

# Doustna terapia onkologiczna

## Wskazówki dla pacjentów

- Doustna terapia przeciwnowotworowa może być stosowana jako jedyna forma leczenia lub w skojarzeniu z chemioterapią dożylną i/lub radioterapią. Doustne leki onkologiczne mogą być podawane codziennie lub co kilka dni.
- Należą do nich leki hormonalne, cytostatyczne, molekularne (tzw. leczenie celowane) i immunologiczne. Przyjmowanie leków przeciwnowotworowych drogą doustną jest równie skuteczne jak stosowanie chemioterapii dożylnej.
- Na wizycie lekarskiej w poradni chemioterapii, radioterapii lub hematologii otrzymasz indywidualnie dobraną i obliczoną dawkę leku. Lek wydaje apteka szpitalna z konkretnymi wskazówkami, których należy bezwzględnie przestrzegać.
- Przed rozpoczęciem terapii zapoznaj się z treścią ulotki dołączonej do leku. Jeżeli jest ona dla Ciebie niezrozumiała, poproś swojego lekarza, pielęgniarkę, farmaceutę lub koordynatora o wyjaśnienie.



**Pamiętaj! Skuteczność Twojej doustnej terapii onkologicznej zależy od systematycznego i zgodnego z zaleceniami przyjmowania leków!**

## Zwróć uwagę na:

**Dawkę leku.** Nigdy nie zmieniaj samodzielnie zalecanej dawki. Powoduje to zaburzenie terapii, osłabia jej skuteczność i naraża Cię na nasilenie ubocznych skutków. Może też spowodować konieczność dodatkowych wizyt lekarskich, a także hospitalizacji.

**Datę ważności leku.** Nie używaj leków po terminie. Nie wyrzucaj ich do kanalizacji ani do domowych pojemników na śmieci. Zwróć je do Twojego ośrodka onkologicznego. Leki onkologiczne podlegają specjalnym zasadom utylizacji.

**Objawy niepożądane związane z przyjmowaniem leku.** Pamiętaj, że one mogą, ale wcale nie muszą u Ciebie wystąpić. Obserwuj, jak się czujesz po przyjęciu leku doustnego przez pierwsze 24 godz. Jeżeli pojawią się niepokojące sygnały lub zmiana samopoczucia, skonsultuj to z lekarzem/pielęgniarką/farmaceutą.

**Zasady przechowywania leków.** Przechowuj leki w warunkach jakie zaleca producent. Taka informacja zawsze zamieszczona jest na opakowaniu z lekiem.

- W temperaturze pokojowej – należy rozumieć, że lek powinien być przechowywany w temperaturze do 25°C, z dala od źródła ciepła, wilgoci i światła – najlepiej w suchej szafce.
- 2–8°C – oznacza, że lek powinien być przechowywany w lodówce na półce tak, żeby opakowanie nie stykało się ze ścianami lodówki. Bezpośrednio przy ściankach lodówki może gromadzić się szron, co znacznie obniża temperaturę. Nie należy przechowywać go również na drzwiach lodówki, gdzie temperatura może przekroczyć 8°C.
- Przechowuj leki z dala od dzieci, zwierząt domowych i żywności.
- Lek onkologiczny przechowuj w oryginalnym, szczelnie zamkniętym opakowaniu.
- Nie przechowuj leków onkologicznych razem z innymi lekami w domowej apteczce, szczególnie z lekami innych domowników.

**Przestrzegaj zalecanej pory przyjmowania leków.** Upewnij się, czy zalecony lek należy przyjmować rano, w ciągu dnia czy wieczorem. Lek przyjmowany raz dziennie przyjmuj o jednej, stałej godzinie. Dawkowanie 2 × dz. oznacza, że lek należy przyjmować co 12 godzin. Dawkowanie 3 × dz. oznacza, że lek należy przyjmować co 8 godzin.

