

Gemcytabina i cisplatyna (GEM/CIS) w terapii nowotworów dróg żółciowych

Jeśli lekarz zalecił gemcytabinę i cisplatynę (GEM/CIS) w leczeniu nowotworu dróg żółciowych, oto kilka ważnych informacji na temat tych leków i niektórych aspektów związanych z terapią.

Rak dróg żółciowych

Nowotwory dróg żółciowych rozwijają się z komórek zwanych cholangiocyty, które tworzą nabłonek dróg żółciowych (przedstawione na zielono na zdjęciu poniżej). Drogi żółciowe to małe przewody transportujące żółć (używana do trawienia pokarmu) z wątroby do pęcherzyka żółciowego oraz do jelita cienkiego.

Nowotwory dróg żółciowych możemy podzielić na: rak dróg żółciowych, rak pęcherzyka żółciowego i rak brodawki:

- **Cholangiocarcinoma** – znany również jako rak dróg żółciowych. W zależności od lokalizacji rak ten jest sklasyfikowany na:

- wewnątrzwątrobowy rak dróg żółciowych – nowotwór rozwija się w przewodach wewnątrzwątrobowych w wątrobie;

- rak dróg żółciowych okołownękowych – nowotwór rozwija się z dużych dróg żółciowych

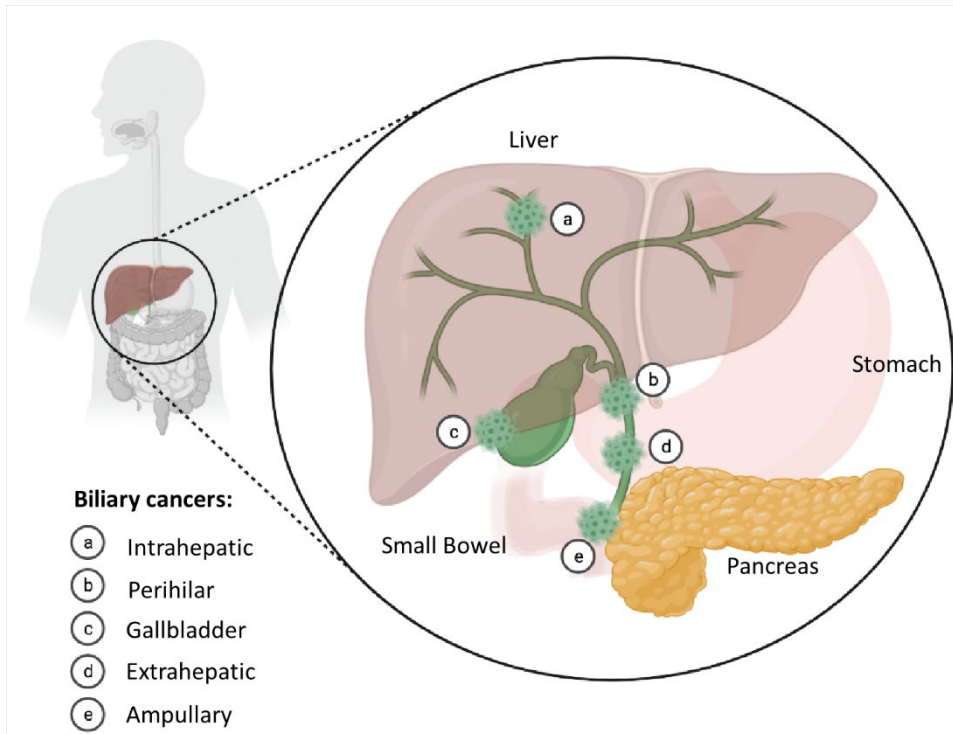
- rak dróg żółciowych dystalny/pozawątrobowy – nowotwór rozwija się w dalej położonych przewodach wątroby

- **Rak pęcherzyka żółciowego** – wywodzący się z komórek nabłonka błony śluzowej pęcherzyka żółciowego

- **Rak brodawki Vatera** – rozrasta się w miejscu połączenia dróg żółciowych i trzustkowych z dwunastnicą

Otrzymałeś tę ulotkę, ponieważ zdiagnozowano u Ciebie raka dróg żółciowych.

