



# Ādas, matu, nagu un mutes dobuma kopšana



**pacientiem, kuru vēzis tiek ārstēts  
ar epidermālā augšanas faktora  
receptoru inhibitoriem**

## Bukleta sagatavošanai izmantoti informatīvie materiāli:

Multinational Association Of Supportive Care In Cancer ([www.mascc.org](http://www.mascc.org))

Peeters M et al. Anti-Epidermal Growth Factor Receptor Monotherapy in the Treatment of Metastatic Colorectal Cancer: Where Are We Today? *Oncologist*. 2009 Mar;14(3):307.

Assessment of frequency and severity of hypomagnesemia in patients with metastatic colorectal cancer treated with cetuximab, with a review of the literature, Accepted June 16, 2015; DOI: 10.3892/ol.2015.3800

Oral Mucositis Complicating, Chemotherapy and/or Radiotherapy: Options for Prevention and Treatment. Wolfgang J. Köstler, MD; Michael Hejna, MD; Catharina Wenzel, MD; and Christoph C. Zielinski, MD; *CA Cancer J Clin* 2001; 51:290-315.

Chitapanarux I, Tungkasamit T, Traisathut P, et al. Randomized control trial of benzydamine HCL versus sodium bicarbonate for prophylaxis of concurrent chemoradiation-induced oral mucositis. *Supportive Care in Cancer. Official Journal of the Multinational Association of Supportive Care in Cancer*. March 2018; 26 (3): 879-886.

Petrelli F, et al. *Oncology* 2018;94:191-199;

### **Materiālu sastādīja Rīgas Austrumu Klīniskās universitātes slimnīcas Latvijas Onkoloģijas centra**

**onkoloģe ķīmijterapeite  
dr. Svetlana Kašperova**

**ķirurgs  
dr. Guntis Ancāns**

**radioloģe terapeite  
dr. Dace Bogorada-Saukuma**

Publicēts ar **MERCK** atbalstu, neietekmējot saturu.

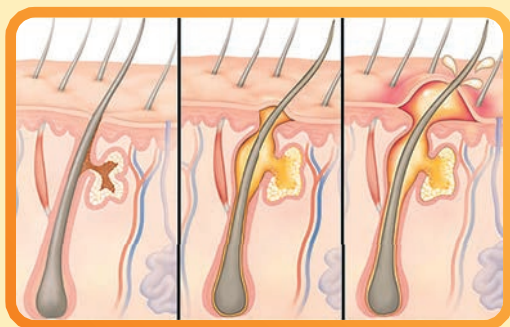
1. vāka fotogrāfija no dr. S. Kašperovas personīgā arhīva

**Epidermāla augšanas faktora receptoru (EAFR) inhibitori**, piemēram, *cetuximabum* vai *panitumumabum*, ir medikamentu grupa, ko izmanto metastātiska kolorektālā vēža ārstēšanai. *Cetuximabum* kopā ar staru terapiju izmanto galvas un kakla vēža ārstēšanai.

**Cetuximabs** – monoklonāla antivielas. Monoklonālās antivielas ir olbaltumi, kas specifiski atpazīst un saistās pie citiem unikāliem olbaltumiem, ko sauc par antigēniem. Cetuximabs saistās pie epidermas augšanas faktora receptora (EAFR) – antigēna uz noteiktu vēžu šūnu virsmas. EAFR aktivē olbaltumus, ko sauc par RAS. RAS olbaltumiem ir būtiska loma EAFR patoģenēzes ceļā – kompleksā signalizējošā kaskādē, kas ir iesaistīta vēža attīstībā un progresēšanā. Šīs saistīšanās rezultātā vēža šūna vairs nevar saņemt ziņas, kas tai nepieciešamas augšanai, progresēšanai un metastazēšanai. (atsauce – lietošanas instrukcija)

**Panitumumabs** – monoklonāla antivielas. Monoklonālās antivielas ir olbaltumvielas, kas specifiski atpazīst un pievienojas (piesaistās) citām unikālām olbaltumvielām organismā.

Panitumumabs specifiski atpazīst un pievienojas olbaltumvielai, kuru sauc par epidermas augšanas faktora receptoriem (EAFR) un kas atrodas uz dažu audzēju šūnu virsmas. Kad augšanas faktori (citas organisma olbaltumvielas) pievienojas EAFR, tiek stimulēta vēža šūnu augšana un dalīšanās. Panitumumabs piesaistās EAFR un neļauj vēža šūnai saņemt signālus, kas vajadzīgi augšanai un šūnu dalīšanai. (atsauce – lietošanas instrukcija).



