Европейская Клиника

Европейская клиника
на основании рекомендаций Национального института рака, США

Как справиться с побочными эффектами химиотерапии?

Отёки, задержка жидкости

«У меня опухали руки и ноги. Врач объяснил мне, почему стоит избегать солёной пищи».

Позвоните врачу или медсестре, если:

- Вам тяжело дышать,
- Вы чувствуете перебои в работе сердца,
- Отёк возник неожиданно резко и нарастает,
- Вы стремительно набираете вес,
- У вас почти отсутствует мочеиспускание или это происходит редко.

Что вызывает отёки?

Отёки могут возникнуть вследствие химиотерапии. Некоторые виды опухолей и гормональные изменения также могут спровоцировать появление отёков. Ваше общее состояние здоровья также оказывает влияние.

Сообщите врачу, если:

- *У вас отекло лицо, кисти, руки, ступни или ноги;*
- *У вас распухает живот или появляется чувство вздутия живота (или низа живота).*

Следуйте этим советам:

Удобство важнее всего

- *Спросите врача о специальных чулках,*
- *Носите свободную одежду и обувь, не слишком прилегающую к телу.*

Поднимите ноги выше

- *Старайтесь держать ноги на возвышении, когда вы сидите или лежите. Используйте для этого стул или подушку.*
- *Постарайтесь не стоять длительное время.*

Взвешивайтесь!

- *Взвешивайтесь каждый день в одно и то же время, записывайте свой вес;*
- *Обязательно сообщите врачу, если вы набираете вес.*

Старайтесь избегать соли

- *Не ешьте чипсы, ветчину, солёные огурцы, квашеную капусту. В этих продуктах содержится много соли (натрия).*
- *Не добавляйте соль и соевый соус в пищу.*
- *Проверяйте этикетки на продуктах, читайте их состав. Узнайте у врача, сколько соли (натрия) вам можно употреблять.*

Вопросы, которые следует задать врачу:

1. В каких случаях мне стоит вам звонить?
2. На сколько килограммов я могу поправиться и когда следует обратить внимание на прибавку в весе?
3. Каких продуктов мне лучше избегать?
4. Что мне делать, чтобы чувствовать себя лучше?

Информация обновлена в феврале 2012 года

Мы всегда рядом и хотим помочь

Европейская клиника — ведущая частная онкологическая клиника России

Адрес: Москва, Духовской пер., д. 22-Б
Телефон: +7 (495) 710-70-35
Сайт: www.euroonco.ru
Facebook: www.facebook.com/euroonco

Переведено и адаптировано специально для НПЦ Современной хирургии и онкологии