

QUẢN LÝ CÁC TRIỆU CHỨNG TÁC DỤNG PHỤ THƯỜNG GẶP CỦA THUỐC UỐNG ĐIỀU TRỊ CÓ MỤC ĐÍCH CHO UNG THƯ GAN



**Giúp ghi lại các triệu
chứng có thể xảy ra và nói
chuyện với bác sĩ**

Để biết thêm thông tin về bệnh
ung thư gan, vui lòng truy cập
www.LiverFirst.com/vietnamese



NHỮNG TÁC DỤNG PHỤ THƯỜNG GẶP TỪ THUỐC UỐNG CÓ MỤC ĐÍCH CHO HCC, MỘT LOẠI UNG THƯ GAN

Chúng tôi hiểu bạn hoặc người thân có thể đang trong giai đoạn khó khăn với những chẩn đoán về HCC (ung thư biểu mô tế bào gan), một loại ung thư gan. Đã có những phương thức điều trị bằng thuốc uống đã được kiểm chứng lâm sàng có thể hữu ích.

Hướng dẫn này nhằm giúp bạn hiểu rõ hơn về những gì bạn có thể mong đợi từ phương pháp điều trị tiềm năng bằng thuốc uống cho việc chẩn đoán bệnh, cũng như các hoạt động có thể giúp giảm bớt các tác dụng phụ. Bạn, một thành viên trong gia đình, hoặc một người bạn cũng có thể ghi chú vào bảng hướng dẫn này và chia sẻ nó với bác sĩ.

Hướng dẫn này không thay thế việc nói chuyện với bác sĩ và đọc thông tin bệnh nhân cụ thể về phương pháp điều trị mà bác sĩ đã chỉ định. Điều quan trọng là bạn phải tuân theo hướng dẫn điều trị của bác sĩ. Hãy cho bác sĩ biết nếu bạn gặp bất kỳ tác dụng phụ nào. Trao đổi cởi mở với bác sĩ để họ có thể giúp bạn trong suốt quá trình điều trị.





Huyết Áp Cao

Những loại thuốc này có thể làm tăng huyết áp. Ngoài ra, sắc tộc của bạn có thể là một trong những nhân tố có nguy cơ cao gây huyết áp cao (HBP). Nếu bạn có nguy cơ bị huyết áp cao nhiều hơn bình thường, hoặc đang dùng thuốc điều trị huyết áp cao, hoặc đã dùng thuốc điều trị huyết áp cao trong quá khứ, hãy nói với bác sĩ trước khi bắt đầu điều trị ung thư gan. Ngoài ra, hãy thảo luận với bác sĩ về cách đo huyết áp (HA) tại nhà bằng máy đo huyết áp, thường xuyên theo đề nghị của bác sĩ.

Hai con số tạo nên kết quả đo huyết áp: số trên đo lượng áp lực trong động mạch khi tim co bóp và số dưới đo huyết áp của bạn giữa các nhịp tim. Bạn có thể sử dụng một cuốn sổ riêng để theo dõi huyết áp của mình nếu cần.

NÊN: Làm việc với bác sĩ để kiểm soát huyết áp trước khi bắt đầu điều trị bằng thuốc uống cho bệnh ung thư gan.

NÊN: Theo dõi huyết áp thường xuyên theo như đề nghị của bác sĩ.

NÊN: Uống tất cả các loại thuốc theo cách bác sĩ kê đơn.

CHO BÁC SĨ BIẾT trước khi thực hiện bất kỳ thay đổi nào với thuốc của bạn.

NẾU huyết áp bình thường tăng lên trong khi dùng thuốc trị ung thư gan, hãy gọi cho bác sĩ. Bác sĩ có thể giúp bạn quản lý huyết áp và thuốc của bạn tốt hơn.

VIẾT XUỐNG huyết áp của bạn, ngày và giờ theo lời bác sĩ đề nghị cho đến khi bác sĩ bảo thôi.

Ngày _____ Thời gian _____ Huyết áp _____/_____

Ngày _____ Thời gian _____ Huyết áp _____/_____

Ngày _____ Thời gian _____ Huyết áp _____/_____

Ngày _____ Thời gian _____ Huyết áp _____/_____

Ngày _____ Thời gian _____ Huyết áp _____/_____

Ngày _____ Thời gian _____ Huyết áp _____/_____



Phát Ban Da, Mẩn Đỏ, Ngứa hoặc Bong Tróc Da Tay và Chân

Da có thể trở nên nhạy cảm, đỏ, ngứa, và đau trong khi điều trị một số phương pháp ung thư gan nhất định. Điều này thường xảy ra trên lòng bàn tay và lòng bàn chân, nhưng đôi khi nó có thể xảy ra trên các khu vực khác, chẳng hạn như đầu gối hoặc khuỷu tay.

