# OHJE SOLUNSALPAAJAHOITOA SAAVALLE POTILAALLE

**Olet aloittamassa syövän solunsalpaajahoitoa. Lue tämä ohje huolellisesti ennen ensimmäiselle hoitokerralle tuloa. Saat tämän lisäksi ensimmäisen hoidon yhteydessä hoitajalta lisää ohjeita, yhteystietoja sekä tarvittavia todistuksia ja oppaita, ja hoitaja liittää tietosi Digihoitopolku-sovellukseen.**

## Solunsalpaajat

Solunsalpaajat eli sytostaatit ovat syöpäsolujen kasvuun ja jakautumiseen vaikuttavia kemiallisia aineita, joita käytetään syöpäsairauksien hoidossa. Solunsalpaajia voidaan antaa eri muodoissa, ruiskeena tai hitaana tiputuksena suoneen tai tabletteina. Solunsalpaajahoito annetaan yleensä hoitojaksoina. Hoitojaksojen pituus suunnitellaan aina yksilöllisesti ja siihen vaikuttavat monet tekijät. Samalla kun solunsalpaajat tuhoavat syöpäsoluja sairaissa kudoksissa, ne haittaavat myös terveiden kudosten solujen uusiutumista.

Terveisiin soluihin kohdistuvat vauriot ovat ohimeneviä, mutta saattavat aiheuttaa haittavaikutuksia. Haittavaikutusten laatu ja voimakkuus ovat yksilöllisiä ja riippuvat hoito-ohjelmassa käytettävistä lääkkeistä, lääkeannoksista, potilaan yleiskunnosta ja siitä, kuinka kunkin keho reagoi lääkitykseen. Kaikki potilaat eivät saa haittavaikutuksia. Haittavaikutusten yhteydessä on tärkeää toimia saamiesi ohjeiden mukaisesti.

## Toimintaohjeet ennen ensimmäiseen solunsalpaajahoitoon tuloa­

## Sinulle on varattu valmiiksi ensimmäinen hoitoaika. Saavu poliklinikalle noin 10 minuuttia ennen ko. aikaa. Tarvittaessa voit ottaa mukaan yhden saattajan. Suosittelemme KELA-taksin käyttöä, jota varten saat tarvittaessa matkakorvaustodistuksen koko hoitojen ajalle ensimmäisen hoidon yhteydessä.

Mikäli voinnissasi on tapahtunut merkittäviä muutoksia lääkärin vastaanoton jälkeen, ota yhteyttä poliklinikalle viimeistään hoitoa edeltävänä päivänä klo 8:00-11:00 välisenä aikana. Puhelut otetaan vastaan takaisinsoittoperiaatteella numerossa 08 315 3207. Valitse palveluvalinta 2, syöpälääkehoito. Lääkäri on määrännyt tarvittavat esilääkkeet lääkemääräyksellä apteekkiin valmiiksi. **Ota hoitoon kuuluva esilääkitys ohjeen mukaisesti ennen hoitoa.**

Suositeltavaa olisi katsoa ennen ensimmäiselle hoidolle tuloa **solunsalpaaja hoidon alkuohjaus -video,** joka löytyyosoitteesta www.oys.fi. (www.oys.fi > osaamiskeskukset > syöpäkeskus > hoidot ja palvelut alapuolella kiinteät syöpäkasvaimet > syövän hoitomuodot > sytostaattihoito eli solunsalpaajat)

## Solunsalpaajien aiheuttamat yleisimmät haittavaikutukset

*Vaikutus veriarvoihin ja tulehdusriski*

Solunsalpaajat vaikuttavat herkästi luuytimeen, jossa muodostuvat punaiset ja valkoiset verisolut sekä verihiutaleet. Tämän vuoksi veriarvojasi seurataan hoidon aikana. Valkoisten verisolujen voimakas väheneminen altistaa infektiosairauksille. Hoidon aikana saat liikkua normaalisti kodin ulkopuolella, mutta sinun on hyvä välttää ihmisiä, joilla on jokin tarttuva tauti, esim. flunssa.

Jos sinulla ilmenee kuumetta tai muita infektio-oireita, kuten esimerkiksi kurkkukipua, yskää, virtsatietulehduksen oireita, ota yhteyttä lähimpään päivystykseen. Sairaana ei saa tulla hoitoon. Joskus alhaisten veriarvojen vuoksi hoidossa joudutaan pitämään taukoa. Kuumeinen tulehdus solunsalpaajahoidon aikana vaatii yleensä sairaalahoitoa.

*Pahoinvointi*

Pahoinvointia voidaan ehkäistä ja lievittää pahoinvoinnin estolääkkeillä. Pahoinvointi voi alkaa 1-4 tunnin kuluttua hoidon antamisesta ja kestää muutamasta tunnista pariin vuorokauteen, joskus pitempäänkin. On tärkeää, että kerrot lääkärille tai hoitohenkilökunnalle pahoinvoinnistasi, jotta voimme helpottaa oloasi jonkin muun lääkkeen tai lääkeyhdistelmän avulla. Pahoinvointia voi yrittää lievittää myös ”kotikonstein”. Niistä kannattaa keskustella hoitajan kanssa.

