

Poradnik dla pacjenta



Kliniki Nowotworów Układu Chłonnego

Narodowy Instytut Onkologii
ul. W. K. Roentgena 5, 02-781 Warszawa

Poradnik dla pacjenta

Kliniki Nowotworów

Układu Chłonnego

Układ chłonny jest częścią układu odpornościowego, broniącego organizm między innymi przed infekcjami. Chłoniaki są najczęstszymi chorobami nowotworowymi układu odpornościowego. Chłoniak to nowotwór ale nie rak i w większości przypadków jest chorobą uleczalną. We wczesnym stadium chłoniak może nie dawać widocznych znaków. Często objawy przypominają przeziębienie, jednak najbardziej charakterystyczne są powiększone węzły chłonne całego ciała. Możemy rozróżnić poniższe rodzaje chłoniaków:

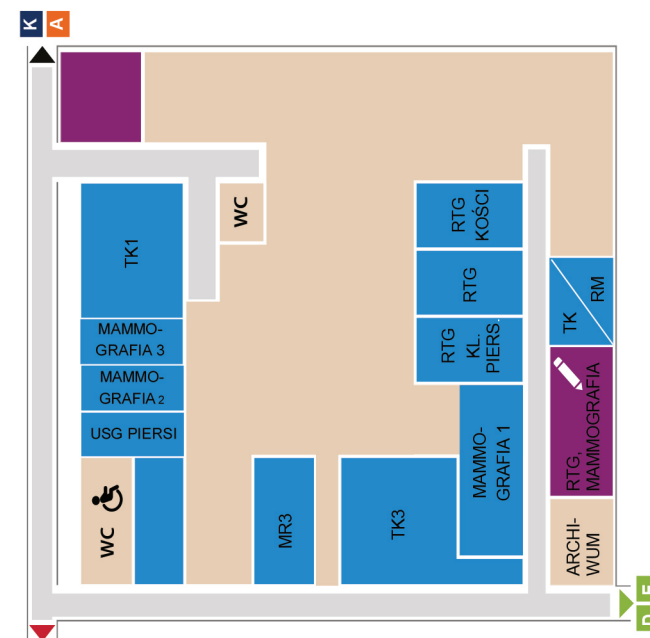
- o „agresywnym” przebiegu klinicznym;
- o „małej” dynamice klinicznej;
- chłoniaki o niepewnym rokowaniu.

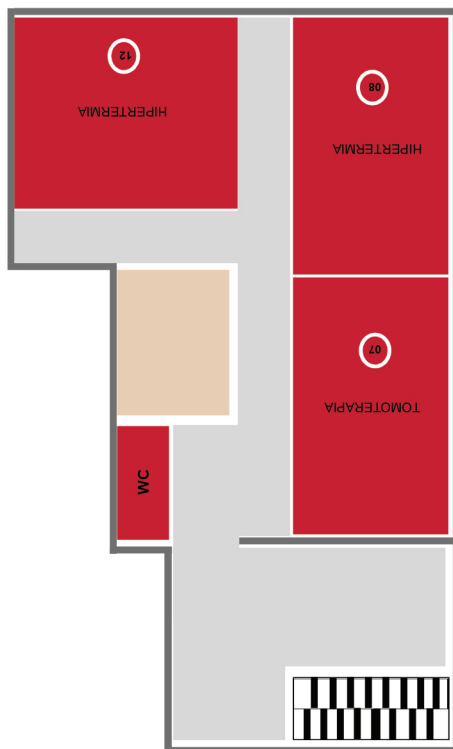
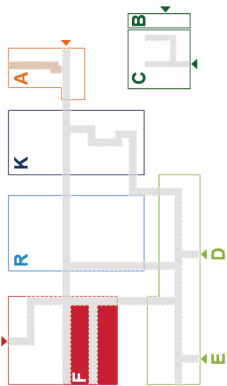
Potwierdzić lub wykluczyć rozpoznanie chłoniaka może tylko lekarz.

Świadczenia w zakresie kompleksowej opieki onkologicznej realizowane są w ramach trzech modułów obejmujących:

- Diagnostykę** – wstępną i poszerzoną realizowaną w trybie ambulatoryjnym i hospitalizacji, w tym diagnostykę patomorfologiczną i molekularną,
- Leczenie** – chirurgiczne, systemowe (chemioterapia, immunoterapia, w tym leczenie ukierunkowane molekularnie), radioterapię - realizowane odpowiednio w trybie hospitalizacji, leczenia jednego dnia i ambulatoryjnym,
- Monitorowanie** – ocena skuteczności leczenia i toksyczności terapii.

e-mail: koordynatorzycoi@nio.gov.pl





DIAGNOSTYKA BADANIA KRWI

Podstawowymi badaniami wykrywającymi chłoniaka są morfologia krwi i oraz oznaczenie enzymu LDH (charakterystycznego dla chłoniaków). Ponadto zazwyczaj są również oznaczone enzymy wątrobowe, mocznik, kreatynina i poziom cukru.

Ogólne zasady pobierania próbek krwi żyłnej:

- w warunkach standardowych krew do badań laboratoryjnych należy oddawać: w godzinach rannych i/lub przedpołudniowych, chyba że lekarz zaleci inaczej,
- przy zachowaniu dotychczasowej diety, chyba że lekarz zaleci inaczej,
- przed zażyciem porannej dawki leków, chyba że lekarz zaleci inaczej.

Na kilka dni przed planowanym oddaniem próbki krwi nie należy:

- spożywać alkoholu i innych używek,
- wykonywać znacznego wysiłku fizycznego.

