

คำแนะนำสำหรับผู้ที่ได้รับเคมีบำบัดชนิดรับประทาน เคพไซทาบิน (Capecitabine) สำหรับมะเร็งท่อน้ำดี

หากแพทย์แนะนำให้ใช้ยาเคพไซทาบิน เพื่อรักษามะเร็ง ต่อไปนี้คือข้อมูลสำคัญบางประการและประเด็นต่างๆ ที่เกี่ยวกับยานี้

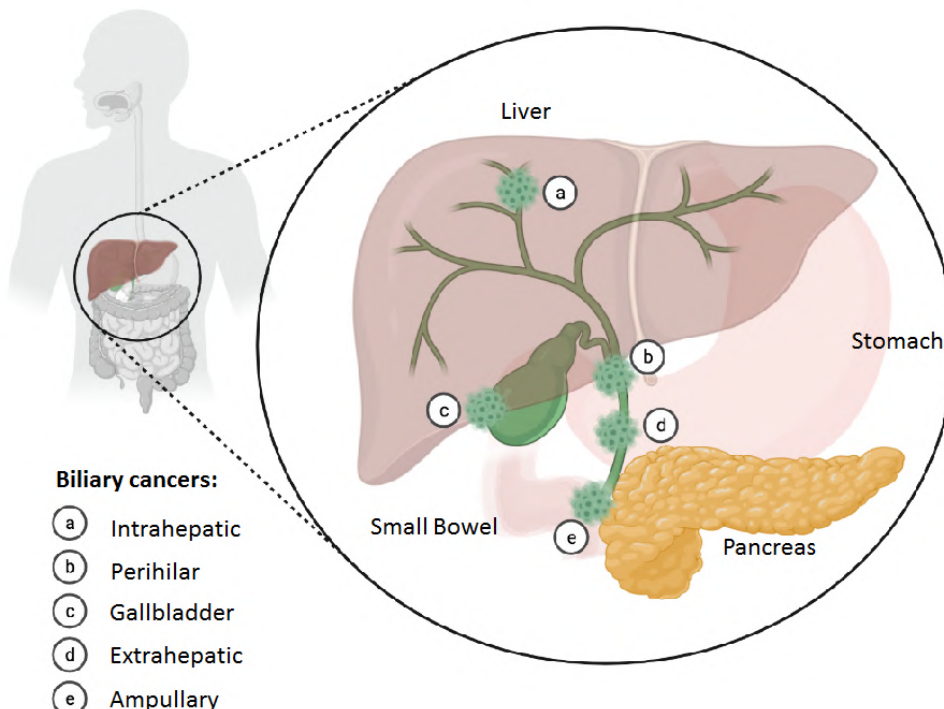
มะเร็งในทางเดินน้ำดี Biliary tract cancer

มะเร็งในทางเดินน้ำดีก่อตัวจากเซลล์ (ชื่อว่า cholangiocytes) ซึ่งปกติเป็นเซลล์ที่ประกอบขึ้นเป็นเยื่อในกระเพาะน้ำดี (ส่วนที่เป็นสีเขียวในภาพด้านล่าง) ท่อน้ำดีเป็นท่อนขนาดเล็กที่ส่งน้ำดีซึ่งใช้ในการย่อยอาหารจากตับและถุงน้ำดีไปสู่ลำไส้เล็ก

มะเร็งในทางเดินน้ำดี ได้แก่ มะเร็งท่อน้ำดี มะเร็งถุงน้ำดี และมะเร็งกระเพาะปัสสาวะส่วนปลายท่อน้ำดีร่วม

