UN AMBIENTE CALMO
- CERCA DI DESCRIVERE BENE IL TUO DOLORE
- NON ESSERE DIFFIDENTE NEI CONFRONTI DELLA TERAPIA ANALGESICA
- INFORMATI CON IL TUO MEDICO SULLE TERAPIE ALTERNATIVE CHE PARE ABBIANO EFFETTI POSITIVI SUL CONTROLLO DEL DOLORE
- NON ISOLARTI DAI TUOI CARI, LORO COMUNQUE TI CAPISCONO



GLOBULI ROSSI, GLOBULI BIANCHI E PIASTRINE BASSE (PANCITOPENIA)

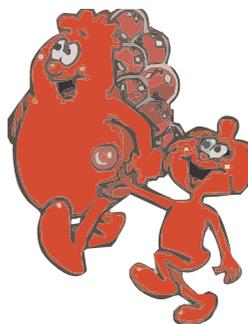
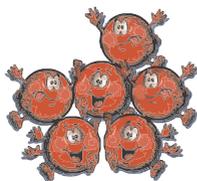
IL MIDOLLO OSSEO È IL MATERIALE SPUGNOSO CHE RIEMPIE IL TESSUTO OSSEO E CONTIENE CELLULE CHE NORMALMENTE DANNO ORIGINE A TRE DIVERSI TIPI DI CELLULE EMATICHE.

CI SONO TRE TIPI DI CELLULE PRODOTTE DAL MIDOLLO OSSEO:

- I GLOBULI BIANCHI CHE SONO FONDAMENTALI PER COMBATTERE LE INFEZIONI
- I GLOBULI ROSSI CHE CONTENGONO L'EMOGLOBINA CHE FAVORISCE IL TRASPORTO DELL'OSSIGENO IN TUTTO L'ORGANISMO
- LE PIASTRINE CHE FAVORISCONO LA COAGULAZIONE DEL SANGUE E PREVENGONO LE EMORRAGIE.

LA CHEMIOTERAPIA PUÒ RIDURRE IL NUMERO DI CELLULE EMATICHE PRODOTTE DAL MIDOLLO OSSEO E QUINDI POTRESTI ESSERE ESPOSTO A RISCHIO DI:

- ANEMIA (DIMINUZIONE DEI GLOBULI ROSSI)
- EMORRAGIA (DIMINUZIONE DELLE PIASTRINE)
- INFEZIONI (DIMINUZIONE DEI GLOBULI BIANCHI)
- PANCITOPENIA (DIMINUZIONE DI TUTTI E TRE I VALORI)
- IL MEDICO COMUNQUE TI CONTROLLERÀ SPESSO QUESTI VALORI IN MODO DA MONITORARE CONTINUAMENTE LA TUA SALUTE.





PICCOLI SUGGERIMENTI

- INFORMA IMMEDIATAMENTE IL TUO MEDICO CURANTE IN CASO DI:
- FEBBRE (TEMPERATURA SUPERIORE A 38° C): POTREBBE ESSERE NECESSARIO INSTAURARE UNA TERAPIA ANTIBIOTICA;
- SENSAZIONE DI FORMICOLII E/O GONFIORE;
- SEGNI DI EMORRAGIA O LIVIDI DURANTE O DOPO L'EFFETTUAZIONE DELLA CHEMIOTERAPIA.
- MANTIENI UN ALTO LIVELLO DI IGIENE PERSONALE.
- LAVATI SEMPRE ACCURATAMENTE LE MANI PRIMA DI CUCINARE O MANGIARE
- LIMITA L'USO DI FORBICI O STRUMENTI TAGLIENTI, SE PUOI RADITI CON IL RASOIO ELETTRICO
- EVITA DI FERIRTI. PER ESEMPIO, SE SEI AMANTE DEL GIARDINAGGIO, PREVIENI EVENTUALI FERITE FACENDO USO DI GUANTI SPESSI E RESISTENTI
- DURANTE I RAPPORTI SESSUALI PROTEGGITI CON L'USO DEL PROFILATTICO
- EVITA I LUOGHI AFFOLLATI E LE PERSONE CON LE INFEZIONI IN CORSO
- IN CASO DI FEBBRE ALTA AVVERTI SUBITO IL MEDICO E TIENI A CASA UN TERMOMETRO
- SE TI SANGUINA IL NASO NON SDRAIARTI E PONI IL GHIACCIO SULLA FRONTE
- SEGNA LA COMPARSA DI MACCHIE BIANCHE ALL'INTERNO DELLA BOCCA
- CERCA DI RIPOSARE E NON IMPEGNARTI IN ATTIVITÀ FATICOSE.