W dzień przed pobraniem próbki krwi należy unikać obfitych i tłustych posiłków (wskazana ok. 8 – 10 godzinna nocna przerwa w spożywaniu posiłków).

Rano, przed pobraniem krwi, wskazane jest wypicie niewielkiej ilości czystej wody. Tuż przed pobraniem próbki krwi należy unikać większego wysiłku i/lub stresu, nie palić (zaleca się ok. 15 min. odpoczynek w pozycji siedzącej).

UWAGA: Jeśli warunki pobrania krwi żyłnej nie spełniają powyższych warunków pobrania standardowego, odpowiednią informację należy przekazać osobie pobierającej i/lub przyjmującej materiał do badań.

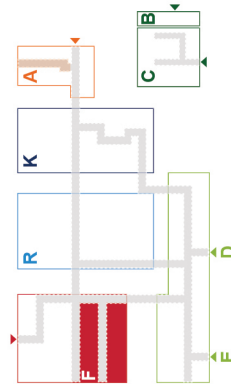


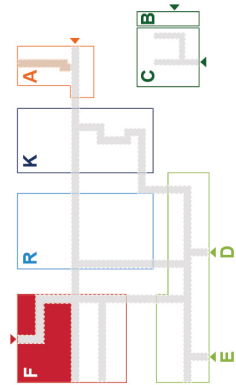
BADANIA OBRAZOWE

PET/CT – (pozytonowa tomografia emisyjna połączona z tomografią komputerową) pozwala na szybkie i dokładne zbadanie całego ciała pacjenta. Jest to jedna z najnowszych metod diagnostycznych. Skojarzenie metod PET (obrazującego aktywność procesów życiowych) i CT (obrazy anatomiczne) umożliwia wykrywanie patologii na poziomie drobnych zmian co ma szczególne znaczenie dla identyfikacji zmian nowotworowych. Jest to standardowe badanie przy nowotworach układu chłonnego, pozwalające ocenić stan zaawansowania choroby. Do wykonania tego badania konieczne jest podanie izotopu (w przypadku chłoniaków najczęściej stosuje się znakowaną radioaktywnie glukozę). Należy pamiętać, że badanie wykonuje się na czczo.

Przygotowanie do badania:

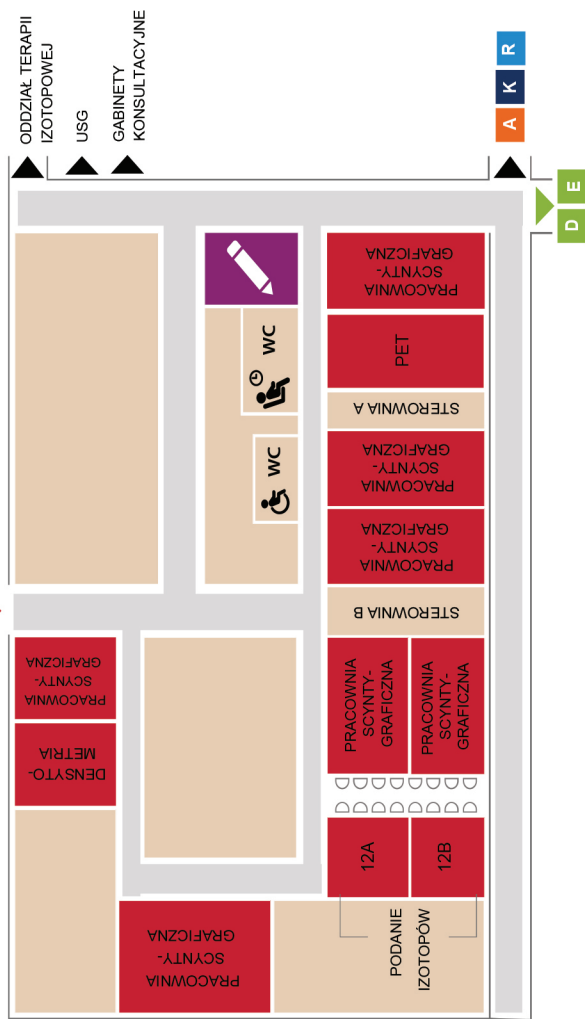
- w dniu badania pacjent zgłasza się ze skierowaniem do Rejestracji Kliniki Endokrynologii Onkologicznej i Medycyny Nuklearnej na ustaloną godzinę, (o ile nie było wcześniej dostarczone) i aktualną dokumentacją medyczną.
- na 5 godzin przed zgłoszeniem się na badanie pacjent pozostaje na czczo, dozwolone jest picie tylko niegazowanej wody mineralnej.
- w dniu poprzedzającym badanie nie wolno palić papierosów, pić napojów słodzonych, gazowanych i zawierających kofeinę (np. kawy, coli, herbaty itp.), wskazane jest picie wody mineralnej.
- w dniu poprzedzającym badanie należy unikać znacznego wysiłku fizycznego.
- w dniu badania pacjent powinien zażyć leki, które przyjmuje na stałe (lub mieć je przy sobie).
- na badanie należy zarezerwować około 3 do 5 godzin, z uwagi na dostawy izotopu z zewnątrz i inne okoliczności – sama procedura badania trwa 1,5 do 2h.
- u pacjentek w wieku rozrodczym istnieje możliwość wykonania testu ciążowego.
- w trakcie badania pacjent nie może mieć przy sobie metalowych przedmiotów (biżuterii, protez wyjmowanych, usztywnianych biustonoszy, kłamek, klamry pasków, spinek, zapinek, monet).
- przez 6 godzin po badaniu należy unikać kontaktu z dziećmi i kobietami w ciąży.
- wynik badania zostanie przekazany lekarzowi kierującemu.