- มะเร็งท่อน้ำดี (Cholangiocarcinoma)**- ซึ่งเรียกอีกอย่างว่า bile duct cancer มะเร็งชนิดนี้แบ่งได้เป็น 3 ประเภท ขึ้นอยู่กับว่าเกิดที่ใดภายในท่อน้ำดี:
 - **มะเร็งท่อน้ำดีในตับ intrahepatic cholangiocarcinoma** – เมื่อมะเร็งก่อตัวขึ้นในท่อน้ำดีภายในตับ
 - **มะเร็งท่อน้ำดีขั้วตับ perihilar cholangiocarcinoma** - เมื่อมะเร็งก่อตัวในท่อน้ำดีที่ขั้วตับ
 - **มะเร็งท่อน้ำดีส่วนปลาย/มะเร็งท่อน้ำดีนอกตับ distal/extrahepatic cholangiocarcinoma** - เมื่อมะเร็งก่อตัวในท่อน้ำดีที่ยาวออกไปจากด้านนอกตับ
- มะเร็งถุงน้ำดี (Gallbladder cancer)** เกิดขึ้นในเยื่อถุงน้ำดี
- มะเร็งกระเพาะปัสสาวะส่วนปลายท่อน้ำดีร่วม (Ampullary cancer)** เกิดขึ้นที่รอยต่อระหว่างท่อน้ำดีกับลำไส้เล็ก

ท่านจะได้รับเอกสารนี้เมื่อท่านได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งทางเดินน้ำดี ผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้องอกวิทยาที่ดูแลท่านอยู่จะอธิบายให้เข้าใจว่าท่านเป็นมะเร็งทางเดินน้ำดีชนิดใดและครอบครัวควรมองไปจนถึงส่วนใด



ยาเคพไซทาบิน (Capecitabine) คืออะไร

เคพไซทาบิน (Capecitabine) เป็นยาเคมีบำบัดที่ฆ่าเซลล์เนื้องอกโดยเข้าไปรบกวนกระบวนการจำลองเซลล์ (การสร้างเซลล์ที่มีลักษณะเหมือนกัน) อย่างไรก็ตาม เนื่องจากตัวยานี้สามารถทำลายเซลล์ปกติได้เช่นกัน จึงอาจทำให้เกิดผลข้างเคียงบางอย่างได้

วิธีให้ยาเคพไซทาบิน

ยาเคพไซทาบินเป็นยาชนิดรับประทาน (ทางปาก) มีลักษณะเป็นเม็ด ผู้ป่วยจะได้รับยาเม็ดเคพไซทาบินจากเภสัชกรของโรงพยาบาลในตอนเริ่มต้นของรอบเคมีบำบัดแต่ละรอบ ผู้ป่วยจะรับประทานยานี้ที่บ้านติดต่อกันเป็นเวลา 2 สัปดาห์ ปกติมักจะได้รับคำแนะนำให้รับประทานยานี้วันละ 2 ครั้ง ในตอนเช้าและตอนเย็น

ช่วงเว้นระยะรับประทานยาที่เหมาะสมที่สุดคือทุกๆ 12 ชั่วโมง แต่ผู้ป่วยอาจรับประทานยาเม็ดทุก 10 หรือ 11 ชั่วโมง หากพบว่าเหมาะสมกว่า (แต่ไม่ควรเว้นระยะต่ำกว่า 8 ชั่วโมง)

เมื่อรับประทานยาต้องดื่มน้ำมากๆ และต้องไม่เกิน 30 นาทีหลังอาหาร (รับประทานของว่างขนมขบเคี้ยวก็ได้หากผู้ป่วยไม่สามารถรับประทานอาหารที่เหมาะสมได้) ตามหลักการแล้วยาเม็ดเหล่านี้ควรกลืนโดยไม่เคี้ยวหรือบด แต่ถ้าผู้ป่วยมีปัญหาในการกลืนอาจละลายยาในน้ำได้ หากลืมทานยา ให้ข้ามมื้อที่ลืมไปและรับประทานยาครั้งต่อไปตามตารางปกติ ห้ามรับประทานสองโดสในเวลาเดียวกันหรือเพิ่มโดส