Hãy hỏi bác sĩ những bước bạn có thể thực hiện khi bắt đầu điều trị ung thư gan để có thể ngăn ngừa các phản ứng trên da. Ví dụ, bác sĩ có thể yêu cầu bạn bắt đầu thoa các loại kem để làm ẩm da. Nếu bạn đã có vết chai trên bàn tay hoặc bàn chân, hãy bác sĩ xem trước khi bắt đầu điều trị ung thư gan.

NÊN: Cố đi tất và mang găng tay bằng vải bông, có lót đệm và giày vừa chân.

NÊN: Nhớ lau tay thật khô sau khi rửa sạch.

TRÁNH các sản phẩm làm khô da, chẳng hạn như nước thơm, xà phòng tạo bọt và nước khử trùng tay có chứa cồn.

TRÁNH để làn da trần tiếp xúc với ánh nắng mặt trời hoặc thời tiết lạnh.

TRÁNH những hoạt động có thể gây ra các vết chai trên tay và chân, như là nâng vật nặng.

NẾU xảy ra phát ban và khô da, hãy nói với bác sĩ và hỏi liệu những điều sau đây có thể giúp:

- Các loại kem có chứa 20%–40% urê.
- Kem dưỡng ẩm có axit salicylic, amoni lactate hoặc axit alpha hydroxy, có thể giúp làm mềm và tẩy tế bào chết cho các vùng da bị chai.
- Làm mát tay và ngâm chân có chứa magie sulfat.

LƯU Ý về bất kỳ phản ứng da nào mà bạn gặp phải để bạn có thể trao đổi với bác sĩ về chúng tốt hơn. Bác sĩ có thể kê đơn thuốc hoặc giới thiệu bạn đến bác sĩ da liễu.



Tiêu Chảy

Phân lỏng, có nước xảy ra thường xuyên có thể gây khó chịu và bực bội. Tuy nhiên, bác sĩ có thể đề nghị một số bước cho bạn thực hiện tại nhà để giảm bớt sự khó chịu của tác dụng phụ có thể xảy ra.

NÊN: Cân nhắc sử dụng nhật ký bữa ăn để giúp xác định các loại thực phẩm cần tránh, đặc biệt nếu bạn đã bị tiêu chảy thường xuyên.

TRÁNH cafein, rượu, thức ăn cay hoặc béo, các sản phẩm từ sữa, và thực phẩm giàu chất xơ không hòa tan (bao gồm ngũ cốc nguyên hạt, cám lúa mì, và một số loại rau như ngô, cà tím, đậu xanh, bông cải xanh, rau bina, cải xoăn, và các loại đậu).

NẾU tiêu chảy xảy ra:

- Ăn thực phẩm ít chất xơ (như chuối, gạo, táo, bánh mì nướng trắng, trứng, thịt gà) và/hoặc thực phẩm có chứa probiotics (chẳng hạn như sữa chua).
- Uống nhiều nước, và cân nhắc đồ uống có chất điện giải, nước hoa quả, và/hoặc nước dùng trong để thay thế lượng nước đã mất.

NẾU bạn bị tiêu chảy, hãy gọi cho bác sĩ để được giúp đỡ với các triệu chứng này.

VIẾT XUỐNG bạn đi tiêu bao nhiêu lần mỗi ngày. Theo dõi tần suất bạn đi tiêu, cũng như độ đặc và màu sắc của nó, có thể giúp bạn thảo luận tốt hơn với bác sĩ.

Ngày _____ # số lần _____

Độ đặc _____ Màu _____

Ngày _____ # số lần _____

Độ đặc _____ Màu _____

Ngày _____ # số lần _____

Độ đặc _____ Màu _____

Ngày _____ # số lần _____

Độ đặc _____ Màu _____



Buồn Nôn và Ói Mửa

Một số phương pháp điều trị ung thư gan bằng thuốc uống đã khiến một số người buồn nôn, thậm chí ói mửa. Hãy ghi nhớ những điều sau:

NÊN: Ăn thường xuyên, ăn nhẹ nhiều lần trong ngày. Nếu dạ dày trống rỗng, cảm giác buồn nôn của bạn có thể tồi tệ hơn.

NÊN: Ăn thức ăn ở nhiệt độ phòng để giảm mùi và vị.