- WERSJA 0
- LEGENDA**
- POZOSTAŁE
 - REJESTRACJA
 - POCZEKALNIA
 - SZLAK KOMUNIKACYJNY

**F PIĘTRO 0
MEDYCYNĄ NUKLEARNA**



USG – Metoda obrazowania narządów i tkanek ustroju ludzkiego przy pomocy niesłyszalnej dla ludzi fali ultradźwiękowej. Urządzenie wysyła fale dźwiękowe, które odbijają się od struktur wewnętrznych jak echo, a komputer na tej podstawie tworzy obraz. Badanie to pozwala na ocenę kształtu, wielkości i położenia narządu oraz przestrzeni anatomicznej, a także powierzchni i wnętrza tych narządów. Z oceny badanego narządu można wysunąć wnioski diagnostyczne dotyczące charakteru zmiany nowotworowej, sugerować proces łagodny, czy złośliwy. Ultrasonografia jest zupełnie nieszkodliwa, można ją bez obaw proponować np. kobietom w ciąży, czy często ją powtarzać.

Przygotowanie do badania:

- w dniu badania pacjent zgłasza się ze skierowaniem od lekarza prowadzącego do budynku głównego (Wejście A) II piętro, gabinet USG.
- ultrasonografię jamy brzusznej należy wykonywać na czczo.
- dzień przed wykonaniem badania zaleca się dietę lekkostrawną z wyłączeniem warzyw, owoców, ciemnego pieczywa oraz ziaren. Ponadto wskazane jest przyjmowanie Espumisanu 3×2 kapsułki w celu usunięcia nadmiaru gazów z przewodu pokarmowego, chyba, że lekarz zaleci inaczej.
- minimum 6 godzin przed badaniem nie należy spożywać żadnych pokarmów, pić płynów gazowanych i słodzonych (można pić wodę niegazowaną), palić tytoniu, żuć gumy, jeść cukierków itp.
- lekarzowi wykonującemu badanie należy przedstawić wyniki wcześniej wykonanych badań USG i innych badań obrazowych.

RTG – Dzięki wykorzystaniu zjawisk fizycznych takich jak promieniowanie rentgenowskie można ustalić stopień zaawansowania klinicznego przed rozpoczęciem terapii oraz ocenić reakcję na leczenie.

PRZYGOTOWANIE DO BADAŃ RTG

Zdjęcie przeglądowe jamy brzusznej

- w dniu poprzedzającym badanie pacjent powinien przyjąć wieczorem środek redukujący gazy jelitowe, na badanie zgłosić się na czczo.

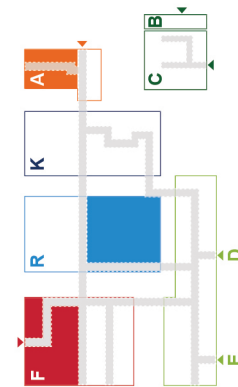
Badanie górnego odcinka przewodu pokarmowego (żołądek, pasaż)

- pacjent do badania zgłasza się na czczo.

Badanie RTG miednicy

- w przeddzień badania wieczorem zażyć środek redukujący gazy jelitowe.
- w dniu badania można zjeść lekkie śniadanie.

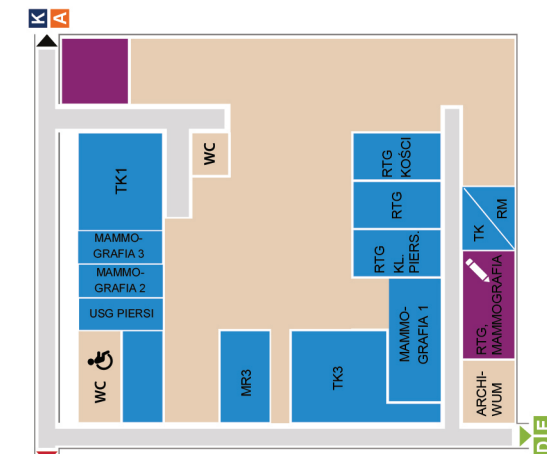
Badania RTG pozostałych narządów nie wymagają przygotowania.