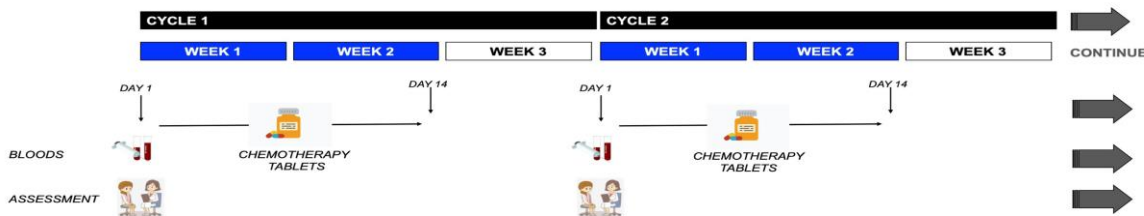
แพทย์ของผู้ป่วยจะเป็นผู้กำหนดปริมาณยาเคพไซทาบินที่เหมาะสมให้ผู้ป่วยโดยพิจารณาจากปัจจัยหลายประการ รวมถึงส่วนสูง น้ำหนัก อายุ สุขภาพโดยทั่วไป และภาวะแวดล้อม เภสัชกรจะแจ้งจำนวนเม็ดที่แน่นอนที่ผู้ป่วยต้องรับประทานในแต่ละครั้ง

กำหนดการรักษาด้วยยาเคพไซทาบิน

ผู้ป่วยจะได้รับ เคพไซทาบิน Capecitabine ในทุกรอบการรักษา กำหนดการมาตรฐานของการรักษาด้วยยาเคพไซทาบินเป็นไปตามรอบสามสัปดาห์ อันประกอบด้วยเคมีบำบัด (ซีโม) 14 วัน (ตั้งแต่วันที่ 1 ถึงวันที่ 14) ตามด้วยการพักผ่อนหนึ่งสัปดาห์ ในช่วงเริ่มต้นของแต่ละรอบของเคมีบำบัด ผู้ป่วยจะได้รับการประเมินโดยทีมเนื้องอกวิทยา ก่อนทำเคมีบำบัดแต่ละครั้ง ผู้ป่วยจะต้องตรวจเลือดและทีมเนื้องอกวิทยาจะตรวจสอบว่าผู้ป่วยสุขภาพสมบูรณ์เพียงพอที่จะทำรอบเคมีบำบัดหรือไม่ ดังนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้ป่วยจะต้องรายงานอาการและปัญหาใดๆ นับตั้งแต่การปรึกษาครั้งล่าสุด เพื่อให้สามารถปรับขนาดยา/ตารางและปรับเปลี่ยนให้เหมาะกับผู้ป่วยได้โดยเฉพาะ

ในวันที่ 1 ของสัปดาห์แรกของแต่ละรอบของการทำเคมีบำบัด ผู้ป่วยจะมาโรงพยาบาลเพื่อไปพบแพทย์/พยาบาลเพื่อทำการประเมินและรับยาเม็ด อย่างไรก็ตาม บางครั้งแพทย์อาจนัดให้ผู้ป่วยไปตรวจเลือดที่ห้องเวชปฏิบัติ หนึ่งวันก่อนนัดรับเคมีบำบัด และทีมสามารถประเมินผู้ป่วยทางโทรศัพท์โดยที่ผู้ป่วยไม่ต้องมาโรงพยาบาล ผู้ป่วยไม่จำเป็นต้องนอนค้างคืนที่โรงพยาบาล

รอบการรับยาเคพไซทาบิน : รับประทานยา 2 สัปดาห์, หยุดยา 1 สัปดาห์



รอบเคมีบำบัด 1			รอบเคมีบำบัด 2			
สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 2	สัปดาห์ที่ 3	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 2	สัปดาห์ที่ 3	รอบต่อไป
วันที่ 1	วันที่ 14		วันที่ 1	วันที่ 14		
รับประทานยาเคพไซทาบิน			รับประทานยาเคพไซทาบิน			
เลือด						
ประเมิน						

ระยะเวลาในการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด

แพทย์จะคุยกับผู้ป่วยเรื่องระยะเวลา โดยทั่วไป รอบการรับยาเคมีบำบัด 6-8 รอบ แต่จะรอบจะนานสามสัปดาห์ หากผู้ป่วยทนต่อการรักษาได้ดี ผู้ป่วยจะได้รับยาเคมีบำบัดอย่างน้อย 8 รอบ (ประมาณหกเดือน)

ผลข้างเคียงของการรักษาด้วยยาเคมีบำบัดมีอะไรบ้าง

มีผลข้างเคียงที่ทราบจากการรักษานี้ แต่ผู้ป่วยอาจไม่เกิดอาการเหล่านี้ ซึ่งก็ไม่ได้หมายความว่า การรักษาไม่ได้ผล ผู้ป่วยอาจได้รับผลข้างเคียงบางอย่าง แต่ไม่แน่ใจว่าจะเกิดขึ้นทั้งหมด จำไว้ว่าเราสังเกตอาการจากผลข้างเคียงได้ตั้งแต่เริ่มมีอาการ ระยะเวลา และความรุนแรง อาการเหล่านี้สามารถเกิดขึ้นกลับไปกลับมาได้เกือบตลอดเวลา และควรหายไปโดยสิ้นเชิงหลังการรักษา

เช่นเดียวกับยาเคมีบำบัดอื่นๆ เคมีบำบัดฆ่าเซลล์มะเร็งเพราะยานี้สามารถหยุดการแบ่งตัวและการเพิ่มจำนวนของเซลล์ แต่กระนั้น ยาเคมีบำบัดก็ไม่สามารถแยกแยะความแตกต่างระหว่างเซลล์มะเร็งและเซลล์ปกติได้ ดังนั้น เคมีบำบัดจะฆ่าเซลล์ปกติที่แบ่งตัวอย่างรวดเร็ว เช่น เซลล์เม็ดเลือด เซลล์ในปาก กระเพาะอาหาร ลำไส้ และส่วนอื่นๆ ซึ่งเป็นสาเหตุของผลข้างเคียงบางอย่าง อย่างไรก็ตาม เมื่อการรักษาสิ้นสุดลงเซลล์ปกติเหล่านั้นจะกลับมาเติบโตและแข็งแรงเช่นเดิม

มียาหลายชนิดที่สามารถใช้ได้ระหว่างการทำเคมีบำบัดเพื่อช่วยควบคุมและลดผลกระทบจากผลข้างเคียงที่ผู้ป่วยอาจมี

ผลข้างเคียงที่พบบ่อยที่สุด

ความเป็นพิษต่อเม็ดเลือด Hematotoxicity: ผลข้างเคียงต่อเซลล์เม็ดเลือดของผู้ป่วยมีดังนี้

□ จำนวนเม็ดเลือดขาวต่ำและเสี่ยงต่อการติดเชื้อ

เคมีบำบัดทำให้เม็ดเลือดขาวลดจำนวนลง เนื่องจากช่วยต่อสู้กับการติดเชื้อ หากจำนวนเม็ดเลือดขาวของผู้ป่วยต่ำเกินไป (เรียกว่าภาวะนิวโทรพีเนีย neutropenia) ผู้ป่วยอาจเสี่ยงต่อการติดเชื้อ ช่วงนี้ สิ่งสำคัญคือต้องระมัดระวังและหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่อาจเพิ่มความเสี่ยงในการติดเชื้อ เช่น อยู่ในที่แออัดหรือสัมผัสกับผู้ที่ป่วยเป็นหวัด เนื่องจากจำนวนเซลล์เม็ดเลือดขาวมักจะลดลงเหลือน้อยที่สุดในระหว่างวันที่ 10 และวันที่ 14 ของแต่ละรอบของการทำเคมีบำบัด ดังนั้นในช่วงดังกล่าวจึงจำเป็นต้องหลีกเลี่ยงความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ

