

Krabbameinsmeðferð hjá barni

Geislameðferð

Tilgangur geislameðferðar getur verið að lækna sjúkdóminn eða halda honum niðri. Einstaka sinnum er geislameðferð gefin til að draga úr einkennum og bæta líðan.

Áður en meðferðin hefst er svæðið sem geisla á ákvarðað með myndrannsóknum. Svæðið er afmarkað með því að setja merkingar á húð með sérstökum penna. Merkingarnar þurfa að sjást allt meðferðartímabilið. Stundum er útbúið svokallað stuðningsmót til að auðvelda legu í sömu stellingu meðan á meðferð stendur. Sumir þurfa að koma einu sinni í undirbúning, aðrir tvisvar til þrisvar.

Lítill börn þarf að svæfa meðan á undirbúningi og meðferð stendur. Hver koma tekur frá 30 mínútum upp í tvær klukkustundir og allur undirbúningurinn getur tekið allt að vikutíma.

- Mismunandi er hversu langan tíma geislameðferðin tekur
- Mismunandi er hver geislaskammturinn er
- Hver geislun tekur aðeins nokkrar mínútur og er sársaukalaus
- Sjúkrahúsvist vegna geislameðferðar er yfirleitt óþörf

Aukaverkanir eru meðal annars háðar staðsetningu og stærð geislasvæðis en geta til dæmis verið:

- Preyta og lystarleysi
- Aum, þurr og rauð húð á geislasvæði
- Hármisur ef geislað er á hærð svæði
- Bæling beinmergs
- Niðurgangur
- Verkir
- Ógleði eða uppköst

Helstu aukaverkanir geislameðferðar

Einstaklingsbundið er hversu miklar aukaverkanir koma fram og fer það meðal annars eftir geislaskammti, staðsetningu og hversu oft geislað er.

Ógleði og uppköst

Geislameðferð getur valdið ógleði og stundum uppköstum. Þetta er einstaklingsbundið og máli skiptir hvar er geislað og hve mikill geislaskammturinn er. Yfirleitt byrjar ógleði um 1-3 klukkustundum eftir geislameðferð. Einnig geta komið fram önnur einkenni með ógleðinni eins og hraður hjartsláttur, sviti, fölvi og slappleiki.

Beinmergsbæling

Geislameðferð getur haft áhrif á beinmergin ef geislað er á bringubein, hrygg eða mjaðmagrind þar sem mest er af blóðmyndandi merg.

Meðan á beinmergsbælingu stendur þarf að fylgjast með blóðhag og merkjum um sýkingar. Fækkun hvítra blóðkorna gerir barnið viðkvæmara fyrir sýkingum. Ef rauðum blóðkornum eða blóðflögum fækkar niður fyrir ákveðin viðmið er það bætt upp með blóðhlutagjöf. Á þessu tímabili má búast við særindum í slímhúð í munni og meltingarfærum, húð og þvægfærum. Einkenni eins og niðurgangur, lystarleysi, bragðskynsbreytingar og þyngdartap geta einnig komið fram.

Ef barn er með beinmergsbælingu þarf að forðast að nota lyf í endaparm og ekki mæla hita um endaparm vegna blæðingar- og sýkingarhættu.

Hiti og daufkyrningafæð (neutropenia)

Þegar hvítum blóðkornum fækkar og barn fær hita þarf að bregðast hratt við. Mesta hættan á alvarlegri sýkingu er þegar daufkyrningar eru færri en 0,5 ($\times 10^9/L$) eða á bilinu 0,5-1,0 og þeim fer fækkandi. Er þá talað um daufkyrningafæð eða neutropeniu.

Ef barnið fær 38°C hita sem varir í klukkustund eða mælist með $38,5^{\circ}\text{C}$ í einni stakri mælingu á þessu tímabili þarf að hringja strax á barnadeildina. Oft er þá þörf á innlögn á sjúkrahúsi til að hægt sé að taka blóðsýni og gera frekari rannsóknir og hefja sýklalyfjameðferð í æð sem fyrst. Því er mikilvægt að vera ekki langt frá sjúkrahúsi þegar barnið er í daufkyrningafæð.

Önnur einkenni sem kalla á samráð við lækni geta til dæmis verið kuldaþrollur, hósti, brjóstverkur, almenn flensueinkenni, slæmur verkur sem ekki hættir, niðurgangur, særindi í hálsi, í munni eða við þvæglát, eymsli við endaparm eða sár á líkamanum.

Hárhirða og hármíssir

Til að verja hársvörðinn fyrir ertingu er mælt með að nota milt sjampó og lítið magn í einu, einnig að nota mjúkan hárbursta. Ef hárlásari er notaður þarf að gæta þess að hann sé ekki stilltur á of mikinn hita.