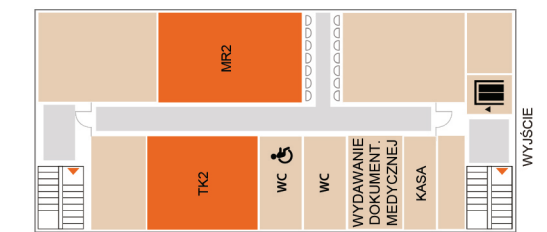
F PIĘTRO 0 MEDYCYNA NUKLEARNA

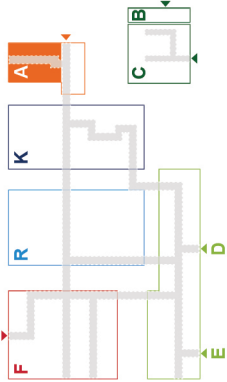


R PIĘTRO 0



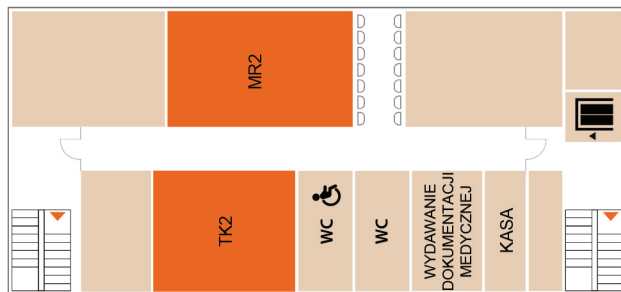
A PIĘTRO -1



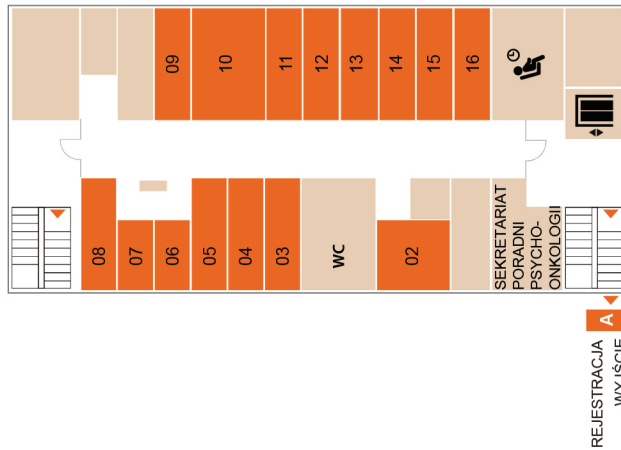


**BUDYNEK A
PRZYCHODNIA**

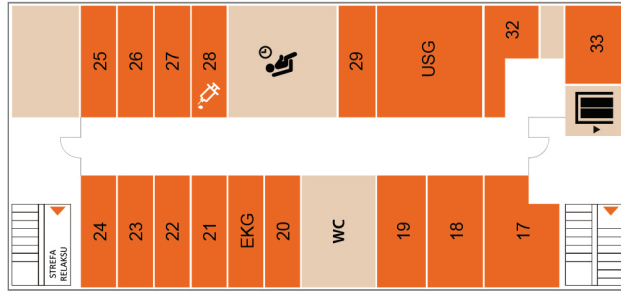
PIĘTRO -1



PIĘTRO +1



PIĘTRO +2



TOMOGRAFIA KOMPUTEROWA - Badanie wykonywane tomografem komputerowym wykorzystującym promieniowanie jonizujące, którego źródłem jest lampa rentgenowska. Pozwala na uzyskanie obrazów, przekrojów badanych struktur w 2D oraz przestrzennych 3D. Badanie stosowane min. w diagnostyce nowotworów w obrębie całego ciała oraz w stwierdzeniu ognisk przerzutowych. Badanie TK jest badaniem bezbolesnym i szybkim, w trakcie badania pacjent musi pozostawać w bezruchu. Dla wiarygodnej oceny węzłów chłonnych konieczne jest badanie z tzw. kontrastem, który jest podawany pacjentowi. Sprawia on, że narządy i tkanki są bardziej widoczne na zdjęciach. Kontrast u części chorych wywołuje działania niepożądane: nudności, uczucie gorąca, wrażenie metalicznego smaku w ustach czy rzadziej reakcje uczuleniowe

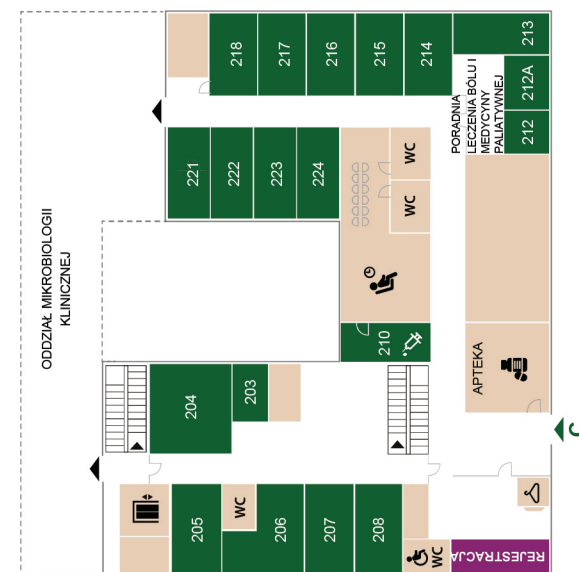
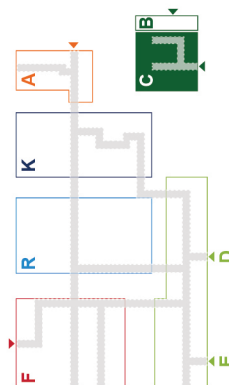
Przygotowanie do badania:

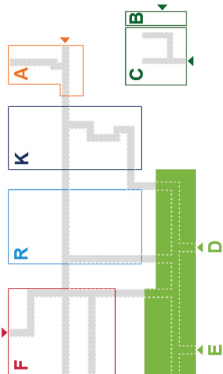
- w dniu badania pacjent powinien zgłosić się do rejestracji Zakładu Radiologii z wypełnioną ankietą ze skierowania oraz być przygotowany zgodnie z instrukcją na skierowaniu.
- w rejestracji pacjent zostaje skierowany do właściwej pracowni i gabinetu.
- pacjent jest zobowiązany do wykonania badania krwi - poziom kreatyniny, mocznik w przypadku TK z kontrastem (wynik jest ważny 1 miesiąc).
- w dniu poprzedzającym badanie pacjent powinien wypić co najmniej 2,5l płynów w ciągu doby.
- pacjent zgłasza się na badanie na czczo - tj. bez przyjmowania pokarmów i płynów innych niż woda niegazowana, przez co najmniej 5 godzin przed planowaną godziną badania.
- przed badaniem z dożylnym podaniem środka kontrastującego (kontrastu) osoby chorujące na cukrzycę powinny zasięgnąć porady lekarza odnośnie wskazań do odstawienia doustnych leków przeciwcukrzycowych zawierających metforminę (Avamina, Etform, Formetic, Glucophage, Metfogamma, Metformax, Metformin, Metifor, Siofor, Symformin, Xigduo, Synjardy, Kombo-glyze, Janumet, Ristfor, Eucreas).
- pacjent powinien posiadać informacje na temat przyjmowanych leków.
- wynik badania pacjent odbiera od lekarza kierującego.