CADUTA DEI CAPELLI (ALOPECIA)

LA PERDITA DEI CAPELLI (ALOPECIA) È UN EFFETTO COLLATERALE DELLA CHEMIOTERAPIA MA NON SI VERIFICA SEMPRE: L'ENTITÀ DELLA CADUTA DEI CAPELLI DIPENDE DAL TIPO DI FARMACO, DALLA COMBINAZIONE DI FARMACI CON CUI VIENE ATTUATO IL TRATTAMENTO, DAL DOSAGGIO. IL MEDICO POTRÀ SPIEGARTI SE IL FARMACO CHE STAI UTILIZZANDO PUÒ CAUSARE QUESTO PROBLEMA. SI RICORDA COMUNQUE CHE I CAPELLI RICRESCONO SEMPRE ALLA FINE DEL TRATTAMENTO.

PICCOLI SUGGERIMENTI

- UTILIZZA SHAMPOO NON AGGRESSIVI
- UTILIZZA SPAZZOLE MORBIDE
- NON ASCIUGARE I CAPELLI AD ALTE TEMPERATURE
- EVITA PERMANENTI O TINTURE
- TAGLIA I CAPELLI CORTI PRIMA DI SOTTOPORTI AL TRATTAMENTO

ALCUNE PERSONE CHE PERDONO GRAN PARTE DEI CAPELLI SCELGONO DI INDOSSARE TURBANTI, SCIARPE, BERRETTI, PARRUCHE. I FOULARD SONO UN'ULTERIORE ALTERNATIVA, SONO LEGGERI E FACILI DA USARE.

NESSUNA SCELTA È "GIUSTA" O "SBAGLIATA"; L'IMPORTANTE È SENTIRSI A PROPRIO AGIO.

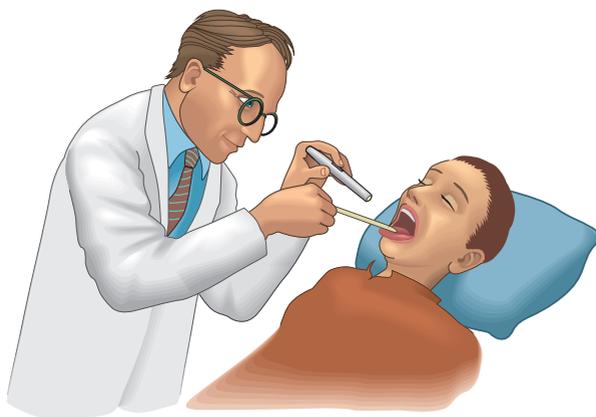
INFIAMMAZIONE DELLA BOCCA (MUCOSITE)

CON IL TERMINE MUCOSITE S'INTENDE L'INFIAMMAZIONE DELLE MEMBRANE MUCOSE DEL TRATTO OROFARINGEO; RIENTRA NELLA CATEGORIA DELLE MUCOSITI E PUÒ ESTENDERSI AL TRATTO ESOFAGO-GASTRO-INTESTINALE.

LA MUCOSITE PUÒ ESSERE UN EFFETTO COLLATERALE DELLA CHEMIOTERAPIA O DELLA RADIOTERAPIA ED È CAUSATA DA UNA DISTRUZIONE DELLE CELLULE CHE PRODUCONO SALIVA.

LA PERDITA TEMPORANEA DI QUESTE CELLULE E LA RIDUZIONE DEI GLOBULI BIANCHI FACILITA IL RISCHIO DI INFEZIONI CHE PEGGIORANO IL QUADRO DELLA MUCOSITE.

