

Діарея у онкологічних хворих

Діарея у хворих на рак є дуже поширеною проблемою, і ступінь її тяжкості може значно відрізнятись. Діарея виникає як побічний ефект певних препаратів при лікуванні раку та внаслідок променевої терапії. Ураження слизових оболонок проявляється запаленням, виразками і діареєю. Ліки, які використовуються при лікуванні раку, впливають на всмоктування рідини та виділення слизу, а також на рух кишечника. Клітини слизової оболонки кишківника чутливі до цитотоксичних препаратів через їх швидкий поділ. Найгірші симптоми зазвичай зникають через пару днів після лікування.

Медикаментозне лікування

Якщо кількість актів дефекації починає бути більше ніж чотири рази на день або якщо у вас розвивається нічна діарея, негайно почніть прийом лопераміду (Imodium® tai Lopex®), як тільки з'являться симптоми.

Лоперамід приймають 2 капсули (=4 мг) одразу, та через 2-3 години після першої дози можна приймати 1 капсулу після кожного епізоду діареї, максимум 8 капсул на день.

Якщо ви приймаєте проносні засоби, зробіть перерву у їх використуванні.

Якщо вам призначили прийом таблетованих протиракових препаратів в домашніх умовах, призупиніть їх прийом. Щоб отримати подальші інструкції, зверніться до лікувального відділення не пізніше наступного робочого дня.

Капсульні пробіотики не рекомендуються під час хіміотерапії (ризик зараження крові), але ж можна споживати йогурти, що містять пробіотики тощо.

Гідратація

У лікуванні діареї найголовнішим є вживання великої кількості рідини. Зазвичай достатньо 2-3 літрів на добу. Якщо діарея сильна, одна вода погано засвоюється. Якщо необхідно, ви можете використовувати спортивні напої або безрецептурний порошок Osmosal® або Floridral®, які можна змішати з водою, щоб виправити та запобігти втраті організмом води та солей, згідно з інструкціями на упаковці.

Раціон харчування

З'їдена їжа насправді не викликає діареї, навіть якщо діарея виникає відразу після їжі. Відмова від їжі не лікує діарею, тому, незважаючи на діарею, слід часто і невеликими порціями вживати легку, добре засвоювану їжу.

Рекомендовані продукти харчування, раціон харчування з низьким вмістом клітковини:

- Розбавлений чай, розбавлені соки, м'ясні та овочеві бульйони і компоти.
- Солоні крекери та солоні палички замінюють втрачену сіль
- Так звана дієта ВРОР, тобто Банан, Рис, Яблуко(сік), Тости.
- Нежирне або маложирне м'ясо, риба
- Картопля, картопляне пюре, варені овочі (не капуста, броколі)
- Фрукти, фруктові консерви, очищене яблуко, терте яблуко

Продукти, яких слід уникати:

- Тих, що містять лактозу (молоко, морозиво, йогурти тощо)
- Тих, що багаті клітковиною (хліб, каші, деякі фрукти, ревінь, горох, квасоля, цибуля, бруква, капусти різних видів, гриби та спаржа)
- Тих, що містять кофеїн (кава, чай, напої кола) та
- Холодні, газовані та кислі напої
- Алкоголь
- Тих, що містять велику кількість жиру, смажені, обсмажені і гострі страви
- Проносні продукти (сливи, пастилки та цукерки без цукру, харчові продукти та напої, підсолоджені підсолоджувачами)

Догляд за шкірою

При діарейі часто спостерігаються ураження шкіри в області анального отвору. У цьому випадку важливо стежити за чистотою і акуратністю шкіри. Замість звичайного туалетного паперу ви можете обмити цю область або використовувати, наприклад, вологі серветки без ароматизаторів, щоб протерти цю область. Якщо ви не отримуєте променевої терапії, можете змастити це місце базовими або захисними кремами.

Якщо симптоми сильні або не припиняються протягом двох днів після початку лікування лоперамідом, зверніться до лікувального відділення.

Також зверніться до лікувального відділення, якщо

- підвищиться температура
- з'являться сильні болі в животі
- вам не вдається пити достатньої кількості рідини
- ви нещодавно пройшли курс антибіотиків і ваш кал зелений
- ви отримуєте **імунологічну** медикаментозну терапію
- ваш загальний стан погіршується.