REZONANS MAGNETYCZNY - Badanie polegające na użyciu pola magnetycznego w celu zobrazowania wielowymiarowych przekrojów. W ten sposób uzyskuje się obrazy z badanego obszaru w trzech płaszczyznach. Zdjęcia są oceniane przez radiologa, który analizuje obecność ewentualnych patologii, guzów lub innych schorzeń.

Przygotowanie do badania:

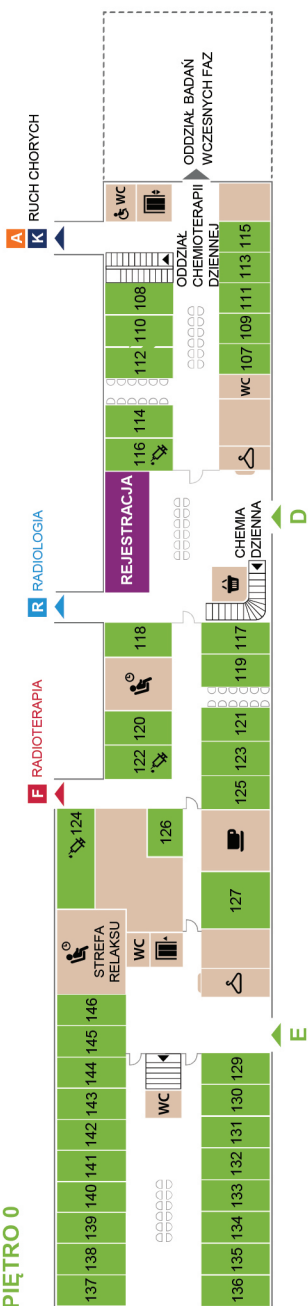
- w dniu badania pacjent powinien zgłosić się do rejestracji Zakładu Radiologii z wypełnioną ankietą ze skierowania oraz być przygotowany zgodnie z instrukcją na skierowaniu.
- w rejestracji pacjent zostaje skierowany do właściwej pracowni i gabinetu.
- badanie MR trwa od 20 minut nawet do 2 godzin, jest bezbolesne, w trakcie badania nie można się ruszać. Badanie polega na leżeniu w zamkniętym tunelu aparatu. Osoby z klaustrofobią mogą odczuwać dyskomfort/lęk podczas badania. Uciążliwością jest duży hałas generowany przez aparat.
- pacjenci ze wszczepionymi jakimikolwiek urządzeniami lub materiałami (ciałami obcymi) w ciele powinni mieć ze sobą dokumentację medyczną zwłaszcza nazwę handlową urządzenia lub zaświadczenie od odpowiedniego lekarza specjalisty o bezpieczeństwie danego materiału/urządzenia podczas badania na aparacie 1,5T i 3T (chodzi między innymi o stymulatory serca, neurostymulatory, klipsy po leczeniu tętniaków wewnątrzczaszkowych, klipsy po innych zabiegach chirurgicznych, aparaty stałe, aparaty ślimakowe, druty, śruby, płytki zespalające, sztuczne stawy, inne materiały ortopedyczne, jakiegokolwiek elementy metalowe, spirale wewnątrzmaciczne) - decyzję o wykonaniu badania podejmuje lekarz radiolog po zapoznaniu się z odpowiednią dokumentacją medyczną.
- do badania pacjent nie rozbiera się, dlatego najlepiej zgłosić się na badanie w ubraniu pozbawionym elementów metalowych – pasek, zegarek, klucze, komórka, karty płatnicze i elektroniczne i inne rzeczy pacjent zostawia w przedzbiorniku w pracowni MR.
- badanie nie zakłóca działania leków, przed badaniem można przyjmować wszystkie zalecane leki.
- na badanie głowy należy zgłosić się bez makijażu, sztucznych rzęs, wsuwek, gumek, klamer we włosach, uczesania z użyciem lakieru i żelu, a także kolczyków w ciele, gdyż spowodują one zakłócenia pola magnetycznego i obniżą jakość uzyskanych obrazów.
- mimo, że badanie jest bezpieczne dla zdrowia, unika się jego wykonywania u kobiet w ciąży, chyba że są wskazania medyczne i zgoda lekarza kierującego.
- badanie można wykonywać w dowolnym okresie cyklu miesiączkowego.
- we wszystkich przypadkach należy zażyć stale stosowane leki popijając je niewielką ilością niegazowanej wody, pacjenci chorujący na cukrzycę powinni poinformować o tym zapisując się na badanie.



