

## **Gemcytabina w terapii nowotworów dróg żółciowych**

Jeśli lekarz zalecił gemcytabinę w leczeniu raka dróg żółciowych, poniżej przedstawione zostały najważniejsze informacje o tym leku i niektórych aspektach związanych z terapią.

### **Rak dróg żółciowych**

Nowotwory dróg żółciowych rozwijają się z komórek zwanych cholangiocyty, które normalnie tworzą nabłonek dróg żółciowych (przedstawiona na zielono na zdjęciu poniżej).

Drugi żółciowe to małe przewody transportujące żółć (używaną 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

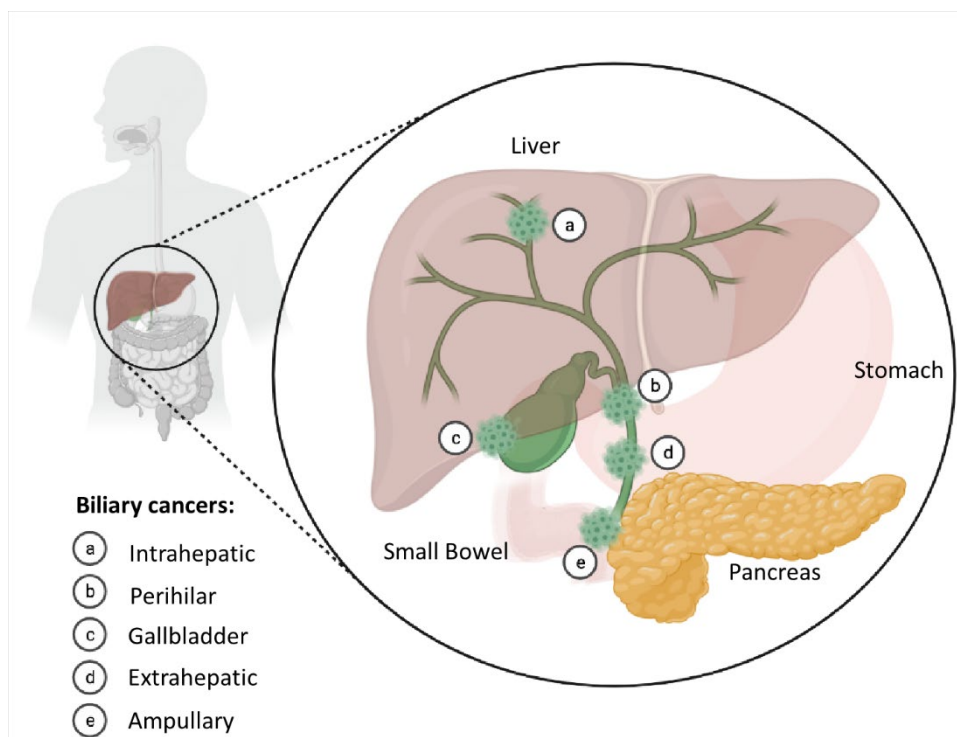
- rak dróg żółciowych dystalny/pozawątrobowy – nowotwór rozwija się w dalej położonych przewodach wątroby

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

- **Rak brodawki Vater** – 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 gemcytabina?**

Gemcytabina jest lekiem chemioterapeutycznym, który zabija komórki nowotworowe poprzez ingerencję w replikację w procesie komórkowym. Ponieważ może również uszkadzać prawidłowe komórki, może powodować skutki uboczne.

### **Jak podaje się gemcytabinę?**

Gemcytabinę otrzymasz w szpitalu na oddziale chemioterapii. Gemcytabina jest podawana dożylnie przez wkłucie. Wkłucie zostanie usunięta po otrzymaniu gemcytabiny. Lekarz prowadzący na podstawie wielu czynników (m.in. wzrost, waga, wiek, ogólny stan zdrowia oraz obecność chorób podstawowych) zdecyduje o dokładnej dawce gemcytabiny. Gemcytabina nie dostępna w postaci, którą można przyjmować doustnie.