I SINTOMI PRECOCI POSSONO ESSERE L'AUMENTATA SENSIBILITÀ AI CIBI CALDI E FREDDI E L'INTOLLERANZA A SOSTANZE ACIDE COME IL SUCCO DI AGRUMI.



PICCOLI SUGGERIMENTI

- ADOTTA UNA IGIENE ORALE MOLTO ACCURATA (I DENTI O LE PROTESI VANNO LAVATI IN MODO MOLTO ACCURATO DOPO OGNI PASTO)
- EVITA IL FUMO E I CIBI CHE POSSONO IRRITARE (ALCOL, AGRUMI, AGLIO, SPEZIE ECCETERA)
- QUANDO LA BOCCA BRUCIA PREFERISCI CIBI MORBIDI E FREDDI (FRULLATI, OMOGENEIZZATI, GELATI, YOGURT ECCETERA)
- SE ALL'INTERNO DELLA BOCCA SI FORMANO PICCOLE FERITE FAI DEI GARGARISMI E SCIACQUI CON SOLUZIONI DISINFETTANTI: SI PUÒ USARE ANCHE ACQUA E BICARBONATO DI SODIO
- BEVI FREQUENTEMENTE ANCHE SOLO IN PICCOLE QUANTITÀ.

SE I SINTOMI SONO "PIÙ GIÙ, NELLA GOLA". AVRAI IN QUESTO CASO DIFFICOLTÀ A DEGLUTIRE: È IMPORTANTE CHE IL MEDICO SAPPIA DI QUESTO DISTURBO, QUINDI OCCORRE AFFRONTARLO PREFERENDO I CIBI CREMOSI O LIQUIDI, COME MINESTRE, OMOGENEIZZATI, LATTE, YOGURT, BUDINI, GELATI. PUOI FRULLARE GLI ALIMENTI CHE MANTENGONO TUTTE LE LORO CARATTERISTICHE DI NUTRIZIONE E SAPORE.

FAI SEMPRE ATTENZIONE ALLE TEMPERATURE, SUI TESSUTI INFIAMMATI IL CALORE È DOLOROSO.

IL CATETERE VENOSO CENTRALE CVC

LE VENE DEL BRACCIO, NORMALMENTE USATE PER LA SOMMINISTRAZIONE DI FARMACI PER VIA ENDOVENOSA, POSSONO RISULTARE INADEGUATE RENDENDO COSÌ IL MOMENTO DELLA PUNTURA PARTICOLARMENTE STRESSANTE.

PER QUESTO MOTIVO PUÒ ESSERE MOLTO VANTAGGIOSO AVERE UN ACCESSO VENOSO AFFIDABILE, DI GROSSO CALIBRO E DI LUNGA DURATA CHE PERMETTA DI PROSEGUIRE LE TERAPIE E DI SODDISFARE TUTTE LE ESIGENZE CLINICHE CHE POSSONO PRESENTARSI DURANTE LA MALATTIA ONCOLOGICA.

CHE COS'È IL CVC

IL CATETERE VENOSO CENTRALE A LUNGA PERMANENZA È UN TUBICINO MORBIDO, VUOTO ALL'INTERNO, IN SILICONE. VIENE INSERITO IN ANESTESIA LOCALE AVVERTENDO UN LEGGERO FASTIDIO. LA PROCEDURA È AMBULATORIALE E VIENE ESEGUITA DALL'ANESTESISTA. IL CATETERE PUÒ ESSERE INSERITO COMPLETAMENTE SOTTO LA CUTE ALL'ALTEZZA DELLA CLAVICOLA (PORTH-A-CATH), AVERE UNA PARTE CHE FUORIESCE DALLA CUTE STESSA (GROSHONG, HONN) OPPURE PUÒ ESSERE INSERITO IN UNA VENA SOLITAMENTE ALLA PIEGA DEL BRACCIO (PICC).

QUESTO DISPOSITIVO PUÒ ESSERE TENUTO IN SEDE ANCHE PER ANNI E NON RICHIEDE LIMITAZIONI NELLE TUE ATTIVITÀ QUOTIDIANE.