แพทย์จะตรวจเซลล์เม็ดเลือดขาวของผู้ป่วยทุกครั้งก่อนทำเคมีบำบัดแต่ละครั้ง จำนวนเซลล์สีขาวมักจะกลับมาเป็นปกติก่อนการรักษาครั้งต่อไป บางครั้งอาจพบว่า จำนวนต่ำเกินกว่าผู้ป่วยจะได้รับการรักษาตามกำหนด และแพทย์จะชะลอการรักษาไว้ก่อนเป็นเวลานานๆ จนกว่าจำนวนเซลล์จะกลับสู่ปกติ

เป็นเรื่องสำคัญมากที่ผู้ป่วยจะต้องตระหนักถึงสัญญาณและอาการของการติดเชื้อ และผู้ป่วยต้องติดต่อสายด่วนที่โรงพยาบาลที่รักษาอยู่หากมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่งต่อไปนี้:

- อุณหภูมิร่างกายของผู้ป่วยสูงกว่า 38°C (100.4°F) แม้จะใช้ยาพาราเซตามอล
- อยู่นๆ ผู้ป่วยก็รู้สึกสั่นสะท้านหรือไม่สบาย
- ผู้ป่วยมีอาการเจ็บคอ, ไอ, ท้องร่วง, ปัสสาวะบ่อยขึ้น

□ จำนวนเม็ดเลือดแดงต่ำ

เคมีบำบัดทำให้เซลล์เม็ดเลือดแดงลดจำนวนลงได้ บทบาทที่สำคัญที่สุดของเซลล์เม็ดเลือดแดงคือการนำออกซิเจนไปยังทุกส่วนของร่างกาย หากจำนวนเซลล์เม็ดเลือดแดงต่ำเกินไป (เรียกว่าโรคโลหิตจาง anaemia) ผู้ป่วยจะรู้สึกเหนื่อยและหายใจไม่ออก หากภาวะโลหิตจางของผู้ป่วยรุนแรง ผู้ป่วยจะต้องได้รับเลือด(Blood Transfusion)

□ จำนวนเกล็ดเลือดต่ำและเสี่ยงต่อการช้ำหรือเลือดออก

เคมีบำบัดทำให้เกล็ดเลือดลดจำนวนลงได้ เกล็ดเลือดมีประโยชน์ในการช่วยให้เลือดแข็งตัว หากจำนวนเกล็ดเลือดของผู้ป่วยต่ำเกินไป (เรียกว่าภาวะเกล็ดเลือดต่ำ thrombocytopenia) ผู้ป่วยจะไม่สามารถรับเคมีบำบัดได้ และแพทย์จะชะลอการรักษาเป็นเวลานานๆ จนกว่าจำนวนเกล็ดเลือดจะดีขึ้น หากมีรอยช้ำหรือมีเลือดออก เช่น เลือดกำเดา มีเลือดออกตามเหงือก จุดสีแดงหรือสีม่วงเล็กๆ บนผิวหนัง โปรดแจ้งให้แพทย์ทราบ

ท้องร่วง: ต้องติดต่อกับทีมรักษา หากมีอาการเหลว 4 ครั้งขึ้นไปใน 24 ชั่วโมง แพทย์จะให้ยาต้านอาการท้องร่วง อย่าลืมน้ำดื่มมากๆ เพื่อทดแทนของเหลวที่สูญเสียไปหากผู้ป่วยมีอาการท้องร่วงควรรับประทานอาหารที่มีกากใยต่ำและหลีกเลี่ยงผลไม้ดิบ น้ำผลไม้ ซีเรียล และผัก อาการจะดีขึ้นด้วยหากหลีกเลี่ยงแอลกอฮอล์ คาเฟอีน ผลิตภัณฑ์จากนม และอาหารที่มีไขมันสูง