NÊN: Cố gắng nghỉ ngơi yên tĩnh trong khi ngồi thẳng ít nhất 1 giờ sau mỗi bữa ăn.

TRÁNH xô cô la, cafein, rượu và hút thuốc. Những chất này có thể làm cho cảm giác buồn nôn tồi tệ hơn.

TRÁNH thức ăn béo, chiên, cay, hoặc quá ngọt.

NẾU bạn cảm thấy buồn nôn hoặc ói mửa, hãy hỏi bác sĩ để được gợi ý giúp đỡ.

HÃY GHI CHÚ nếu bạn bị buồn nôn hoặc ói mửa trong khi điều trị ung thư; ghi lại tần suất các triệu chứng này xảy ra và mức độ khó khăn của chúng gây nên để bạn có thể chia sẻ với bác sĩ. Bác sĩ có thể giúp kiểm soát cảm giác buồn nôn và/hoặc ói mửa.



Mệt Mỏi

Có thể một số phương pháp điều trị ung thư gan bằng thuốc uống nhằm mục tiêu có thể khiến bạn rất mệt mỏi. Nếu mệt mỏi trở thành một vấn đề, hãy làm việc với bác sĩ để giải quyết nó.

NÊN: Lập kế hoạch hằng ngày dựa trên mức năng lượng của bạn. Nghỉ ngơi thường xuyên trong ngày.

NÊN: Cân nhắc các hoạt động nhẹ mỗi ngày. Nói chuyện với bác sĩ về những hoạt động nào tốt nhất cho bạn, khi bạn cảm thấy đủ khoẻ mạnh.

NÊN: Cố gắng duy trì chế độ ăn uống lành mạnh và uống nhiều nước.

NÊN: Cho bác sĩ biết bạn đang sử dụng loại thuốc nào và về bất kỳ thay đổi trong tiền sử bệnh và/hoặc các loại thuốc khi bạn đang điều trị ung thư.

CHO BÁC SĨ BIẾT bạn mệt mỏi như thế nào trong quá trình điều trị hoặc về bất kỳ tác dụng phụ có thể ảnh hưởng đến mức năng lượng của bạn.

NẾU bạn cảm thấy mệt mỏi nghiêm trọng, hãy hỏi bác sĩ để có những gợi ý có thể hữu ích.

GIỮ MỘT NHẬT KÝ NĂNG LƯỢNG và chia sẻ nó với bác sĩ.



Chán Ăn và Giảm Cân

Việc điều trị ung thư gan có thể là một trong những nguyên nhân khiến bạn chán ăn, dẫn đến giảm cân. Điều quan trọng là tiếp tục ăn một chế độ ăn uống bổ dưỡng trong khi uống thuốc.

NÊN: Cân nhắc theo dõi cân nặng của bạn hàng tuần hoặc theo lời khuyên của bác sĩ.

NÊN: Hỏi bác sĩ về vitamin hoặc các chất bổ sung khác có thể hữu ích.

NẾU chán ăn trở thành một vấn đề, hãy nói chuyện với bác sĩ về việc liệu một chế độ ăn uống giàu calorie có thể phù hợp với bạn hay không.

VIẾT XUỐNG trọng lượng của bạn và những ngày bạn mất cảm giác ngon miệng để bạn có thể nói về nó với bác sĩ.

Ngày _____ Cân nặng _____ Chán Ăn Có Không

Ngày _____ Cân nặng _____ Chán Ăn Có Không

Ngày _____ Cân nặng _____ Chán Ăn Có Không

Ngày _____ Cân nặng _____ Chán Ăn Có Không

Ngày _____ Cân nặng _____ Chán Ăn Có Không

Ngày _____ Cân nặng _____ Chán Ăn Có Không

Ngày _____ Cân nặng _____ Chán Ăn Có Không

Ngày _____ Cân nặng _____ Chán Ăn Có Không

Ngày _____ Cân nặng _____ Chán Ăn Có Không

HỎI VỀ MỘT CHUYÊN GIA DINH DƯỠNG ĐÃ ĐĂNG

Hãy hỏi bác sĩ liệu làm việc với một chuyên gia dinh dưỡng đã đăng (RDN) có thể giúp được không. Một RDN có thể lên kế hoạch cho bữa ăn có thể giúp hạn chế một số tác dụng phụ, chẳng hạn như tiêu chảy, buồn nôn, và giảm cân, và bao gồm các loại thực phẩm để giúp tăng năng lượng của bạn.