**Przestrzegaj zaleconego sposobu przyjmowania leku.**

- Na czczo: oznacza, że przerwa od ostatniego posiłku powinna wynosić 12 godzin.
- Przed jedzeniem: 30–60 minut przed posiłkiem.
- W trakcie jedzenia: w trakcie posiłku lub do 5 minut po zjedzeniu.
- Po jedzeniu: około ½ godz. po posiłku, gdy w żołądku jest jeszcze pokarm.
- Niezależnie od posiłku: bez względu na to, czy pokarm znajduje się w żołądku, czy nie.

**Leki popijaj co najmniej połową szklanki letniej, niegazowanej wody.**

Nie popijaj leków: kawą, herbatą, mlekiem, sokami (zwłaszcza grejpfrutowym i żurawinowym). Płyny te mogą znacząco wpływać na działanie Twoich leków i zmniejszać lub hamować skuteczność Twojej terapii.

**Przyjmuj leki systematycznie, zawsze o jednakowej porze.**

Możesz skorzystać z pomocy osoby bliskiej, która będzie czuwała nad systematycznym przyjmowaniem leków. Możesz ustawić przypomnienia o przyjęciu leku w swoim telefonie.

**Nie łącz leków onkologicznych w kieliszku z innymi lekami i nie połykaj ich razem.**

**Zachowaj odstęp między przyjęciem leku onkologicznego a pozostałych leków.**

## Co zrobić gdy zapomnisz przyjąć dawkę leku?



**Przyjmij pominiętą dawkę leku w ciągu 2 godzin** od zaplanowanej pory, a kolejną dawkę o stałej porze.

**Jeśli minęło więcej niż 2 godziny** – pomiń zaległą dawkę i kontynuuj leczenie zgodnie z harmonogramem.

**Nigdy nie przyjmuj podwójnej dawki leku!**

## Zasady bezpieczeństwa:

- 01** Myj dokładnie ręce przed i po kontakcie z lekiem.
- 02** Leki przygotuj na czystej powierzchni. Po przygotowaniu i zażyciu leków umyj wodą z detergentem tę powierzchnię oraz przedmioty, które miały kontakt z lekiem.
- 03** Opakowanie z lekiem otwieraj bezpośrednio przed połknięciem. Wysyp lek do oddzielnego kieliszka do leków i przyjmuj go bezpośrednio z kieliszka – nie wysypuj leków na rękę czy blat, unikaj chwytania w palce. Stężenie leku na skórze Twoich dłoni może się utrzymywać przez wiele godzin, co naraża osoby w Twoim otoczeniu na bezpośredni kontakt z lekiem niebezpiecznym.