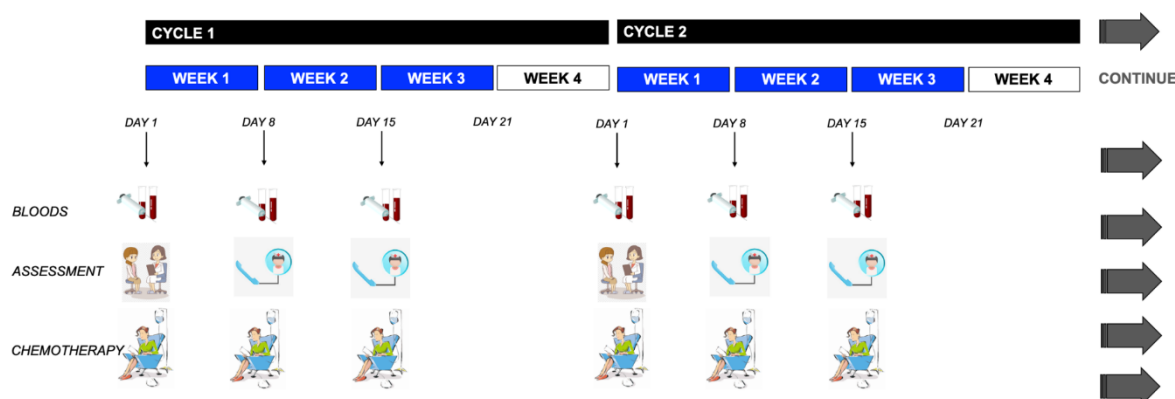
### **Harmonogram leczenia gemcytabiną**

Standardowy harmonogram podawania gemcytabiny odbywa się w czterotygodniowym cyklu, obejmującym jeden dzień chemioterapii w tygodniu przez trzy tygodnie (DZIEŃ 1, DZIEŃ 8 i DZIEŃ 15) a następnie tydzień odpoczynku.

Przed każdą sesją chemioterapii będziesz mieć wykonane badania krwi, a Twój 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 dawkę specjalnie dla Ciebie.

Przed przystąpieniem do podawania chemioterapii pierwszego dnia pierwszego tygodnia każdego cyklu chemioterapii przyjedziesz do szpitala na spotkanie z lekarzem w celu oceny stanu twojego zdrowia, w tym wykonania badań krwi. W dniu 8 drugiego tygodnia i 15 dniu trzeciego tygodnia będziesz musiał powtórzyć badanie 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.

### ***Gemcitabine cycle: 3 weeks on, 1 week off***



### ***Czas trwania leczenia gemcytabiną***

Lekarz omówi z Tobą czas trwania leczenia. Generalnie każdy cykl leczenia gemcytabiną potrwa miesiąc (4 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 gemcytabiną?***

Podczas terapii gemcytabiną mogą wystąpić skutki uboczne, ale również możesz nie doświadczyć żadnego z nich. Nie oznacza to, że leczenie nie działa; nie ma związku między obecnością lub nasileniem działań niepożądanych a skuteczność leku.

Niektóre ze skutków ubocznych mogą się pojawić, jednak jest mało prawdopodobne, aby wystąpiły wszystkie na raz. Pamiętaj, że skutki uboczne są często przewidywalne pod względem ich początku, czasu trwania i dotkliwości; prawie zawsze są odwracalne i powinny całkowicie zniknąć po leczeniu.

Podobnie jak w przypadku wielu innych leków stosowanych w chemioterapii, gemcytabina zabija komórki nowotworowe ze względu na jej zdolność do zatrzymania podziału i proliferacji komórek. Niestety leki stosowane w chemioterapii nie są w stanie rozpoznać/ zróżnicować komórek rakowych z komórkami prawidłowymi. W związku z tym chemioterapia zabije 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 te prawidłowe komórki odrosną. 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 często wpływa na zmniejszenie liczby 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

*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*

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 i musisz skontaktować się z lekarzem w Twoim szpitalu, jeśli wystąpi którykolwiek z poniższych objawów:

- Wzrost temperatury ciała powyżej 38°C, pomimo stosowania paracetamolu
- Nagle 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 rozwinięsz postać ciężką 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 wspomaganie krzepnięcia krwi. Jeśli liczba płytek krwi jest zbyt niska (nazywa się to małopłytkowością), nie możesz otrzymać chemioterapii, a lekarz opóźni leczenie na krótki czas do czasu 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:** na ogół łagodne, czasami z towarzyszącymi wymiotami. Zwykle są dobrze kontrolowane przez leki przeciwwymiotne. Możesz tego doświadczyć od kilku godzin do kilku dni po zabiegu.

