



Til deg
som skal få behandling
med cellegift

Hva er cellegift?

Cellegift, også kalt cytostatika eller kjemoterapi, er medisin som blir brukt for å drepe kreftceller.

Behandling med cellegift kan ha ulike formål:

- Kurere kreftsykdom
- Gjøre svulsten mindre før operasjon eller strålebehandling
- Drepe gjenlevende kreftceller som kan finnes andre steder i kroppen etter operasjon eller strålebehandling
- Holde sykdommen i sjakk og lindre plager

Hvordan virker cellegift?

Cellegiften fraktes med blodet ut til celler og vev. Når cellegiften kommer frem til kreftsvulsten, tas den opp i kreftcellene. Dette fører til at celledelingen hos kreftcellene stanses eller hemmes og kreftcellene dør.

En kombinerer ofte ulike typer cellegift i én behandling. Det kan gjøre behandlingen mer effektiv fordi de ulike cellegiftene angriper kreftcellene på ulike måter. Valg av behandlingsopplegg er avhengig av din kreftdiagnose og sykdomsutvikling.

Cellegift kan gis på ulike måter:

- Intravenøst i en blodåre
- Tabletter eller kapsler som svelges
- I ryggmargen (i væskerommet rundt selve marga)

I kreftavdelingen blir cellegift som oftest gitt intravenøst. Sykepleieren setter en tynn venekanyle inn i en blodåre på underarmen, eller det blir lagt inn et kateter i en større blodåre (sentralvenøst kateter/veneport/Hickman).

Behandlingen kan vare i alt fra noen minutter, til flere timer eller døgn, avhengig av behandlingsopplegget ditt.

MULIGE BIVIRKNINGER

Bivirkninger skyldes at cellegiften også angriper de normale cellene i kroppen. Dette gjelder særlig celler som deler seg raskt, som hårrøtter og celler i beinmarg og slimhinner. Normale celler har større evne enn kreftceller til å reparere seg selv, og effekten på friske celler blir derfor forbigående.

Ulike typer cellegift kan gi ulike bivirkninger. Det er også individuelt hvordan den enkelte opplever bivirkningene. Før behandlingen starter vil lege og sykepleier informere deg om hvilke bivirkninger som er aktuelle for den cellegiftkuren du skal ha.

Påvirkning av beinmargen / Nedsatt immunforsvar

De fleste cellegiftkurene påvirker produksjonen av blodceller i beinmargen. Dette gjør at nivået av hvite og røde blodceller, og blodplater kan bli lavere enn normalt i tiden etter cellegiftkuren. Immunforsvaret vil vanligvis bli svekket 7-14 dager etter at cellegiftkuren ble startet.

Får du feber over 38°C, frostbyger eller uttalt slapphet etter cellegiftbehandling skal du alltid ta kontakt med sykehuset.

Vi anbefaler at du kjøper et digitalt rektal termometer med plasthylster til å ha hjemme.

Hvite blodceller utgjør kroppens forsvar mot bakterier og virus. Lavt antall hvite blodceller øker risikoen for infeksjoner. Infeksjon i denne fasen kan utvikle seg raskt og bli svært alvorlig. God håndhygiene er viktig for å unngå smitte og infeksjoner.

Røde blodceller (erytrocytter) transporterer oksygen rundt til cellene i kroppen. Lavt nivå av røde blodceller kan føre til lav blodprosent, og at en kjenner seg slapp/svimmel.

Blodplater (trombocytter) bidrar til å stanse bløding.

Lavt nivå av blodplater kan føre til at du lettere får blåmerker og små blødinger, spesielt fra slimhinner i munn og nese.

Noen ganger kan det bli aktuelt med blodoverføring av røde blodceller eller blodplater.

Hårtap

Grad av hårtap er avhengig av hvilken type cellegift du får.

Noen typer cellegift gjør at håret blir tynnere, andre at du mister håret helt. Dette gjelder også kroppshår, øyevipper, øyenbryn og skjegg. Hårveksten kommer tilbake en stund etter at behandlingen er avsluttet.

NAV gir økonomisk støtte med en fast sum per kalenderår til kjøp av parykk eller annet hodeplagg. Bekreftelse for hårtap får du hos oss.

Mage og tarm

Noen cellegifter kan gi kvalme og en sjelden gang oppkast. Det blir gitt gode kvalmestillende medikamenter før behandlingen starter, og for noen typer cellegift skal du også ta kvalmestillende i noen dager etter behandlingen.

Noen typer cellegift og kvalmestillende medikamenter kan gi forstoppelse eller treg mage. Se egen informasjonsbrosjyre om dette.

Andre typer cellegift kan gi diaré eller løs mage. Stoppende kost og rikelig med drikke er viktig. Det finnes også medikament som kan motvirke eller stoppe diaré.