Twój onkolog powinien omówić z Tobą, jaki typ raka dróg żółciowych masz i jak bardzo jest on zaawansowany.



Co to jest GEM/CIS?

Gemcytabina i cisplatyna to dwa leki stosowane w chemioterapii, które zabijają komórki nowotworowe poprzez ingerencję w proces replikacji komórek. Ponieważ jednak chemioterapia może również uszkadzać komórki prawidłowe, to może powodować skutki uboczne. Połączenie gemcytabiny i cisplatyny nazywane jest krótszą nazwą GEM/CIS.

Jak podaje się GEM/CIS?

GEM/CIS otrzymasz w szpitalu, na oddziale chemioterapii. Oba leki są podawane dożylnie. Wklucie zostanie usunięta po zakończeniu podawania GEM/CIS. Ponieważ cisplatyna może powodować ból lub być szkodliwa dla żył, aby temu zapobiec, otrzymasz dużo płynów przed i po wlewie cisplatyny. Twój lekarz zdecyduje o dokładnej dawce GEM/CIS, którą otrzymasz na podstawie wielu czynników m.in. wzrostu, wagi, wieku, ogólnego stanu zdrowia i chorób podstawowych.

Harmonogram leczenia GEM/CIS

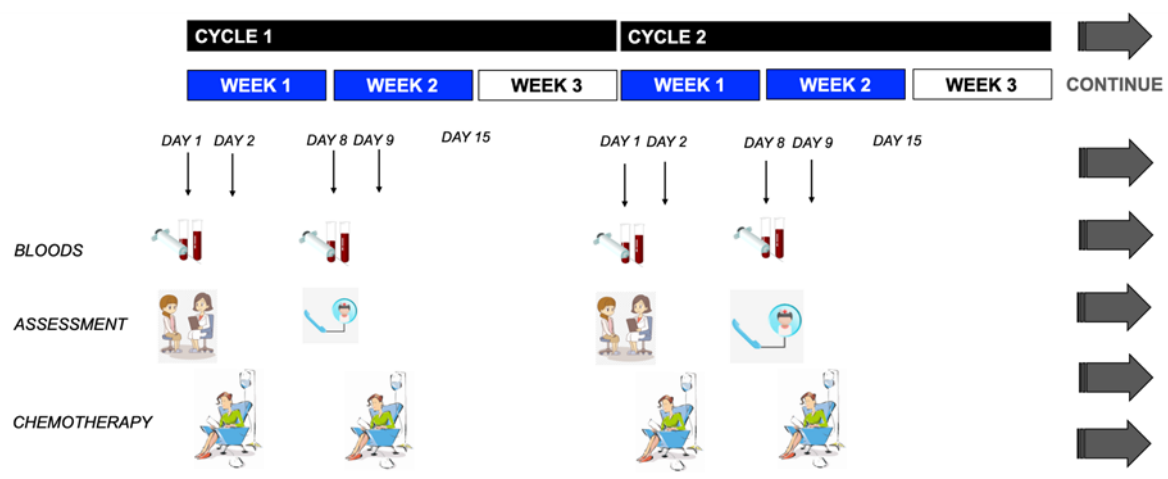
Standardowy harmonogram leczenia GEM/CIS następuje w trzytygodniowym cyklu obejmującym jeden dzień chemioterapii w tygodniu, przez dwa tygodnie, a następnie tydzień przerwy.

Przed każdą sesją chemioterapii będziesz mieć wykonane badania krwi, a onkolog oceni, czy jesteś wystarczająco silny na sesję chemioterapii. Ważne jest, aby zgłosić wszelkie objawy i problemy od czasu ostatniej sesji, aby można było dostosować dawkowanie specjalnie dla Ciebie.