- 04 Nie zmieniaj samodzielnie postaci leku. Tabletki i kapsułki połkaj w całości, nie przełamuj, nie rozkruszaj, nie rozpuszczaj tabletek, nie wysypuj zawartości kapsułek. Może to skrócić i nasilić ich działanie. Mogą drażnić przewód pokarmowy – szczególnie śluzówkę żołądka. Mogą wchodzić w interakcje z innymi lekami, co może być dla Ciebie szkodliwe. W razie kontaktu z rozkruszoną lub przeciętą tabletką mogą wystąpić działania niepożądane (np. podrażnienia oczu, wysypka, bóle głowy, parestezje, biegunka, nudności i wymioty). Jeżeli masz problem z połknięciem leku w całości, poinformuj o tym lekarza/pielęgniarkę/farmaceutę. Jeśli zaistnieje konieczność pokruszenia lub podzielenia leku stosowanego w Twojej terapii onkologicznej, dokona tego fachowy personel w odpowiednich do tego warunkach.
- 05 Podczas stosowania terapii onkologicznej bardzo ważne jest nawodnienie organizmu. Zapewnia to prawidłowy metabolizm leków i zmniejsza nasilenie skutków ubocznych. Staraj się przyjmować około 2 litrów płynów dziennie, o ile nie ma przeciwwskazań od lekarza. Płyny popijaj systematycznie, małymi porcjami w ciągu całego dnia. Wspomaga to pracę nerek, które mają za zadanie filtrować i usuwać z Twojego organizmu toksyczne metabolity, a także zapobiega infekcjom układu moczowego.
- 06 W trakcie terapii doustnymi lekami onkologicznymi może zmienić się apetyt, odczucie smaku. Pamiętaj, że bardzo ważne jest, aby dostarczać organizmowi dietę kompletną w składniki odżywcze, energię i białko. Jeżeli wystąpi u Ciebie brak apetytu, zaburzenie smaku, niechęć do przyjmowania pokarmów i spadek masy ciała, zgłoś problem lekarzowi/pielęgniarence/farmaceutce. Skorzystaj z porady dietetyka w swoim ośrodku onkologicznym. Specjalista pomoże Ci dobrać odpowiednie posiłki, napoje, preparaty odżywcze, tak aby utrzymać odpowiedni poziom odżywienia Twojego organizmu. W trakcie doustnej terapii onkologicznej unikaj spożywania cytrusów, zwłaszcza grejpfrutów i gorzkich pomarańczy sewilskich.
- 07 Każdy suplement diety, który zamierzasz włączyć do swojej terapii, skonsultuj z lekarzem/pielęgniarką/farmaceutą. Pamiętaj, że suplementy diety mogą zaburzać przyswajanie innych leków, w tym onkologicznych, i nasilać ich efekty uboczne. By uniknąć interakcji lekowych, zawsze informuj lekarza o wszystkich przyjmowanych lekach – również tych dostępnych bez recepty.
- 08 Sporządź i miej zawsze przy sobie aktualną listę przyjmowanych leków, również suplementów i tych przyjmowanych na własną rękę. Pokazuj ją w czasie konsultacji lekarskich. Takie postępowanie pozwoli wykluczyć ewentualne interakcje i zwiększy Twoje bezpieczeństwo.
- 09 Rzuć palenie. Substancje uwalniające się podczas palenia papierosów, w tym również e-papierosów, powodują złe przyswajanie leków w organizmie i zaburzają skuteczność stosowanego leczenia.

- 10** Nie spożywaj alkoholu w trakcie stosowania leków. Połączenie alkoholu z niektórymi lekami stosowanymi w terapii onkologicznej zwiększa ich toksyczność, co może skutkować nasileniem objawów niepożądanych.
- 11** W trakcie terapii onkologicznej unikaj słońca i solarium. Dużo leków uwrażliwia skórę na promieniowanie słoneczne, powodując poważną reakcję uczuleniową i poparzenia. Stosuj kremy nawilżające, a także kremy z filtrem SPF 50, chroniące przed promieniowaniem UVA i UVB – nawet w pochmurne dni.
- 12** W trakcie leczenia onkologicznego narasta zmęczenie i osłabienie. Mogą pojawić się zawroty głowy, senność. Może to znacząco wpływać na zdolność prowadzenia pojazdów i obsługę maszyn mechanicznych. Nie prowadź auta ani innych pojazdów, jeśli nie czujesz się na siłach. Jeśli zauważysz u siebie takie objawy i poczujesz, że tracisz zapal w walce z chorobą, zgłoś to lekarzowi prowadzącemu.
- 13** Dbaj o higienę całego ciała oraz najbliższego otoczenia. Bierz codziennie prysznic, zmieniaj często pościel i piżamę, utrzymuj w czystości toaletę i prysznic. Pamiętaj, że wraz ze śliną, potem, kałem wydzielają się toksyczne metabolity, które mogą być szkodliwe dla otaczających Cię osób.
- 14** Myj zęby szczoteczką z miękkiego włosia 2 × dz. Jamę ustną płucz płynami do higieny jamy ustnej antybakteryjnymi, nawilżającymi niezawierającymi alkoholu. Zmniejsza to ryzyko infekcji w obrębie błon śluzowych i łagodzi uboczne skutki terapii, takie jak nadmierne wysuszenie śluzówki.
- 15** W okresie kiedy zażywasz leki onkologiczne unikaj bezpośredniego, długotrwałego kontaktu z małymi dziećmi i kobietami w ciąży. Nie śpij w jednym łóżku z małym dzieckiem. Nie jedz tymi samymi sztućcami, z tych samych talerzy, nie pij z tych samych kubków. Absolutnie wykluczone jest oblizywanie i dmuchanie na porcje żywności podawane małym dzieciom.
- 16** Unikaj dużych skupisk ludzi, osób z objawami infekcji, bliskiego kontaktu z nieznanymi zwierzętami. Często myj i dezynfekuj ręce, ponieważ w trakcie terapii onkologicznej może zmniejszyć się twoja odporność i możesz być narażony na choroby infekcyjne.
- 17** Pamiętaj, że leki onkologiczne są przeciwwskazane w ciąży i w okresie karmienia piersią. Jeżeli jesteś w wieku rozrodczym, skonsultuj się z lekarzem w sprawie skutecznej metody zapobiegania ciąży w okresie leczenia i przez 6 miesięcy po przyjęciu ostatniej dawki w przypadku kobiet i 3 miesiące po przyjęciu ostatniej dawki w przypadku mężczyzn. Obecnie zaleca się, żeby odczekać ze staraniem się o dziecko 2–3 lata od zakończenia leczenia onkologicznego.
- 18** Jeżeli w trakcie stosowania terapii onkologicznej konieczny będzie pobyt w szpitalu – gdzie wymagane jest zabranie własnych leków – pamiętaj, żeby zabrać je w oryginalnych opakowaniach. Nie przesypuj leków do innych pojemników, słoiczków, pudełeczek. Personel medyczny będzie mógł podać Ci Twoje leki tylko z oryginalnego opakowania. Koniecznie zabierz ze sobą kartę informacyjną z zaleceniem, jak powinieneś stosować lek onkologiczny.