โรคมือเท้า: มือหรือเท้าของผู้ป่วยอาจเป็นสีแดง เจ็บ แห้ง หรือบวม คล้ายกับการถูกแดดเผา ผิวหนังบนฝ่ามือและฝ่าเท้าอาจเริ่มลอก โดยทั่วไปในลักษณะที่ไม่รุนแรงและแทบไม่เกิดขึ้นในสองสัปดาห์หลังเริ่มการรักษา อาจมีอาการชาหรือรู้สึกเสียวซ่าที่มือหรือเท้า แพทย์จะคุยกับผู้ป่วยเกี่ยวกับอาการและดูว่าอาการดังกล่าวรบกวนการใช้ชีวิตประจำวันของผู้ป่วยเพียงใด อาการมือเท้าเท้าอาจทำให้ต้องลดขนาดยา และบางครั้ง เมื่อการเปลี่ยนแปลงของผิวหนังรุนแรงขึ้น อาจต้องหยุดการรักษา ลดการเกิดโรคมือเท้าได้ด้วยการป้องกันที่ดี ให้อาบน้ำและเท้าโดยทำตามคำแนะนำในหัวข้อ “เคล็ดลับระหว่างการรักษา” ด้านล่าง

ร้อนในและแผลในปาก: ควรแปรงฟันหลังรับประทานอาหารทุกครั้งเพื่อหลีกเลี่ยงไม่ให้เชื้อโรคเติบโต เพื่อป้องกันหรือช่วยรักษาแผลในปาก ให้ใช้แปรงสีฟันขนนุ่มและบ้วนปากวันละ 3 ครั้งโดยใช้เบกกิ้งโซดา 1/2 ถึง 1 ช้อนชาผสมน้ำ (หรือน้ำยาบ้วนปากทั่วไป) ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่เป็นกรด เช่น ส้ม มะนาว และเกรปฟรุต แจ้งให้แพทย์หรือพยาบาลทราบหากมีแผลพุพอง เนื่องจากอาจช่วยป้องกันหรือรักษาแผลในปากได้

เอนไซม์ตับสูง: หากผู้ป่วยมีทรานสอะมิเนสสูง (โปรตีนที่สร้างโดยตับ) เป็นอาการที่สังเกตได้ยากไม่ว่าจะจากการทำกิจกรรมหรือระดับการใช้พลังงาน แพทย์จะเป็นผู้ตรวจพบในการตรวจเลือดและจะตัดสินใจว่าจะปรับขนาดยาเคมีบำบัดหรือไม่

ความอ่อนเพลีย: ผลข้างเคียงที่พบบ่อยมาก ซึ่งอาจเพิ่มขึ้นในระหว่างการรักษา

ความเบื่ออาหาร: ไม่ต้องกังวลหากรับประทานอาหารไม่ลง 1 หรือ 2 วัน

การแข็งตัวของเลือด: ติดต่อยาตัวหากขาบวม แดง และเจ็บ หรือหากผู้ป่วยมีอาการหายใจลำบาก

ผลข้างเคียงบางประการที่พบน้อย

อาการคล้ายไข้หวัดใหญ่: ผู้ป่วยอาจพบอาการเหล่านี้ในระหว่างการรักษาด้วยเคมีบำบัดหรือหลังจากนั้นไม่นาน:

- ไข้หรือร้อนสลับหนาว หรือสั่นสั่น
- ไข้
- ปวดศีรษะ
- เจ็บกล้ามเนื้อ
- เพลีย

คลื่นไส้: บางครั้งมีอาการอาเจียนร่วมด้วย แต่มักควบคุมได้ดีด้วยยาแก้ปวดลดไข้ (ยาฉีดและยาเม็ด) ผู้ป่วยสามารถรู้สึกได้ตั้งแต่สองสามชั่วโมงแรกจนถึงสองสามวันหลังการรักษา ผู้ป่วยจำเป็นต้องใช้ยาแก้ปวดลดไข้แม้ว่าผู้ป่วยจะไม่รู้สึกป่วยก็ตาม เพราะการป้องกันการเจ็บป่วยง่ายกว่าการรักษาเมื่อเริ่มป่วยแล้ว ติดต่อยาหรือพยาบาลที่รักษาโดยทันทีหากผู้ป่วยรู้สึกไม่สบายมากกว่าหนึ่งครั้งในหนึ่งวัน