Pierwszego DNIA pierwszego tygodnia każdego cyklu chemioterapii będziesz musiał zgłosić się do szpitala na spotkanie z zespołem onkologicznym oraz badania krwi. Następnie po 1 / 2 dniach znów przyjedziesz, aby otrzymać chemioterapię. Nie spotkasz się wtedy z lekarzem, chyba że będziesz mieć wątpliwości/ pytania. Sesja chemioterapii potrwa od 3 do 4 godzin.

W dniu 8 drugiego tygodnia będziesz musiał powtórzyć badania krwi, ale lekarz może Cię skonsultować telefonicznie przed przyjściem do szpitala na chemioterapię. Lekarz może poprosić Cię o zrobienie badań krwi w przychodni lekarza pierwszego kontaktu. Nie będziesz hospitalizowany.

GEM/CIS cycle: 2 weeks on, 1 week off



Czas trwania leczenia GEM/CIS

Lekarz omówi z Tobą czas trwania leczenia. Każdy cykl GEM/CIS będzie trwał 3 tygodnie. Jeśli będziesz dobrze tolerować leczenie, otrzymasz chemioterapię przez co najmniej 3 miesiące. Po tym okresie lekarz zaleci powtórne badanie, aby ocenić, czy chemioterapia działa. Jeśli pierwsze 3 miesiące badania wykażą, że rak jest stabilny lub zmniejsza się, lekarz może zalecić kontynuowanie chemioterapii przez kolejne 3 miesiące. Po pierwszych 6 miesiącach leczenia, lekarz omówi z Tobą, czy powinieneś zrobić sobie przerwę w chemioterapii lub czy powinieneś kontynuować.

Działania niepożądane podczas terapii GEM/CIS?

Podczas terapii mogą wystąpić skutki uboczne, ale również możesz nie doświadczyć żadnego z nich. Nie oznacza to, że leczenie nie działa; nie istnieje związek między obecnością lub nasileniem działań niepożądanych a skutecznością leku. Niektóre ze skutków ubocznych mogą wystąpić, ale jest mało prawdopodobne, aby wystąpiły wszystkie. Skutki są często przewidywalne pod względem ich początku, czasu trwania i dotkliwości; są prawie zawsze odwracalne i, z wyjątkiem tych związanych z cisplatyną, powinno całkowicie ustąpić po leczeniu. Jednak ich częstotliwość i nasilenie różnią się w zależności od pacjenta.

Podobnie jak w przypadku wielu innych leków chemioterapeutycznych, GEM/CIS zabija komórki nowotworowe ze względu na ich zdolność do zatrzymania podziału i proliferacji komórek. Niestety leki stosowane w chemioterapii nie są w stanie rozpoznać/ zróznicować komórek rakowych z komórkami prawidłowymi. W związku z tym chemioterapia zabija również prawidłowe szybko dzielące się komórki, takie jak krwinki, komórki w jamie ustnej, żołądka, jelitach i innych miejscach, co powoduje niektóre z różnych skutków ubocznych. Po zakończeniu leczenia prawidłowe komórki zregenerują się. Dostępnych jest wiele leków, które można przyjmować podczas chemioterapii w celu kontroli i zminimalizowania wpływu skutków ubocznych, które możesz odczuwać.

Najczęstsze działania niepożądane

Hematotoksyczność: działania niepożądane na komórki krwi, w tym:

- **Niska liczba białych krwinek i ryzyko infekcji**

Chemioterapia może obniżyć liczbę białych krwinek, które pomagają w walce z infekcjami. Jeśli liczba białych krwinek jest zbyt niska (nazywa się to neutropenią), możesz być narażony na ryzyko infekcji. Ważne jest, aby unikać sytuacji, które mogą zwiększyć to ryzyko, takie jak przebywanie w zatłoczonych miejscach lub kontakt z osobami przeziębionymi.

Ponieważ liczba białych krwinek najprawdopodobniej będzie najniższa między 7 a 10 dniem każdego dnia cyklu chemioterapii, w tych dniach szczególnie ważne jest unikanie infekcji.

Zmniejszenie liczby białych krwinek jest jednym z ważniejszych badań krwi, które lekarz przeprowadzi zanim pacjent przyjmie kolejną dawkę chemioterapii, aby upewnić się, że liczba białych krwinek jest na odpowiednim poziomie; w celu ochrony przed infekcją podczas leczenia chemioterapią.