*Hiusten lähtö*

Monet solunsalpaajat vaikuttavat hiusten kasvuun, mikä voi johtaa hiusten harvenemiseen tai täydelliseen kaljuuntumiseen. Eri solunsalpaajien välillä on kuitenkin eroja ja riski hiustenlähtöön on erilainen. Hiukset kasvavat takaisin hoidon päättymisen jälkeen. Jos hiuksesi lähtevät, sinulla on mahdollisuus saada maksusitoumus peruukin hankkimiseksi. Tarkemmat ohjeet saat hoitajaltasi.

*Suun ja nielun ärsytys*

Solunsalpaajat ärsyttävät suun ja nielun limakalvoja. Tämä voi ilmetä suun kuivumisena, haavaumina tai nielemiskipuna. Huolehtimalla hyvin suun hygieniasta voidaan sivuvaikutuksia ehkäistä. Purskuttele suutasi hoidon jälkeen suolaliuoksella joka aterian jälkeen noin 2 päivän ajan ja tarvittaessa pitempään (1 litra vettä+1 rkl suolaa keitetään ja jäähdytetään). Xylitol-purukumin pureskelu lisää syljen eritystä ja estää siten myös hampaiden reikiintymistä. Suun kuivuuteen on saatavana apteekista erilaisia valmisteita. Mahdollisiin suutulehduksiin lääkäri määrää tarvittaessa lääkehoidon. Ennen solunsalpaajahoitoa on hyvä tarkistuttaa hampaat, erityisesti jos edellisestä tarkastuksesta on kulunut pitkä aika.

*Suolisto- ja rakko-oireet*

Jotkut solunsalpaajat voivat häiritä suolen toimintaa ja aiheuttaa ripulia tai ummetusta. Ripulin aikana keho menettää paljon nesteitä. Sen vuoksi on tärkeää juoda runsaasti nestehukan korvaamiseksi. Sopivia juomia ovat esim. vesi, virvoitusjuomat, hedelmämehut, tee, lihaliemi ja mustikkakeitto. Ummetus voi johtua solunsalpaajista, mutta syynä voi olla myös tavallista vähäkuituisempi ruoka ja liikunnan vähyys. Ummetusta voidaan ehkäistä runsaskuituisella ruokavaliolla (luumut, pellavan siemenet täysjyväviljatuotteet), runsaalla juomisella ja liikunnalla. Joskus tarvitaan ulostuslääkkeitä.

Jotkut solunsalpaajat ärsyttävät virtsarakkoa. Tällöin voi esiintyä kirvelyä virtsatessa ja tihentynyttä virtsaamisen tarvetta. Värilliset solunsalpaajat muuttavat virtsan väriä väliaikaisesti 1-2 vrk:n ajaksi. Rakkoärsytyksen ehkäisemiseksi on tärkeää juoda runsaasti noin 2 litraa / vrk 2-3 päivän ajan.

*Hermostovaikutukset*

Osa solunsalpaajista voi aiheuttaa erityisesti ääreishermojen vaurioita. Näiden mahdollista kehittymistä seurataan hoidon aikana, ja kerro hoitajalle, mikäli olet havainnut esimerkiksi puutumisoireita.

*Sydänvaikutukset*

Osa solunsalpaajista voi vaikuttaa sydämen toimintaan. Kerro hoitajalle, mikäli sinulla esiintyy hoidon aikana rintakipua, rytmihäiriöitä tai muita sydämen toimintaan liittyviä oireita.

*Vaikutus seksuaalisuuteen*

Solunsalpaajahoito ei yleensä aiheuta sukupuolista kyvyttömyyttä. Hoitojen aiheuttaman väsymyksen, pahoinvoinnin ja masennuksen vuoksi seksuaalinen halukkuus on monella kuitenkin laskenut. Solunsalpaajahoito voi myös aiheuttaa naisilla emättimen limakalvojen kuivumista, häiriöitä kuukautiskierrossa ja vaihdevuosioireita. Limakalvojen kuivumista voidaan helpottaa apteekista saatavilla liukastusvoiteilla. Miehille solunsalpaajat eivät yleensä aiheuta erektiovaikeuksia, mutta sairauden aiheuttama kriisi ja hoitojen sivuvaikutukset voivat vaikuttaa erektiokykyyn. Sekä naisilla että miehillä hoito voi aiheuttaa tilapäistä tai pysyvää hedelmättömyyttä. Lasten hankkimista tulee välttää hoitojen aikana ja välittömästi niiden jälkeen.