Geislameðferð á höfuð og önnur hársvæði getur valdið hármíssi um 2-3 vikum eftir að geislun byrjar. Hármíssirinn er þá innan geislareits en fer þó eftir þeim geislaskammti sem gefinn er. Einnig er það háð geislaskammtinum hvort hárið vex aftur að lokinni meðferð.

Þegar meðferðin leiðir til hármíssis getur verið gott að klippa sítt hár styttra þegar meðferðin byrjar og raka það alveg þegar það byrjar að detta af til að forðast kláða frá lausum hárum. Ráðlagt er að nota rafmagnsrakvél frekar en sköfu til að forðast sáramyndun.

Fyrir flesta er það mikið áfall að missa hárið og borgar sig að ræða það opinskátt og aðstoða við að finna góða lausn sem hentar, svo sem flotta húfu, buff eða hárkollu. Ef til stendur að fá hárkollu getur verið gott að velja hana áður en hárið dettur af. Þannig er auðveldara að finna hárkollu sem líkist eigin hári. Þegar hárið er dottið af þarf að verja höfuðið gegn kulda og sól.

Sjúkratryggingar Íslands veita styrk til kaupa á hárkollum, sérsniðnum höfuðfötum, gerviaugabrúnum og augnhárum vegna hármíssis í kjölfar krabbameinsmeðferðar. Læknir þarf að senda beiðni fyrir því.

Húð

Geislameðferð getur haft ýmiss konar áhrif á húðina:

- Húð getur orðið dekkri, þornað, flagnað og orðið viðkvæm fyrir sólarljósi.
- Komið getur fram roði, útbrot, bólur og kláði.
- Stundum verða varanlegar breytingar á húðlit, húðin getur orðið þynnri, misst teygjanleika og orðið viðkvæmari þar sem geislað var.
- Klór í sundlaugum og heitum pottum getur valdið húðþurrki.
- Stundum þarf að leita til húðlæknis og þá er þörf á tilvísun frá lækni.

Vandamál	Möguleg úrræði
Húð er viðkvæmari fyrir áhrifum sólar	<ul style="list-style-type: none"> • Verja húðina fyrir sól í 12 mánuði eftir meðferð. • Vera í léttum fatnaði og nota sólarvörn nr. 30 eða meira.
Þurr húð	<ul style="list-style-type: none"> • Fara frekar í stutta sturtu en heitt bað. • Nota rakakrem eða olíu á húð. • Takmarka notkun ilmvatns og rakspíra því slíkar vörur innihalda oftast alkóhól sem þurrkar húðina.
Bólur	<ul style="list-style-type: none"> • Forðast að kreista bólur. • Halda húðinni hreinni og þurri með mildri sápu.
Útbrot og/eða kláði	<ul style="list-style-type: none"> • Hafa samband við lækni ef einkenni koma snögglega þar sem það getur bent til ofnæmis. • Þúðra húð ef um kláða er að ræða. Nota til dæmis kartöflu- eða maizenamjöl eða nota krem sem inniheldur mentól. Kaldir bakstrar geta einnig hjálpað. • Forðast að klóra húðina.

Niðurgangur

Geislameðferð á kviðarhols- og grindarbotnssvæðið getur valdið tímabundnum skaða á slímhúð meltingarvegjar. Slíkt getur leitt til niðurgangs, það er mjög linra eða vatnskenndra hægða sem koma oftar en tvisvar á sólarhring. Verkir og hiti geta fylgt. Hversu lengi ástandið varir er meðal annars háð stærð svæðis sem er geislað er á og þeim skammti sem barnið fær. Niðurgangur getur leitt til orkuleysis, svima, þyngdartaps, næringar- og vöskvorts, breytinga á salt- og steinefnabúskap líkamans auk særinda í og við endaparm.

Mikilvægt er að láta vita ef barnið fær viðvarandi niðurgang. Einnig ef vart verður við svima, blóð í hægðum eða minnkaðan þvagútskilnað. Nauðsynlegt getur verið að taka hægðasýni til rannsóknar, breyta mataræði eða hvíla meltingu og gefa vökva í æð. Í sumum tilvikum þarf meðhöndlun með lyfjagjöf, til dæmis sýklalyfi, ef um bakteríusýkingu er að ræða.