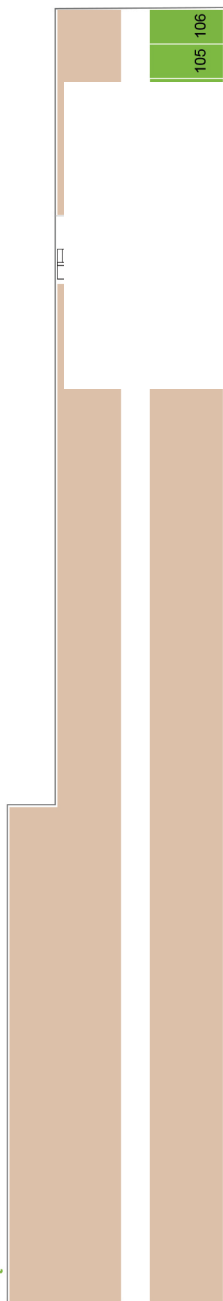


**BUDYNEK D/E
PRZYCHODNIA**

PIĘTRO 0



PIĘTRO -1



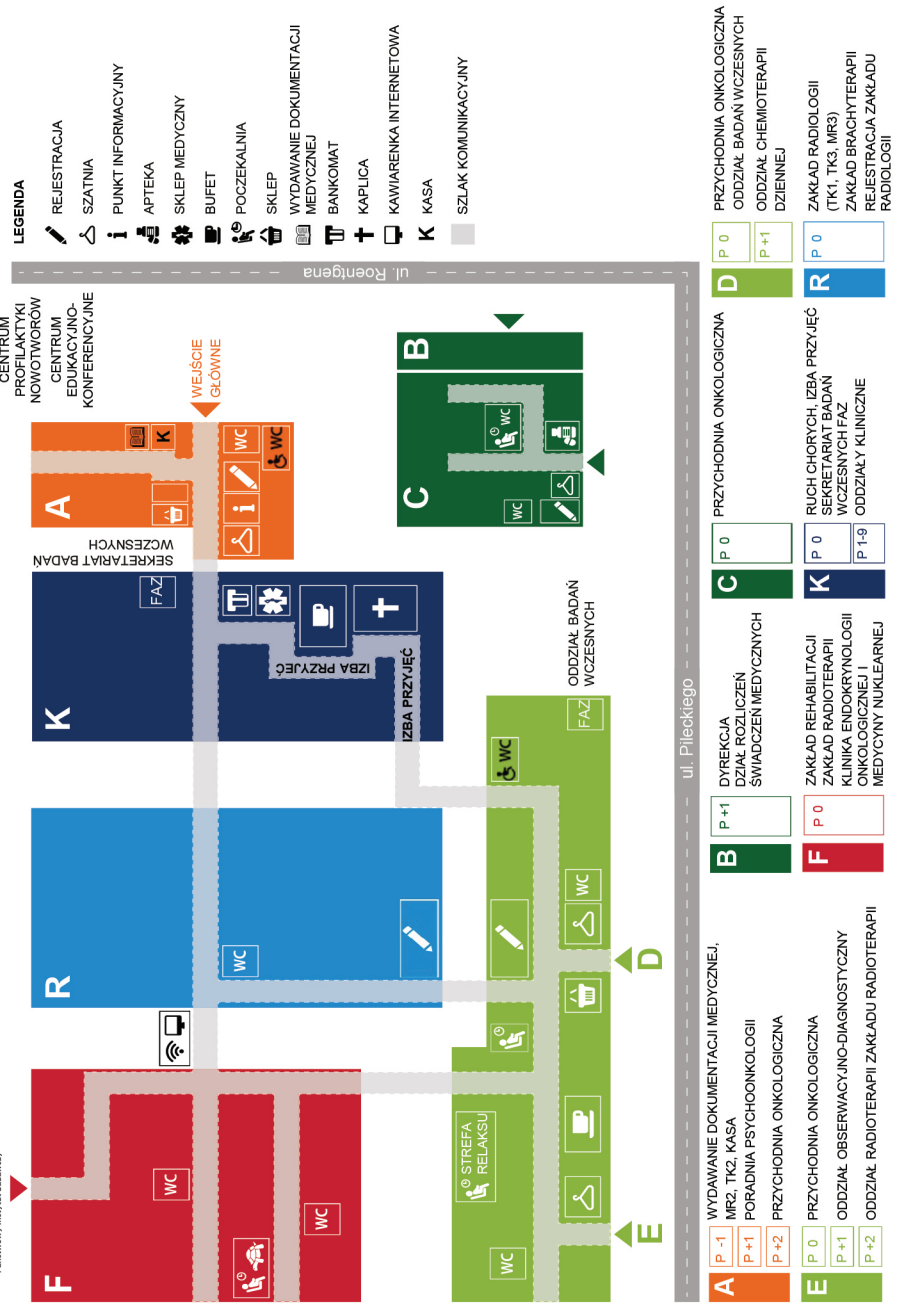
BIOPSJA, TREPANOBIPSJA Pracownia Cytometrii Przepływowej (PCP) wykonuje nowoczesną diagnostykę chłoniaków i białaczek oraz ocenę układu immunologicznego a wstępny wynik uzyskuje się w ciągu 1,5 godziny od pobrania materiału. Na terenie PCP wykonuje się biopsje cienkoigłowe nowotworów układu chłonnego pod kontrolą USG i CT dla diagnostyki cytometrycznej, cytogenetycznej i molekularnej pacjentów Narodowego Instytutu Onkologii oraz w ramach badań komercyjnych. Pracownia obok diagnostyki cytometrycznej realizuje również diagnostykę histopatologiczną (ocena biopsji wycinających i trepanobiopsji) i cytologiczną. Wszelkie pytania dotyczące zabiegów należy zadać lekarzowi. Ponadto trzeba poinformować lekarza o wszystkich przyjmowanych lekach rozrzedzających krew, gdyż może to być przeciwwskazaniem do zabiegu. Specjalne przygotowanie do zabiegu dotyczy jedynie pacjentów z zaburzeniami krzepnięcia. Do zabiegu trepanobiopsji należy być po śniadaniu i należy przyjąć wszystkie leki jakie pacjent przyjmuje na stałe (prócz leków rozrzedzających krew).