Liczba białych krwinek zwykle wraca do normy przed kolejnym zabiegiem. Czasami może zdarzyć się, że poziom białych krwinek będzie zbyt niski, aby umożliwić Ci zaplanowaną terapię, a lekarz przesunie leczenie do czasu, aż liczba komórek powróci do normy.

Ważne jest, abyś był świadomy oznak i objawów infekcji, powinieneś skontaktować się z lekarzem w Twoim szpitalu, jeśli wystąpi którykolwiek z poniższych objawów:

- Wzrost temperatury ciała powyżej 38°C, pomimo stosowania paracetamolu
- Uczucie dreszczy lub złe samopoczucie
- Ból gardła, kaszel, biegunka, zwiększona częstotliwość oddawania moczu

- **Niska liczba czerwonych krwinek**

Chemioterapia może wpłynąć na obniżenie liczby czerwonych krwinek. Do najważniejszej roli czerwonych krwinek należy przenoszenie tlenu do każdej komórki twojego ciała. Jeśli liczba czerwonych krwinek jest zbyt niska (nazywane jest to anemią) można odczuwać zmęczenie i brak tchu. Jeśli dojdzie do ciężkiej niedokrwistości, będziesz potrzebować transfuzji krwi.

- **Mała liczba płytek krwi i ryzyko siniaków lub krwawienia**

Chemioterapia może wpłynąć na obniżenie liczby płytek krwi. Płytki krwi są przydatne do wspomagania krzepnięcia krwi. Jeśli liczba płytek krwi jest zbyt niska (nazywa się to małopłytkowością), możesz nie otrzymać chemioterapii, a przesunie leczenie do czasu

Generated by Dr MG Prete and Dr C Braconi (oncologists) based on information developed by Macmillan Cancer Support and used with permission. Revised by Ms J Milne (nurse), Ms H Morement (patient representative). Translated by Marcin Krawczyk and Lukasz Krupa. Translation project coordinator: Dr. R Casolino

uzyskania poprawy liczby płytek krwi. Jeśli masz jakiegokolwiek siniaki lub krwawienia, takie jak krwawienia z nosa, krwawiące dziąsła, małe czerwone lub fioletowe plamki na skórze, należy poinformować o tym lekarza.

Objawy grypopodobne: mogą wystąpić podczas chemioterapii lub wkrótce po:

- Uczucie gorąca, zimna lub dreszcze
- Gorączka
- Ból głowy
- Ból w mięśniach
- Zmęczenie

Nudności: czasami towarzyszą im wymioty, ale zwykle są dobrze kontrolowane przez leki przeciwwymiotne (zastrzyki i tabletki). Możesz tego doświadczyć od kilku godzin do kilku dni po zabiegu. Ważne jest, aby zażywać leki przeciwwymiotne, nawet jeśli nie odczuwasz nudności, ponieważ znacznie łatwiej jest im zapobiegać. Należy natychmiast skontaktować się z lekarzem lub pielęgniarką, jeśli odczuwasz nudności częściej niż raz dziennie.

Zmęczenie: bardzo częste działanie niepożądane, które może nasilać się w trakcie leczenia.

Uszkodzenie nerek (nefrotoksyczność): terapia może być szkodliwa, szczególnie, gdy występują już zaburzenia czynności nerek. Będziesz mieć badania krwi przed leczeniem GEM/CIS w celu sprawdzenia funkcji nerek. Lekarz zdecyduje o odpowiedniej dawce chemioterapii w celu uniknięcia dalszego działania nefrotoksycznego. Ważne jest, aby pić dużo wody. Pielęgniarka może poprosić Cię o prowadzenie rejestru, ilości spożytych płynów oraz objętości oddanego moczu. Należy poinformować lekarza, jeśli zauważysz jakiegokolwiek, niepokojące zmiany w swoim moczu, na przykład obecność krwi.