Ráð um mataræði vegna niðurgangs

- Ef barn fær niðurgang er mikilvægt að fyrirbyggja vöskvaskort.
- Velja drykki eins og sykursaltvatn sem fæst í apótekum, sóðavatn, tærar súpur (til dæmis kjötseyði), hrísgrjóna- og hafraseyði eða síaða bláberja- og eplasúpu.
- Forðast sykraða drykki og einnig mjög heita eða mjög kalda drykki.
- Ræða við lækni eða hjúkrunarfræðing hvort barnið megi fá AB mjólk, LGG+ eða sambærilega vöru því í einstaka tilfellum má barnið ekki fá lifandi gerla.
- Hafa mataræði fjölbreytt og hvetja barn að tyggja matinn vel.
- Borða minna í einu, oftar yfir daginn.
- Sjóða og ofnbaka mat fremur en að steikja.

Dæmi um mat sem mælt er með (stemmandi)

Spaghettí, pasta, hrísgrjón, harðsoðin egg, soðið grænmeti, þroskaðir bananar, franskbrauð, kjúklingur, kalkúnn, kotasæla og léttjógúrt. Næringardrykkir geta einnig reynst vel.

Dæmi um mat sem ætti að forðast (ertandi)

Sykurríkt fæði, sveskjur, sveskjusafi, súkkulaði, poppkorn, sterkur kryddaður matur, hnetur og hrátt grænmeti.

Umhirða húðar við endaparm

Við langvarandi niðurgang getur húð við endaparm orðið viðkvæm og sár geta myndast, sérstaklega ef hægðir liggja við húð eða ef hún er ert of mikið.

- Mikilvægt er að halda svæðinu hreinu og þvo með mjúkum rökum klút svo sem blautklút án ilmefna. Ef notuð er sápa, þarf hún að vera mild og ilmefnalaus.
- Bera þarf feitan áburð eða krem sem hrindir frá sér raka í kringum endaparminn eftir hver þrif til að minnka hættu á myndun sára.
- Lofta um húðina eins og hægt er, til dæmis við bleyjuskipti.

Preyta

Algengt er að finna fyrir þreytu og sleni sem getur meðal annars verið afleiðing krabbameinsins eða meðferðarinnar. Preytan getur lýst sér í orkuleysi, framtaksleysi, skorti á einbeitingu, aukinni þörf fyrir hvíld, minni þátttöku í félagslífi og almennu áhugaleysi. Preytan getur verið mismikil og breytileg eftir tíma og aðstæðum. Preytan er oft mikil fyrstu dagana eftir meðferð og á því tímabili sem áhrif lyfjanna á beinmerg eru mest.

Margar orsakir geta verið fyrir þreytu, sumar er hægt að meðhöndla beint og aðrar ekki. Preyta getur meðal annars orsakast af blóðleysi, sýkingu, hormónatruflun til dæmis í kjölfar geislameðferðar sem nær til innkirtla, svefntruflun, mikilli líkamlegri áreynslu, skertri næringarinntekt, litlu líkamlegu þreki eða skertu úthaldi. Einnig geta kvíði, þunglyndi, almenn vanlíðan og notkun ýmissa lyfja, til dæmis sumra verkja- og róandi lyfja haft áhrif. Meðan krabbameinið er enn til staðar getur það einnig haft áhrif.

Hjá þeim sem fá geislameðferð eykst þreytan oft eftir því sem líður á meðferðina og er yfirleitt mest við lok hennar og í nokkurn tíma eftir að meðferð lýkur.

Råd við þreytu

- Forgangsraða verkefnum og dreifa þeim yfir daginn. Skoða hvað er mikilvægt og hvað má bíða.
- Forðast orkufrekar athafnir, til dæmis ef blóðleysi er til staðar.
- Fá sér blund en gæta að tímalengd til að trufla ekki reglu á nætursvefni.
- Fara í gönguferð og/eða gera líkamsæfingar í stuttan tíma í senn, helst daglega.
- Taka tíma í að gera ánægjulega hluti og dreifa huganum, til dæmis lesa, hlusta á tónlist, spila, horfa á bíómynd eða gera slökunaræfingar.
- Borða orku- og próteinríkan mat og drekka vel af vökva.

Ráðlagt er að hvetja barnið eða unglinginn til að taka þátt í félagslífi, hitta vini og reyna að viðhalda félagslegri virkni.

Hafa þarf samband við barnaeildina ef eftirfarandi einkenni koma fram:

- Húðblæðingar, það er rauðir punktar á húð eða aukin myndun marbletta
- Blæðing frá tannholdi
- Blóðnasir
- Blóðug uppköst
- Ferskt blóð í hægðum eða þvagi eða svartar hægðir
- Höfuð-, kvið- eða liðverkir
- Húðfólvi, úthaldsleysi, svimi, mæði, höfuðverkur, verkur fyrir brjósti eða suð fyrir eyrum

Ef barn fær 38°C hita sem varir í klukkustund eða mælist með 38,5°C í einni stakri mælingu er hringt strax á barnaeildina

Símanúmer

Barnaeild 22ED

543 3760