IL CATETERE VENOSO CENTRALE CVC

A COSA SERVE IL CVC

I CATETERI VENOSI CENTRALI A LUNGA PERMANENZA VENGONO UTILIZZATI PER:

- EFFETTUARE TERAPIE PROLUNGATE E/O RIPETUTE FREQUENTEMENTE (CHEMIOTERAPIE, TERAPIE NUTRIZIONALI, E/O ALTRI FARMACI)
- EFFETTUARE PRELIEVI DI SANGUE PER ESAMI DI LABORATORIO SENZA LA NECESSITÀ DI SUBIRE CONTINUE PUNTURE.

GESTIONE DEL CVC

CONSISTE IN CONTROLLI PERIODICI CON LAVAGGIO E MEDICAZIONE DELLA CUTE CIRCOSTANTE A CURA DEGLI INFERMIERI:

CATETERE SOTTOCUTE (PORT)

- IL GIORNO DOPO IL POSIZIONAMENTO DEL CATETERE
- OGNI 7 GIORNI FINO A GUARIGIONE AVVENUTA
- POI SOLO LAVAGGIO OGNI 30 GIORNI

CATETERE ESTERNO / PICC

- IL GIORNO DOPO IL POSIZIONAMENTO DEL CATETERE
- POI OGNI 7 GIORNI



IL CATETERE VENOSO CENTRALE CVC

AVERE IL CATETERE VENOSO CENTRALE CVC
NON TI IMPEDIRÀ
DI CONDURRE UNA VITA NORMALMENTE ATTIVA.

MANGIARE COME
DI CONSUETO



RAPPORTI
SENTIMENTALI



LAVORARE



GUIDARE
(POSSIBILE ESONERO
DALL' OBBLIGO DELLA
CINTURA)



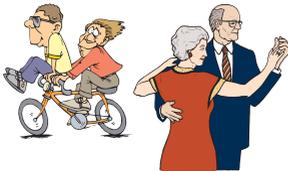
VIAGGIARE



RIPOSARE



SPORT



FARE LA DOCCIA
SE IL CATETERE FUORIESCE DALLA CUTE
FARE ATTENZIONE A NON BAGNARE LA

MEDICAZIONE
(PROTEGGERE CON CEROTTO
IMPERMEABILE)



PICCOLI SUGGERIMENTI

- INFORMA GLI OPERATORI IN CASO DI DOLORE, ARROSSAMENTO, BRUCIORE, COMPARSA DI LIQUIDO O SANGUE SULLA MEDICAZIONE
- RISPETTA I TEMPI DI MEDICAZIONE E DI LAVAGGIO CHE TI VENGONO INDICATI DAGLI OPERATORI SANITARI
- SEGNA LA L'EVENTUALE PRESENZA DI FEBBRE
- SE IL TUO CATETERE È DI QUELLI CHE FUORIESCONO DALLA CUTE, OCCORRE CHE SIA SEMPRE COPERTO DA UNA MEDICAZIONE PULITA E CHE, DURANTE IL BAGNO, SIA PROTETTO DA UNA MEDICAZIONE IMPERMEABILE

LA PRESENZA DEL CATETERE È SOLO TEMPORANEA MA PUÒ RIVELARSI UN PREZIOSO ALLEATO PER TE DURANTE IL CAMMINO DELLA CURA.



NAUSEA E VOMITO

LA NAUSEA E IL VOMITO SONO GLI EFFETTI COLLATERALI PIÙ FREQUENTI PER COLORO CHE SI SOTTOPONGONO A CICLI DI CHEMIOTERAPIA, ANCHE SE NATURALMENTE POSSONO COMPARIRE A CAUSA DI PROBLEMI CONCOMITANTI, RELATIVI AD ESEMPIO A PROBLEMI DI DIGESTIONE O A STATI DI MALESSERE.

NON TUTTI I FARMACI USATI PER LE CHEMIOTERAPIE HANNO LO STESSO POTERE DI PROVOCARE NAUSEA E VOMITO, C'È IN GIOCO ANCHE LA SENSIBILITÀ INDIVIDUALE, L'ANSIA, LA GIOVANE ETÀ.