Zmiany słuchu (ototoksyczność): możesz zauważyć dzwonienie w uszach, zwane szumem w uszach. Stan ten poprawia się samoistnie po zakończeniu leczenia. Rzadko utrzymuje się przez długi czas po zakończeniu terapii. Poinformuj swojego lekarza lub pielęgniarkę, jeśli zauważysz jakiegokolwiek zmiany w swoim słuchu.

Krzepnięcie krwi: skontaktuj się z lekarzem, jeśli nogi masz spuchnięte, zaczerwienione i obolałe lub jeśli odczuwasz duszność.

Niektóre mniej częste działania niepożądane związane z GEM/CIS

Reakcja alergiczna może wystąpić w trakcie lub wkrótce po podaniu leku. Należy natychmiast powiedzieć lekarzowi lub pielęgniarce, jeśli wystąpi jakikolwiek z poniższych objawów:

- wysypka
- duszność
- zaczerwienienie lub obrzęk twarzy
- uderzenie gorąca
- zawroty głowy
- zwiększona potrzeba oddawania moczu

Objawy grypopodobne: mogą wystąpić podczas chemioterapii lub wkrótce po:

- uczucie gorąca, zimna lub dreszczy
- gorączka
- ból głowy
- ból mięśni
- zmęczenie

Wynacznienie (wyciek) cytostatyku podczas jego podawania - chemioterapeutyk może przedostawać się poza naczynie żyłne i uszkadzać tkankę otaczającą. Poinformuj natychmiast pielęgniarkę, jeśli odczuwasz jakiegokolwiek pieczenie, ból, zaczerwienienie lub obrzęk wokół żyły.

Ból brzucha: możesz mieć tępe bóle lub skurcze brzucha z wzdęciami, które są powszechnie kojarzone z chemioterapią. Jeśli masz uporczywy ostry ból, skontaktuj się z lekarzem.

Zaparcia: spożywaj pokarmy bogate w błonnik (warzywa, owoce, chleb pełnoziarnisty) i pij co najmniej 2 litry. Skorzystaj ze środków przeczyszczających, jeśli zaparcie trwa dłużej niż dwa lub trzy dni.

Senność: chemioterapia może powodować uczucie senności i zmęczenia. Jeśli odczuwasz zmęczenie i senność to nie należy prowadzić pojazdów ani obsługiwać maszyn.

Ból głowy: możesz zażywać środki przeciwbólowe, takie jak paracetamol.

Trudności ze snem: w razie potrzeby możesz zażywać tabletki nasenne.

Gromadzenie płynów: możesz przybrać na wadze, a twarz, kostki lub nogi mogą puchnąć. Pomocne może być ułożenie nóg na poduszce. Obrzęk ustąpi po zakończeniu leczenia.

Wypadanie włosów: twoje włosy mogą stać się cieńsze, ale jest mało prawdopodobne, że je stracisz.

Niektóre mniej powszechne działania niepożądane związane z GEM/CIS

Reakcja alergiczna: czasami dzieje się tak podczas chemioterapii. Natychmiast poinformuj lekarza lub pielęgniarkę, jeśli wystąpi którykolwiek z nagłych objawów:

- wysypka
- duszność
- zaczerwienienie lub obrzęk twarzy
- gorąco mi
- zawroty głowy
- potrzeba oddawania moczu

Drętwienie lub mrowienie palców rąk i nóg (neuropatia obwodowa): chemioterapia oparta na cisplatynie może oddziaływać na nerwy, powodując drętwienie, mrowienie lub ból dłoni oraz stóp. Drętwienie lub mrowienie palców u rąk i nóg może utrudnić wykonywanie czynności dnia codziennego, takich jak wiązanie sznurowadeł lub zapinanie guzików. Objawy mogą pojawić się w ciągu kilku dni lub tygodni i trwać kilka miesięcy. Rzadko drętwienie jest objawem trwałym. Poniżej znajdziesz wskazówki, które pomogą zmniejszyć te objawy.

Slaby apetyt: nie martw się, jeśli nie jesz za wiele przez dzień lub dwa. Mogą się również zmienić Twoje upodobania kulinarne.