ปวดท้อง: มีอาการปวดเมื่อยหรือตะคริวร่วมกับท้องอืดได้ อาการนี้มักเกี่ยวข้องกับเคมีบำบัด หากมีอาการปวดรุนแรงเรื้อรังให้ติดต่อแพทย์

อาการท้องผูก: การรับประทานอาหารที่มีเส้นใยสูง (ผัก ผลไม้ ขนมปังโฮลเมิล) และการดื่มน้ำอย่างน้อย 2 ลิตรสามารถช่วยได้ อาจต้อง
ใช้ยาระบายหากมีอาการนานกว่า 2-3 วัน

ปวดหัว: หากมีอาการ อาจรับประทานยาแก้ปวด เช่น พาราเซตามอล

การสะสมของของเหลว: อาจน้ำหนักเพิ่มและบวมหรือข้อเท้าหรือขาอาจบวม วางขาบนเบาะรองอาจช่วยได้ อาการบวมจะดีขึ้น
หลังจากการรักษาสิ้นสุดลง

นอนหลับยาก: สามารถทานยานอนหลับได้หากต้องการ

อาการง่วงนอน: เคมีบำบัดอาจทำให้รู้สึกอยากนอนมากๆ (ง่วงซึม) และเพลีย หากรู้สึกง่วงนอนมาก ห้ามขับรถหรือใช้เครื่องจักร

ผมร่วง: ผมอาจบางลง แต่ก็ไม่น่าจะเป็นอาการผมร่วง

การเปลี่ยนแปลงของผิวหนัง: ผิวหนังอาจแห้งหรือมีผื่นขึ้น

ยาที่ช่วยควบคุมผลข้างเคียง

อย่าลืมแจ้งให้แพทย์ทราบถึงผลข้างเคียง มียาที่ใช้ควบคุมอาการได้

ฉันควรทานยาตามปกติต่อไปหรือไม่

ควรผู้ป่วยต้องใช้ยาตามปกติต่อไปโปรดรายงานต่อทีมเนื่องกวิตยาเรื่องยาทั้งหมดที่ผู้ป่วยกำลังใช้อยู่เพื่อให้ทีมสามารถให้คำแนะนำได้

ฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ได้ไหม

ได้ แนะนำให้ฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ก่อนเริ่มทำเคมีบำบัด หากผู้ป่วยได้เริ่มทำเคมีบำบัดแล้ว โปรดสอบถามแพทย์ผู้ที่สามารถให้คำแนะนำ
เกี่ยวกับช่วงเวลาที่เหมาะสมที่สุดในการฉีดวัคซีนได้