I SINTOMI POSSONO PRESENTARSI POCO DOPO UN TRATTAMENTO, A DISTANZA DI ORE O DOPO QUALCHE GIORNO.

OGGI SONO STATE MESSE A PUNTO TERAPIE MOLTO EFFICACI PER IL CONTROLLO DI QUESTO DISTURBO E I SINTOMI POSSONO ESSERE CONTROLLATI O ALMENO DIMINUITI. IL MEDICO PUÒ SCEGLIERE TRA UNA VASTA GAMMA DI FARMACI CONOSCIUTI COME ANTIEMETICI, CHE AIUTANO A FRENARE LA NAUSEA E IL VOMITO.

INDIVIDUARE LA CAUSA DELLA NAUSEA È IL PRIMO PASSO PER LIMITARLA.

NON ARRENDETEVI. CONTINUETE A LAVORARE INSIEME AI MEDICI E AGLI INFERMIERI PER TROVARE IL FARMACO PIÙ ADATTO A VOI.

PICCOLI SUGGERIMENTI

- EVITA CIBI FRITTI O GRASSI CHE ABBIANO UN ODORE FORTE ED EVITA DI CUCINARE SE CIÒ TI FA INSORGERE NAUSEA
- MANGIA CIBI FREDDI O TIEPIDI QUANDO L'ODORE DEL CIBO COTTO PROVOCA NAUSEA
- CONSUMA PICCOLI PASTI E SPUNTINI PIÙ VOLTE AL GIORNO
- FAI UN PASTO LEGGERO PRIMA DELLA CHEMIOTERAPIA
- EVITA FUMO, CAFFÈ, GLI AROMI ED I PROFUMI FORTI
- BEVI MOLTO MA A PICCOLI SORSI, MEGLIO BEVANDE FREDDI E POCO DOLCI.
- SORSEGGIA UNA BIBITA GASSATA, È UN RIMEDIO POPOLARE CONTRO LA NAUSEA
- EVITA DI INGERIRE GROSSE QUANTITÀ DI LIQUIDI APPENA PRIMA DEI PASTI
- TIENI A DISPOSIZIONE OLIO ESSENZIALE DI MENTA PIPERITA (1-2 GTT. IN ACQUA O SU UNA GARZA E ASPIRA L'AROMA)
- ESISTONO ANCHE ALTRI METODI CHE POSSONO DARE SOLLIEVO QUANDO LA NAUSEA E IL VOMITO SONO INTENSI (AGOPUNTURA, IPNOSI, MASSAGGI ECC.): CHIEDI CONSIGLIO E INDICAZIONE AI CURANTI

ULTIMO AVVERTIMENTO: SE ASSUMI RIMEDI ALTERNATIVI INFORMACI SUBITO, POSSONO INTERFERIRE CON LE TERAPIE DA NOI PROPOSTE.



EDUCARE È COMUNICARE

UN PERCORSO CENTRATO SUL PAZIENTE E CONDIVISO
INSIEME È UNO STRUMENTO FONDAMENTALE PER
TROVARE RISPOSTE AI TUOI PROBLEMI.



"Ogni giorno è un giorno in più per amare, un giorno in più per sognare, un giorno in più per vivere."

Padre Pio

OPUSCOLO INFORMATIVO REDATTO A CURA DELLA SIG.RA DANIELA GROSSO
E DELLA DR.SSA FEDERICA VASCON

HANNO COLLABORATO ALLA REALIZZAZIONE

- PROF PIER CARLO MUZZIO - COMMISSARIO STRAORDINARIO
- DR.SSA MARIA GIACOBBO - DIRETTORE SANITARIO
- DR.SSA MARIA PADOVAN - RESPONSABILE INFERMIERISTICO
- DR. ANTONIO JIRILLO - RESPONSABILE ONCOLOGIA MEDICA 2
- DR. DAVIDE PASTORELLI - RESPONSABILE ONCOLOGIA MEDICA 1

WWW.IOVENETO.IT

STAMPATO GIUGNO 2013