Biegunka: skontaktuj się ze swoim lekarzem, jeśli masz 4 lub więcej luźnych stolców w ciągu doby. Lekarz przepisze leki przeciwbiegunkowe (Loperamid). Powinieneś przyjąć jedną tabletkę loperamidu za każdym razem, gdy masz luźny stolec. Pamiętaj, aby pić dużo wody i uzupełniać utracone płyny. Jeśli masz biegunkę, powinieneś jeść produkty o niskiej zawartości błonnika i unikać surowych owoców, soków owoców, płatków zbożowych i surowych warzyw. Unikaj również spożywania alkoholu, kofeiny, produktów mlecznych i pokarmów wysokotłuszczowych.

Wynaczynienie (wyciek) cytostatyku podczas jego podawania - chemioterapeutyk może przedostawać się poza naczynie żyłne i uszkadzać tkankę otaczającą. Natychmiast poinformuj pielęgniarkę, jeśli odczuwasz jakiegokolwiek pieczenie, ból, zaczerwienienie lub obrzęk wokół żyły.

Zaparcia: spożywaj pokarmy bogate w błonnik (warzywa, owoce, chleb pełnoziarnisty) i pij co najmniej 2 litry. W razie potrzeby skorzystaj ze środków przeczyszczających, jeśli zaparcie trwa dłużej niż dwa lub trzy dni.

Owrzodzenia i owrzodzenia jamy ustnej: po jedzeniu należy zawsze umyć zęby, aby uniknąć rozwoju próchnicy. Aby zapobiec lub pomóc w leczeniu owrzodzeń jamy ustnej, używaj miękkiej szczoteczki do mycia zębów i płucz trzy razy dziennie ½ do 1 łyżeczki sody oczyszczonej zmieszanej z wodą (lub zwykłym płynem do płukania jamy ustnej). Wskazane jest unikanie kwaśnych pokarmów, takich jak pomarańcze, cytryny i grejpfruty. Poinformuj lekarza lub pielęgniarkę, jeśli masz owrzodzenia, ponieważ mogą Ci pomóc w zapobieganiu lub leczeniu owrzodzeń jamy ustnej.

Senność: chemioterapia może powodować uczucie senności i zmęczenia. Jeśli odczuwasz zmęczenie i senność to nie należy prowadzić pojazdów ani obsługiwać maszyn.

Ból głowy: możesz zażywać środki przeciwbólowe, takie jak paracetamol.

Trudności ze snem: w razie potrzeby możesz zażywać tabletki nasenne.

Wypadanie włosów: twoje włosy mogą stać się cieńsze, ale jest mało prawdopodobne, że je stracisz.

Zmiany skórne: twoja skóra może być wysuszona lub może pojawić się wysypka.

Gromadzenie płynów: możesz przybrać na wadze, a twarz, kostki lub nogi mogą puchnąć. Pomocne może być ułożenie nóg na poduszce. Obrzęk ustąpi po zakończeniu leczenia.

Leki wspomagające kontrolowanie działań niepożądanych

Pamiętaj, aby poinformować lekarza o wszelkich skutkach ubocznych; istnieją przydatne leki do kontrolowania tych objawów.

Czy powinienem nadal brać lek, które przyjmuję na stałe?

Tak, musisz kontynuować przyjmowanie leków na stałe. Proszę poinformować swojego lekarza prowadzącego o lekach, które przyjmujesz.

Czy mogę otrzymać szczepienie przeciw grypie?

Tak, zaleca się zaszczepienie się przeciwko grypie przed rozpoczęciem chemioterapii. Jeśli już rozpoczęłeś terapię, zapytaj swojego lekarza, wybierze najlepszy okres na szczepienie.