เคล็ดลับระหว่างการรักษา

- ดื่มน้ำมาก ๆ (อย่างน้อย 2 ลิตรต่อวัน) เพื่อป้องกันไต
- มีโภชนาการที่ดี การรับประทานอาหารมื้อเล็ก ๆ น้อย ๆ อาจช่วยลดอาการคลื่นไส้ได้ ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันหรือของทอด
สามารถใส่ยาแก้ปวดลดไข้ได้หากจำเป็น
- ใช้มิถิลโกนไฟฟ้าเมื่อโกนหนวดและแปรงสีฟันขนนุ่มเพื่อลดเลือดออก
- หลีกเลี่ยงแสงแดด ทาครีมกันแดด SPF 15 (หรือสูงกว่า) และเสื้อผ้าที่ใช้ป้องกันแดด
- ผู้ป่วยอาจมีอาการง่วงซึมหรือเวียนศีรษะ; หลีกเลี่ยงการขับรถหรือมีส่วนร่วมในงานที่ต้องอาศัยความตื่นตัวจนกว่าจะทราบว่าการ
ตอบสนองต่อยาเคฟไซทาปีนเป็นอย่างไร
- พักผ่อนให้เพียงพอ
- เพื่อป้องกันโรคมือเท้า:
 - ลดแรงเสียดทาน แรงกด และความร้อนที่มือและเท้าของผู้ป่วย
 - หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับน้ำร้อนเป็นเวลานาน เช่น ล้างจาน อาบน้ำเป็นเวลานาน หรืออาบน้ำในอ่าง
 - ห้ามใช้ถุงมือล้างจานเพราะจะทำให้ผิวหนังมืออุ่น
 - หลีกเลี่ยงการเดินหรือกระโดดไกลเพื่อลดการหลุดลอกของผิวหนังบริเวณฝ่าเท้า
 - อย่าใช้เครื่องมือทำสวน/ของใช้ในครัวเรือนที่บีบมือของผู้ป่วยบนพื้นผิวที่แข็ง
 - หลีกเลี่ยงการทำโลชั่นบนมือและเท้า แต่ควรให้ผิวหนังชุ่มชื้น

- เพื่อช่วยลดอาการ ผู้ป่วยสามารถใช้ครีมบำรุงผิว emollient และยาแก้ปวดเพื่อบรรเทาอาการได้ปรึกษาแพทย์เพื่อหายาที่ดีที่สุด
- มียาที่ผู้ป่วยอาจต้องใช้ไว้ที่บ้านเพื่อช่วยควบคุมอาการ
- ก่อนเริ่มทำเคมีบำบัด แจ้งให้แพทย์ทราบเกี่ยวกับยาที่ผู้ป่วยกำลังใช้อยู่ บางครั้งผลข้างเคียงอาจเกี่ยวข้องกับยาของผู้ป่วย ไม่ใช่กับเคมีบำบัด
- หากอาการของผู้ป่วยรุนแรงหรือไม่ดีขึ้นหลังจากผ่านไป 24 ชั่วโมง อยาลังเลที่จะติดต่อโรงพยาบาล
- ใส่ใจกับอาการของลิ้มเลือด: ปวด แดง บวมที่แขนหรือขา หอบหรือเจ็บหน้าอก หากผู้ป่วยมีอาการเหล่านี้โปรดติดต่อแพทย์
- ห้ามรับการฉีดวัคซีนใดๆ โดยไม่ได้รับอนุญาตจากแพทย์ขณะทำเคมีบำบัด
- หากผู้ป่วยเป็นผู้หญิงในวัยเจริญพันธุ์:
 - แจ้งแพทย์หากผู้ป่วยกำลังตั้งครรภ์หรืออาจจะตั้งครรภ์ก่อนเริ่มการรักษา
 - หลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์ระหว่างทำเคมีบำบัด
 - ห้ามให้นมขณะทำเคมีบำบัด

เมื่อใดควรติดต่อโรงพยาบาล

หากอาการรุนแรงหรือไม่ดีขึ้นหลังจากผ่านไป 24 ชั่วโมง ติดต่อโรงพยาบาลทันที

ติดต่อฉุกเฉินของโรงพยาบาล:

ฉันสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ไหน

หากผู้ป่วยต้องการข้อมูลเพิ่มเติมในเรื่องนี้ ผู้ป่วยสามารถไปที่เว็บไซต์ ESMO เว็บไซต์สำหรับมะเร็งทางเดินน้ำดี: คู่มือสำหรับผู้ป่วย (Biliary tract cancer: Guide for Patients) และบนเว็บไซต์ AMMF The Cholangiocarcinoma Charity ผู้ป่วยสามารถค้นหาลิงค์ที่เกี่ยวข้องด้านล่าง:

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

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