## Toimintaohjeet ja yhteydenotto syöpätautien poliklinikalle solunsalpaajahoitojen aikana

**HAKEUDU VIIVEETTÄ OMAAN HYVINVOINTIKESKUKSEEN TAI SAIRAALAPÄIVYSTYKSEEN SEURAAVISSA AKUUTEISSA TILANTEISSA:**

* kuume 38 astetta tai yli
* vaikea hengenahdistus
* rintakivut
* kovat vatsakivut
* uudet neurologiset oireet kuten halvaus, sekavuus tai tajunnantason aleneminen
* virtsatieoireet, haavan tulehtuminen tai muut akuuttiin infektioon viittaavat oireet
* nopea yleisvoinnin heikkeneminen tai muu äkillinen vaikea oire

**OTA YHTEYS POLIKLINIKKAAN VIIMEISTÄÄN LÄÄKEHOITOA EDELTÄVÄNÄ ARKIPÄIVÄNÄ, JOS**

* sinulla on akuutteja korona- tai muuhun hengitystieinfektioon viittaavia oireita (kuume, yskä, kurkkukipu, nuha, päänsärky, lihassärky, ripuli ja oksentelu)
* sinulla on todettu korona-, influenssa- tai RSV-virusinfektio edeltävän 10 vuorokauden aikana tai olet ollut lähikontaktissa koronavirusinfektioon sairastuneen kanssa viimeisen 5 vuorokauden aikana
* sinulla on ollut tavanomaisesta tilanteestasi poikkeavaa ripulia/oksentelua edeltävän 1-3 vuorokauden aikana
* olet joutunut hakeutumaan päivystykseen tai lääkärin hoitoon, tai ollut hoidossa vuodeosastolla edellisen hoidon jälkeen
* sinulla on virtsatietulehdusoireita (tihentynyttä virtsaamisen tarvetta tai kirvelyä virtsatessa)
* sinulle on määrätty tulehduksen hoitoon antibioottikuuri, joka on vielä kesken
* sinulla on uutta voimakasoireista ihottumaa tai voimakasoireista kutinaa vartalolla
* sinulla on lisääntynyttä pistelyä tai turruutta sormien tai jalkapohjien alueella, joka ei ole lieventynyt edellisen hoidon jälkeen
* sinulla on ollut edeltävän hoitokerran jälkeen hankalaa pahoinvointia tai ripulia, johon pahoinvointi/ripulilääkkeet eivät ole auttaneet
* sinulla on hankalaa ummetusta, johon vatsanpehmikkeet eivät ole auttaneet
* sinulle on tullut hoidosta muita vaikeita haittavaikutuksia
* vointisi ei ole palautunut sinulle tyypilliselle tasolle ja et koe jaksavasi tulla hoitoon

**Syöpätautien poliklinikka, p. 08 315 3207, ma-pe klo 8-11. Valitse palveluvalinta 2, syöpälääkehoito.**

Veriarvot tarkistetaan aina ennen jokaista hoitoa tai hoitojaksoa.

Sinun tulisi käydä verikokeissa kaksi arkipäivää ennen hoitoa, ellei sinua ole toisin ohjeistettu.

Varaa aamu-aika verikoetta varten. Verikokeita varten ei tarvitse olla ravinnotta, ellei toisin ole mainittu.

 Hoitoa edeltävänä päivänä hoitaja tarkistaa veriarvosi ja soittaa sinulle tarvittaessa klo 16:30 mennessä, esimerkiksi jos hoitosi veriarvojen vuoksi peruuntuu.





## Solunsalpaajahoitoa saavan potilaan tukipalvelut

**Kuntoutusohjaajan palvelut**

Kuntoutusohjaajan kanssa voitte keskustella mm. sairauden vaikutuksista kotona selviytymiseen. Häneltä saatte tietoa sopeutumisvalmennuskursseista, apuvälineistä, tukihenkilötoiminnasta ja syöpäyhdistyksen toiminnasta. Kuntoutusohjaaja tekee tarvittaessa kotikäyntejä. Kuntoutusohjaajaan voitte ottaa yhteyttä puh.040-0338590.

**Sosiaalinen tuki**

Sosiaalityöntekijään voitte ottaa yhteyttä (puh. 08- 3153593) mm. seuraavissa asioissa:

1. Ansiotulojen menetyksen korvaaminen
2. Kotihoidon tukeminen
3. Sairaanhoitokustannusten korvaaminen
4. Kuntoutus
5. Potilaskotimaksut
6. Syöpäyhdistys
7. Potilasasiamiesasiat

**Henkinen tuki**

Syöpään sairastuminen ja sen hoidot voivat viedä voimia.

Läheisten ja hoitohenkilökunnan tuen lisäksi teillä on mahdollisuus varata keskusteluaika psykiatriselta sairaanhoitajalta. Hoitaja voi sopia ajan tai lääkäri tekee konsultaatiopyynnön. Apua on saatavilla myös kotikunnan mielenterveyspalveluista.

**Hengellinen tuki**

Teillä on mahdollisuus puhua luottamuksellisesti sairaalapastorin kanssa. Sairaalapastoriin saatte yhteyden soittamalla puh. 040-5797807. Sairaalapastorit päivystävät iltaisin klo 16 jälkeen ja viikonloppuisin puh. 040-5707033.

**Syöpäyhdistys**

Syöpäyhdistyksen paikallisyhdistysten yhteystiedot löytyvät heidän kotisivuiltaan. Järjestö tarjoaa tietoa mm. tukihenkilötoiminnasta, sopeutumisvalmennuskursseista tai keskustelu- ja kuunteluapua.