LECZENIE

Na pierwszej wizycie/konsultacji lekarz przeprowadza z pacjentem wywiad, który jest podstawą do zaplanowania badań diagnostycznych niezbędnych do ustalenia prawidłowej diagnozy. Poza tym, lekarz musi palpacyjnie, to znaczy używając swoich palców, zbadać węzły chłonne, określić ich wielkość, spistość, ruchomość oraz ustalić, czy są bolesne. U chorych z chłoniakami metody chirurgiczne mają mniejsze zastosowanie, poza rozpoznaniem choroby, gdy konieczne jest pobranie wycinków do badania histopatologicznego. Podejrzany węzeł chłonny należy pobrać chirurgicznie do badania histopatologicznego. Badanie histopatologiczne to mikroskopowe badanie materiału tkankowego. Jest to jedyny wiarygodny sposób oceny i diagnozy zmian nowotworowych w tkankach. Po ustaleniu ostatecznego rozpoznania, przed rozpoczęciem ewentualnej terapii, lekarz musi znać zasięg, czyli stopień zaawansowania choroby. Podstawą leczenia jest chemioterapia czyli leki, które podawane doustnie lub dożylnie lub doustnie działają w całym organizmie.

Poza chemioterapią jako uzupełnienie leczenia stosuje się jeszcze radioterapię i/lub wysokodawkową chemioterapię z przeszczepem komórek krwiotwórczych. Wybór terapii zależy od podtypu choroby i charakterystyki klinicznej. Informacje na temat radioterapii można znaleźć na naszej stronie, tytuł poradnika „Promienie, które leczą”. Podczas wizyty pacjent otrzymuje kartę informacyjną, na której zapisane są terminy zaplanowanych badań diagnostycznych, kolejnych wizyt kontrolnych, ewentualnych przyjęć do oddziałów NIO-PIB. Pacjent otrzymuje również komplet niezbędnych skierowań.

Narodowy Instytut Onkologii im. Marii Skłodowskiej - Curie wspiera swoich pacjentów również w aspektach fizycznych i emocjonalnych, pamiętając że rehabilitacja i opieka psychoonkologiczna odgrywają bardzo istotną rolę w procesie leczenia nowotworów.



Zapraszamy do skorzystania z pomocy pracownika socjalnego udzielającego konsultacji w zakresie

- prawa do korzystania z bezpłatnych świadczeń opieki zdrowotnej,
- zasiłku stałego, okresowego, celowego, pielęgnacyjnego (z pomocy społecznej),
- orzeczenia o stopniu niepełnosprawności, informacji na temat ulg i uprawnień,
- informacji o uprawnieniach dla pracujących,
- uzyskaniu renty lub emerytury i dodatku pielęgnacyjnego,
- opieki domowej lub stacjonarnej po zakończeniu pobytu w szpitalu,
- refundacji sprzętu rehabilitacyjnego i turnusów rehabilitacyjnych,
- wczesnej rehabilitacji onkologicznej (sanatoryjnej),
- rozwiązywania innych problemów związanych m. in. z bezdomnością, doświadczaniem przemocy w rodzinie.

Kontakt z Pracownikiem Socjalnym

Tel.: 517 117 575
Przychodnia Onkologiczna I,
wejście E, gabinet 127.

W sytuacji naruszenia praw pacjenta można skontaktować się z Pełnomocnikiem Dyrektora ds. Praw Pacjenta i Komunikacji Społecznej P. Kingą Wojtaszczyk.

Tel. 22 546 22 19

Poniedziałek: 14:15 – 16:00
Wtorek 13:45 – 15:00
Środa 13:45 – 15:00
Czwartek 13:45 – 15:00

E-mail: prawapacjenta@nio.gov.pl

Koordynatorzy w kompleksowej opiece onkologicznej

Koordynator onkologiczny jest dla Pacjenta wsparciem informacyjnym i organizacyjnym na każdym etapie diagnostyczno-terapeutycznym. Odpowiednio zaopiekowany i wyedukowany pacjent lepiej współpracuje z lekarzem a proces leczenia przebiega w takim przypadku sprawniej. Dzięki koordynacji całego procesu diagnostyczno-leczniczego od momentu rozpoznania choroby NIO-PIB ma na celu poprawę jakości leczenia pacjentów, zwiększenie przeżywalności oraz zagwarantowanie możliwie jak najszybszego powrotu do aktywności zawodowej.

KONTAKT

e-mail:

koordynatorzycoi@nio.gov.pl

MONITOROWANIE

Monitorowanie nowotworów układu chłonnego po zakończonym leczeniu jest niezwykle ważne, aby zapewnić skuteczną opiekę nad pacjentem, wykryć ewentualne nawroty choroby oraz śledzić ogólny stan zdrowia. Proces monitorowania może obejmować regularne badania, ocenę objawów, testy diagnostyczne i wizyty kontrolne u specjalistów. Poniżej ogólne zasady monitorowania po leczeniu nowotworu układu chłonnego:

- Częstotliwość wizyt będzie zależała od rodzaju nowotworu, stadium choroby, zastosowanej terapii oraz innych czynników. Podczas tych wizyt lekarz będzie oceniał stan pacjenta, przeprowadzał badania fizykalne, zlecał niezbędne badania i odpowiadał na pytania dotyczące zdrowia.
- W zależności od potrzeb, lekarz może zlecić różnego rodzaju badania obrazowe, takie jak tomografia komputerowa, rezonans magnetyczny czy PET. Badania te mogą pomóc w wykryciu ewentualnych zmian w tkankach oraz ocenie skuteczności leczenia.
- Regularne badania krwi, w tym badania hematologiczne, mogą dostarczyć informacji na temat stanu krwi, funkcji narządów oraz ogólnego zdrowia pacjenta.
- Pacjent powinien być świadomy możliwych objawów nawrotu choroby. Należy skonsultować się z lekarzem, jeśli pojawią się nowe lub nasilające się objawy, takie jak powiększenie węzłów chłonnych, gorączka, utrata masy ciała, zmęczenie czy inne niepokojące objawy.
- Wspieranie ogólnego zdrowia poprzez zdrową dietę, regularną aktywność fizyczną, unikanie palenia tytoniu i nadmiernego spożycia alkoholu może pomóc w utrzymaniu dobrego stanu zdrowia i wspierać proces rekonwalescencji.
- Pacjent po zakończonym leczeniu nowotworu może wymagać wsparcia psychologicznego, aby poradzić sobie z emocjami i obawami związanymi z nawrotem choroby. Wsparcie ze strony rodziny, przyjaciół oraz wsparcie psychologa lub terapeuty może być bardzo korzystne.
- Należy pamiętać, że plan monitorowania będzie dostosowany do indywidualnych potrzeb pacjenta i specyfiki jego przypadku klinicznego. Współpraca z lekarzem i przestrzeganie zaleceń medycznych są kluczowe dla skutecznej opieki po zakończonym leczeniu nowotworu układu chłonnego.