Dersom du i løpet av behandlingsperioden opplever endret tarmfunksjon, må du ta dette opp med helsepersonell på avdelingen.

Slimhinner

Noen typer cellegift kan påvirke slimhinnene. Dette kan blant annet gi sårhet i nese, munn og svelg som kan gjøre det vanskelig å spise og drikke.

Det er viktig med godt munnstell, forsiktig tannpuss med myk tannbørste og tannkrem uten såpestoff.

Dersom det utvikler seg et hvitt belegg i munnen og på tungen, kan dette være forårsaket av en soppinfeksjon.

Sårhet i øynene kan opptre som tåreflod eller føles som sand i øynene.

Slimhinneirritasjon i urinblære og skjede kan også oppstå.

Ta kontakt med kreftavdelingen om du opplever noe av dette.

Fatigue

Fatigue er en følelse av å være utmattet og unormalt trøtt og er noe mange kreftpasienter opplever i større eller mindre grad.

Fatigue kan opptre i alle faser av en kreftsykdom. Det er viktig å skille mellom akutt og kronisk fatigue.

Akutt fatigue er relatert til sykdommen eller behandlingen.

Mange opplever at fatigue avtar når behandlingen er avsluttet.

Kronisk fatigue er trøtthet som varer mer enn seks måneder etter at behandling er avsluttet og det ikke lenger er tegn til aktiv kreftsykdom. Dette er en senskade. Noen opplever at tretthetssymptomer melder seg først en tid etter at kreftbehandling er over og de har følt seg friske en stund. Trettheten går ikke over ved søvn eller hvile.

Fatigue kan oppleves ulikt, men eksempler kan være: nedstemthet, konsentrasjonsvansker, hukommelsessvikt, energiløshet, kroppslig ubehag og redusert funksjon.

Noen opplever at det kan være vanskelig å finne ord og setninger, og selv det å ta enkle valg kan være slitsomt. Mange opplever også at det tar lang tid å gjenvinne krefter etter fysisk eller psykisk anstrengelse.

Perifer nevropati

Noen cellegifter kan påvirke tynne nervefibre i hender og føtter. De vanligste symptomene på dette er nummenhet, prikking og stikking i fingre og under fotsålen, samt økt sensitivitet for kulde. For noen få kan det oppleves smertefullt. Det er viktig at du gir beskjed om slike symptomer til lege på neste legekonsultasjon. Ved uttalte symptomer kan man oppleve problemer som dårligere balanse pga. redusert følelse under føttene, problemer med å kneppe knapper eller at man mister ting på grunn av dårligere finmotorikk.

Dette går som regel over, men hos noen kan det ta lang tid, og i enkelte tilfeller må man leve med disse bivirkningene/senskadene.

Eggstokker og testikler

Cellegift vil kunne redusere funksjonen i både eggstokker og testikler, inkludert redusert evne til å bli gravid/få barn. Grad av påvirkning, og om dette er midlertidig eller varig, vil være avhengig av flere forhold som type cellegift, antall kurer, alder og om du evt. har fått kreftbehandling tidligere. Diskuter med din lege dersom du ønsker uttak av eggstokkvev eller nedfrysing av sæd før behandlingen starter.

Kvinner kan oppleve at menstruasjonen blir uregelmessig eller forsvinner helt under pågående cellegiftbehandling. Noen kommer i overgangsalderen og slimhinnene i skjeden blir tørre og tynne.

Hos menn kan cellegift føre til redusert funksjon i testiklene med påfølgende endringer i sædproduksjon og kjønnshormonproduksjon. Dette kan igjen føre til nedsatt lyst og ereksjonsvansker.

Cellegiftbehandlingen vil også påvirke arvematerialet i kjønnscellene hos kvinner og menn, og dette kan gi fosterskade. Det er derfor svært viktig at man ikke blir gravid under pågående cellegiftbehandling.

For kvinner og menn vil det ta tid før kjønnscellene utvikler seg normalt etter cellegiftbehandlingen. Det er derfor viktig at en unngår graviditet ved å bruke prevensjon under og en stund etter avsluttet cellegiftbehandling.

Mange kan likevel oppleve å bli foreldre på naturlig vis en stund etter cellegiftbehandlingen.

Når det gjelder dine muligheter til å få barn etter gjennomført kreftbehandling, og når du evt. tidligst bør prøve på dette, diskuteres med din behandlingsansvarlige lege.

LIVSFØRSEL

Vi anbefaler at du lever et mest mulig normalt liv mellom behandlingene.

Frisk luft, fysisk aktivitet og allsidig kost blir anbefalt fordi det påvirker kroppen positivt både fysisk og psykisk.