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

**Słaby apetyt:** nie martw się, jeśli nie jesz za wiele przez dzień lub dwa.

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

### **Niektóre mniej powszechne działania niepożądane**

**Zaparcia:** pomocne może być spożywanie pokarmów bogatych w błonnik (warzywa, owoce, pełnoziarnisty chleb) i picie co najmniej 2 litrów wody. Skorzystaj ze środków przeczyszczających, jeśli zaparcie trwa dłużej niż dwa lub trzy dni.

**Biegunka:** powinieneś skontaktować się ze swoim lekarzem, jeśli masz 4 lub więcej luźnych stolców na dobę. Twój lekarz poda Ci leki przeciwbiegunkowe. Pamiętaj o spożywaniu dużej ilości wody, aby się nie odwodnić. 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.

**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 zębów i płukaj trzy razy dziennie ½ do 1 łyżeczki sody oczyszczonej zmieszanej z wodą (lub zwykłym płynem do płukania ust). Wskazane jest unikanie kwaśnych pokarmów takie jak pomarańcze, cytryny i grejpfruty. Poinformuj lekarza lub pielęgniarkę, jeśli masz owrzodzenia, ponieważ mogą Ci pomóc w zapobieganiu lub leczeniu owrzodzeń jamy ustnej.

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

**Senność:** chemioterapia może powodować uczucie senności i zmęczenia. Jeśli czujesz się senny, nie należy prowadzić pojazdów ani obsługiwać maszyn.

**Ból głowy:** możesz przyjmować środki przeciwbólowe, takie jak paracetamol.

**Trudności ze snem:** możesz przyjmować tabletki nasenne, jeśli ich potrzebujesz.

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

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

### ***Leki wspomagające kontrolowanie skutków ubocznych***

Pamiętaj, aby poinformować lekarza o wszelkich skutkach ubocznych; istnieją leki umożliwiające zmniejszenie działań niepożądanych.

### ***Czy powinienem nadal brać lek, które przyjmuję na stałe?***

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

### ***Czy mogę otrzymać szczepienie przeciw grypie?***

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

### ***Wskazówki w trakcie leczenia***

- Pij dużo płynów (co najmniej 2 litry dziennie), aby chronić nerki.
- Dobrze się odżywiaj. Częste jedzenie małych posiłków może pomóc w zmniejszeniu nudności. Powinieneś unikać tłustych lub smażonych potraw. Jeśli potrzebujesz, możesz wziąć leki przeciwwymiotne.
- Do golenia używaj maszynki elektrycznej i miękkiej szczoteczki do mycia zębów, aby zminimalizować ryzyko krwawienia.
- Unikaj ekspozycji na słońce. Stosuj filtry przeciwsłoneczne SPF 15 (lub wyższy) i odzież ochronną.

- Możesz odczuwać senność lub zawroty głowy; unikaj prowadzenia pojazdów lub angażowania się w zadania, które wymagają refleksu do czasu poznania odpowiedzi na gemcytabinę.
- Dużo odpoczywaj.
- Trzymaj w domu leki, których możesz potrzebować, aby móc usmierzyć objawy.
- Przed rozpoczęciem chemioterapii poinformuj lekarza o wszelkich przyjmowanych lekach. Czasami działania niepożądane mogą być związane z lekami, a nie z chemioterapią.
- Jeśli objawy są poważne lub nie ustępują po 24 godzinach, skontaktuj się 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 gemcytabiny.
- 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/>