# Pytaj, jeśli cokolwiek niepokoi Cię w Twojej terapii onkologicznej.

**W przypadku zauważenia u siebie niepokojących objawów, poinformuj o tym swojego lekarza prowadzącego w czasie najbliższej wizyty.**



Wszystkie zaobserwowane u siebie działania niepożądane związane z Twoim leczeniem możesz zgłosić również farmaceucie albo bezpośrednio do Urzędu Rejestracji Produktów Leczniczych, Wyrobów Medycznych i Produktów Biobójczych za pośrednictwem formularza znajdującego się pod adresem: <https://www.gov.pl/web/urpl/zglos-dzialanie-niepozadane2>.

**Wypełniony formularz można wysłać na adres:**

Departament Monitorowania Niepożądanych Działań Produktów Leczniczych  
Urzędu Rejestracji Produktów Leczniczych, Wyrobów Medycznych i Produktów Biobójczych

Al. Jerozolimskie 181 C

02-222 Warszawa

**lub na adres:** [ndl@urpl.gov.pl](mailto:ndl@urpl.gov.pl)



**Jeżeli występujące działania niepożądane znacząco nasilają się w czasie, należy bezzwłocznie skontaktować się z lekarzem!**

## Opracowanie

**Zespół Roboczy ds. Edukacji i Wsparcia Pacjentów powołany przez Krajowy Ośrodek Monitorujący (KOM) w ramach struktury Krajowej Sieci Onkologicznej w składzie:**

Narodowy Instytut Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie – Państwowy Instytut Badawczy Oddział w Krakowie • Świętokrzyskie Centrum Onkologii Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej • Wojewódzkie Wielospecjalistyczne Centrum Onkologii i Traumatologii im. M. Kopernika w Łodzi • Dolnośląskie Centrum Onkologii, Pulmonologii i Hematologii • Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej im. św. Jana z Dukli • Narodowy Instytut Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie – Państwowy Instytut Badawczy w Warszawie • Uniwersyteckie Centrum Kliniczne w Gdańsku • Instytut Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie – Państwowy Instytut Badawczy Oddział w Gliwicach • Szpital Kliniczny MSWiA z Warmińsko-Mazurskim Centrum Onkologii Wielkopolskie Centrum Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie • Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Opolskie Centrum Onkologii im. prof. Tadeusza Koszarowskiego w Opolu • Zachodniopomorskie Centrum Onkologii