Fysisk aktivitet og trening

Generelle råd er å prøve å få litt mosjon hver dag og legg opp aktivitetene slik at du ikke blir sliten i lang tid etterpå. Gjør noe du liker og som er enkelt å gjennomføre. Riktig forhold mellom aktivitet og hvile er viktig, så lytt til kroppens signaler og finn god balanse mellom aktivitet og hvile.

Selv om mange har nytte av fysisk aktivitet er det likevel en del individuelle hensyn en bør ta, da noen behandlingsformer ikke er anbefalt samtidig med hard trening. Snakk med legen din om hva som gjelder for din behandling.

Kreftavdelingen v/KOR (Kreftsenter for opplæring og rehabilitering) har rehabiliteringstilbud for pasienter under, eller etter behandling. De tilbyr blant annet individuell rådgiving og samtaler, gruppesamtaler, ernæringskurs og tilpasset fysisk aktivitet. Du må ha henvisning fra lege for å delta her. De har også foredrag som er åpne for alle pasienter og pårørende.

Avfallsstoffer

De to første døgnene etter cellegiftbehandlingen blir det meste av avfallsstoffene skilt ut via urin eller avføring. Du kan trygt omgås andre som vanlig disse dagene, også gravide og barn, om du følger noen forhåndsregler:

- Ha god toaletthygiene. Menn bør sitte ved toalettbesøk. Skyll ned to ganger.
- Vær nøye med håndhygiene og vask hendene med vann og såpe etter toalettbesøk.
- Ved evt. søl bør dette umiddelbart vaskes bort med såpe og vann.
- Bleier, bind og andre sanitærartikler legges i en plastpose som knyttes godt igjen. Kastes i vanlig avfall.

Det er ikke nødvendig å utvise spesiell forsiktighet i forhold til svette.

Seksualitet

En kan være seksuelt aktiv i behandlingsperioden. Cellegift utgjør ingen risiko for partner, men pga. at det kan være små mengder cellegift i sæd anbefaler vi at en bruker kondom de 3 - 4 første dagene etter avsluttet cellegiftbehandling.

Bivirkninger av behandlingen kan føre til at en føler seg trøtt og uopplagt. Noen kan oppleve forbigående potensproblem og nedsatt lyst. Spør gjerne om du har spørsmål som angår dette. Se også brosjyrene «*Kreft og seksualitet*» fra Kreftforeningen.

Kreftavdelingen v/KOR (Kreftsenter for opplæring og rehabilitering) har også sexolog tilgjengelig for konsultasjoner. Snakk med din lege dersom du ønsker henvisning til sexolog.

Ernæring

Matlysten kan bli dårligere under cellegiftbehandling. Noen kan bli kvalme, og mange opplever at smakssansen forandrer seg. Redusert matinntak i en kort periode er oftest ikke problematisk, men det er viktig at du får i deg tilstrekkelig drikke, helst 2 liter i døgnet. Det fins brosjyrer med gode tips ved ulike ernæringsproblem.

Som pasient ved kreftavdelingen kan du også bli henvist til klinisk ernæringsfysiolog, for samtale og rådgivning ved ernæringsutfordringer.

Om du sliter med å få i deg mat over flere dager, eller ønsker henvisning til ernæringsfysiolog, så snakk med sykepleier eller lege ved Kreftavdelingen.

Alkohol

Ved noen få typer cellegifter er det veldig viktig at man ikke drikker alkohol da dette kan gi alvorlige bivirkninger. De det gjelder får informasjon om dette fra lege og det er også spesifisert i brosjyren om din aktuelle cellegiftkur.

Generelt bør en være forsiktig med alkohol under behandling, da cellegift i seg selv er en belastning for kroppen.

Soling

Enkelte typer cellegift kan gi hudreaksjoner ved soling. En blir mer følsom for sollys og kan dermed lettere bli solbrent. Noen cellegifter kan gi pigmentforandringer.

Nyt solen, men unngå å bli solbrent. Bruk solkrem med høy faktor og beskyttende klær og hodeplagg. Prøv deg frem gradvis.

Alternativ/komplementær behandling

Mange ønsker å benytte seg av alternative eller komplementære behandlingsformer. Du må være oppmerksom på at enkelte alternative behandlingsformer kan gi alvorlige bivirkninger i kombinasjon med cellegift. Snakk derfor med din behandlingsansvarlige lege om dette før du starter med en alternativ eller komplementær behandling.

Avdeling for kreftbehandling og medisinsk fysikk

Telefon: 55 97 20 10

Nettsider for mer informasjon:

www.helse-bergen.no/omoss/avdelinger/kreft/Sider/enhet.aspx

www.kreftforeningen.no www.kreftlex.no/

Godkjent av avdelingsdirektør Hans Petter Eikesdal.

Avdeling for kreftbehandling og medisinsk fysikk

Haukeland Universitetssjukehus, Bergen

Revidert november 2022.