PRZYDATNE INFORMACJE

- na pierwszą wizytę przygotuj spis leków, które zażywasz wraz z ich dawkowaniem oraz informacje o wadze i wzroście
- nie porównuj się do innych pacjentów. Chłoniaki są różnorodne zatem poddawane są różnym schematom leczenia i mogą być różnie monitorowane. Pacjenci chorujący na takiego samego chłoniaka mogą mieć zlecone inne leczenie ze względu na wiek czy indywidualną sytuację zdrowotną
- w przypadku podania chemioterapii na Oddziale Dziennym pacjent musi przygotować się na kilkugodzinny pobyt. Od zlecenia do podłączenia wlewu mija trochę czasu, do tego samo przyjmowanie cytostatyków trwa kilka godzin. Można ze sobą zabrać coś do picia, jedzenia czy do czytania (przy rejestracji Oddziału Chemii Diennej znajduje się mini biblioteka z której pacjenci mogą korzystać). Oddział Chemii Diennej jest klimatyzowany, leżąc bez ruchu można zmarznąć, dlatego niektórzy pacjenci zabierają ze sobą coś do okrycia np. mały koc
- pamiętaj by wszelkie niepokojące objawy zgłaszać swojemu lekarzowi prowadzącemu. Często są one normalnym następstwem podjęcia leczenia ale warto rozwiązać swoje wątpliwości
- nie próbuj samodzielnie interpretować wyników badań. Lekarz bierze pod uwagę nie tylko wartości poszczególnych parametrów ale również relacje między nimi oraz informacje zebrane podczas wywiadu z pacjentem. Jedyne lekarz ma wiedzę i doświadczenie dzięki którym potrafi we właściwy sposób zinterpretować wyniki
- wizyta u onkologa jest stresującym wydarzeniem dla pacjenta, dlatego warto by towarzyszyła mu bliska osoba, która oprócz wsparcia zapamięta istotne informacje. Można również zabrać ze sobą notatnik z przygotowanymi wcześniej pytaniami i notować w nim wszystkie najważniejsze informacje
- żadna z metod niemedycznych nie wyleczy chłoniaka. Korzystanie z tego typu metod może doprowadzić do rozwoju choroby. W trakcie terapii onkologicznej nie należy samodzielnie stosować żadnych preparatów ziołowych, witamin czy składników mineralnych ze względu na ryzyko wystąpienia interakcji z lekami przeciwnowotworowymi
- jakkolwiek suplementację preparatami należy skonsultować z lekarzem. Suplementy diety mogą wspierać nie tylko zdrowe komórki organizmu ale również komórki nowotworowe. Bardzo ważna jest znajomość interakcji z lekami. Przykładowo powszechnie uważana za zdrową zielona herbata znacznie obniża wchłanianie niektórych leków stosowanych przy leczeniu chłoniaków, a wysokie dawki witaminy D mogą uszkodzić nerki
- w wielu produktach roślinnych znaleziono składniki o działaniu potencjalnie antynowotworowym. Większości z nich nie można używać podczas chemioterapii ponieważ zmieniają metabolizm leków a zatem mogą przyczynić się do zmniejszenia skuteczności leczenia. Przykładem jest dziurawiec

- nie spożywaj grejpfrutów i granatów oraz soków z tych owoców, ponieważ mogą wchodzić w interakcje z lekami, wyklucz z diety surowe produkty odzwierzęce, jak tatar, sushi, kremy na surowych jajkach, nie jedz majonezu, serów topionych i pleśniowych
- nie zapominaj o ochronie przeciwsłonecznej, jest ona szczególnie wymagana we wszystkich działaniach profilaktycznych terapii onkologicznych
- podczas radioterapii nie myj wodą okolic napromieniowanych przez około dwa tygodnie
- skutki uboczne leczenia
 - jednym ze skutków ubocznych chemioterapii jest łysienie ale należy pamiętać, że jest to skutek przemijający. Nie wszystkie cytostatyki powodują wypadanie włosów. Przez pierwsze pół roku bo zakończeniu chemioterapii nie należy stosować lakierów i farb do włosów
 - ból dziąseł, nadwrażliwość na kwaśne produkty
 - ból w klatce i pod pachami (podobny do tego, który występuje przy przetrenowaniu mięśni)
 - dość specyficzny chemiczny zapach potu
 - problemy ze snem
 - zaparcia
- pamiętaj, że możesz liczyć na wsparcie psychologiczne podczas leczenia. Psycholog może przyczynić się do poprawy jakości życia pacjenta przez kształtowanie u chorego umiejętności niezbędnych w radzeniu sobie z zaistniałą sytuacją
- na końcu Poradnika jest miejsce na notatki