Wskazówki podczas leczenia

- Pij dużo płynów (co najmniej 2 litry dziennie), aby chronić nerki.
- Dobrze się odżywiaj. Często spożywaj małe porcje, może to pomóc w zmniejszeniu nudności. Powinieneś unikać tłustych lub smażonych potraw. Jeśli potrzebujesz, możesz wziąć leki przeciwwymiotne.
- Unikaj ekspozycji na słońce. Stosuj filtry przeciwsłoneczne SPF 15 (lub wyższy) i odzież ochronną.
- Dużo odpoczywaj.
- Aby zapobiec zespołowi ręka-stopą:
 - Zmniejsz tarcie, nacisk i narażenie dłoni i stóp na ciepło.
 - Unikaj długotrwałego kontaktu z gorącą wodą, np. podczas mycia naczyń, długiego prysznica lub kąpieli.
 - Nie używaj rękawic do mycia naczyń.
 - Unikaj długich spacerów lub skoków, aby zmniejszyć łuszczenie się skóry na podszwach.
 - Nie należy używać narzędzi ogrodniczych/domowych, którymi dłonie ściskają twardą powierzchnię.
 - Unikaj wcierania balsamu w dłonie i stopy, ale utrzymuj skórę wilgotną.

- Aby złagodzić objawy, można stosować kremy zmiękczające i środki przeciwbólowe w celu złagodzenia bólu. Skonsultuj najlepsze lekarstwo z lekarzem.
- Aby zapobiec lub zminimalizować objaw drętwienia i mrowienia:
 - Unikaj narażania dłoni lub stóp na nagłe zmiany temperatury. Powinieneś używać rękawiczek, gdy idziesz na spacer w zimie oraz nie dotykać mrożonej żywności.
 - Używaj rękawic kuchennych podczas gotowania i rękawic ochronnych podczas pracy w ogrodzie.
 - Trzymaj ręce i stopy w ciepłe, noś dobrze dopasowane, ochronne obuwie.
 - Zachowaj ostrożność podczas korzystania z gorącej wody, ponieważ możesz nie odczuwać wysokiej temperatury i istnieje ryzyko poparzenia się.
 - Zachowaj ostrożność podczas obcinania paznokci.
 - Nawilżaj skórę przynajmniej kilka razy dziennie.
- Trzymaj w domu leki, których możesz potrzebować, aby móc uśmierzyć objawy.
- Możesz odczuwać senność lub zawroty głowy; unikaj prowadzenia pojazdów lub angażowania się w zadania, które wymagają dobrego refleksu do czasu poznania odpowiedzi na chemioterapię.
- Do golenia używaj elektrycznej maszynki i miękkiej szczoteczki do mycia zębów, aby zminimalizować ryzyko krwawienia.
- Przed rozpoczęciem chemioterapii poinformuj lekarza o wszelkich przyjmowanych lekach. Czasami działania niepożądane mogą być związane z przyjmowanymi lekami, a nie z chemioterapią.
- Jeśli objawy są ciężkie lub nie ustępują po 24 godzinach, nie wahaj się skontaktować z lekarzem.
- Zwróć uwagę na objawy zakrzepicy: ból, zaczerwienienie, obrzęk ręki lub nogi, duszność lub ból w klatce piersiowej. Jeśli wystąpi którykolwiek z tych objawów, skontaktuj się z lekarzem.
- Nie przyjmuj żadnych szczepień bez zgody lekarza podczas przyjmowania chemioterapii.
- Jeśli jesteś kobietą w wieku rozrodczym:
 - Przed rozpoczęciem leczenia należy poinformować lekarza, jeśli jesteś w ciąży lub możesz być w ciąży.
 - Unikaj zajścia w ciążę podczas chemioterapii.
 - Nie karm piersią podczas chemioterapii.

Kiedy skontaktować się ze szpitalem?

Jeśli objawy są poważne lub nie ustępują w ciągu 24 godzin, nie wahaj się skontaktować z lekarzem w szpitalu.

Kontakt w nagłych wypadkach w szpitalu:.....

Gdzie mogę uzyskać więcej informacji?

Jeśli chcesz uzyskać więcej informacji w tym zakresie, możesz odwiedzić stronę:

<https://www.esmo.org/for-patients/patient-guides/biliary-tract-cancer>

<https://ammf.org.uk/patient-guide/>