**Ārstējot vēzi ar EAFR inhibitoriem, Jums varētu būt dažādas blakusparādības; biežāk tās ir ādas, matu un nagu reakcijas, jo ādā, it īpaši epidermā (ādas virsējā slānī), matu folikulos un taukus producējošos dziedzeros, ir vairāk EAFR receptoru nekā citos orgānos.**

## Ādas reakcija var izpausties dažādi:

- niezoša āda,
- aknei līdzīgi izsitumi uz sejas, kakla un krūtīm,
- sāpīgums un savilkuma sajūta sejā, kaklā, galvas un krūšu apvidū,
- ādas plīsumi,
- izmaiņas matu tekstūrā, kā arī skropstu un uzacu lokošanās,
- sejas, kakla un galvas ādas sausums un lobīšanās,
- infekcija ādā ap nagu,
- nagu trauslums, nagu vaļīgums naga gultnē,
- čūlas degunā un mutē vai ap degunu un muti.

Ādas izsitumi katram izpaužas atšķirīgi  
un dermatologi tos klasificē pēc smaguma.

**70-90% pacientu, kuriem vēzis tiek ārstēts ar EAFR inhibitoriem,**

novēro aknei līdzīgus izsitumus,

bet tikai **10%** pacientu novēro 3.-4. pakāpes blakusparādības:

0. pakāpe –	1. pakāpe –	2. pakāpe –	3.-4. pakāpe –
nav ādas bojājumu vai ir viegli izteikti ādas bojājumi	viegli pustulāri vai papulāri izsitumi.  Ādas bojājumi skar līdz 10% ķermeņa virsmas	vidēji smagi pustulāri vai papulāri izsitumi, eritēma, kas var ietekmēt dzīves kvalitāti.  Ādas bojājumi skar 10-30% ķermeņa virsmas	smagi, plaši, sāpīgi, nepanesami izsitumi, kas pasliktina dzīves kvalitāti.  Ādas bojājumi skar vairāk nekā 30% ķermeņa virsmas

## Ko darīt, ja Jums parādās ādas vai matu, vai nagu izmaiņas, ārstējot vēzi ar EAFR inhibitoriem?



1. Sazinieties ar ārstu/medmāsu!
2. Ārstējošais ārsts rekomendēs tieši Jums nepieciešamo terapiju blakusparādību mazināšanai (piem., antibiotikas, lokāli lietojamas ziedes/krēmus un mutes dobuma kopšanas līdzekļus).

Kaut arī ne visiem pacientiem, kas ārstēšanas laikā saņem cetuximabum vai panitumumabum, attīstās ādas reakcija, tomēr pētījumi un klīniskā pieredze liecina, ka aknei līdzīgu izsitumu parādīšanos var uzskatīt par apliecinājumu tam, ka ārstēšana iedarbojas. Pareizi kopjot ādu un ievērojot higiēnas noteikumus, šīs blakusparādības var būtiski samazināt.

# Nebaidīties, pieņemt, risināt!

Pēc 1. ķīmijterapijas/  
EAFR inhibitoru kursa,  
2.-3. nedēļa:

Raksturojums

Rezultāts pēc 4 dienu  
antibiotiku kursa



Sāpīga, savilkta,  
niezoša āda,  
veidojas aknei līdzīgi  
izsitumi uz sejas,  
kakla, galvas ādas  
matainajā daļā –  
eritematozas makulas /  
papulas



Aknei līdzīgi izsitumi  
uz krūtīm, muguras  
un rokām – papulas



# Kā Jūs varat sev palīdzēt?

## 1. Ādas sausums

- ▶ Mazgājiet sejas un kakla ādu siltā ūdenī 32-35°C, lietojiet maigas ziepes (mazgāšanās eļļu), mazgāšanās želeju, kas nesatur smaržvielas un spirtu.
- ▶ Lietojiet mitrinošu ķermeņa krēmu, īpaši uz rokām un kājām.

## 2. Matu izmaiņas

- ▶ Tiklīdz parādās pirmās izsitumu pazīmes, neskuļieties ar skuvekli, lai izvairītos no asiņošanas un infekcijas.
- ▶ Ieteicams izmantot elektrisko skūšanās aparātu.
- ▶ Visā ārstēšanas laikā izvairieties no matu krāsošanas.

## 3. Ādas nieze

- ▶ Var izmantot krēmus ar mentolu.  
Lietojiet prehistamīna līdzekļus (piem., *Suprastin*, *Tavegyl*), bet ņemiet vērā, ka šīs zāles var izraisīt miegainību.
- ▶ Lokāli lietojami krēmi/ziedes/losjoni, kas satur kortikosteroīdus, un/vai antibakteriāli krēmi/ziedes (nozīmēs un izrakstīs ārstējošais ārsts iegādei pret recepti).

## 4. Mutes gļotādas iekaisums

- ▶ Stomatīts, mukozīts – terapijas laikā mutes dobuma gļotāda kļūst apsārtusi no iekšpuses, jutīga un sāpīga, parādās sausums mutē, izmainās garšas sajūta, tāpēc mutes dobums vairākas reizes dienā jāskalo ar stipru kumelīšu tēju vai ūdeni. Mutes dobumu drīkst skalot ar *Benzylidamini hydrochloridum* saturošiem līdzekļiem. Iepriekš minētās sūdzības izzudīs pakāpeniski vairāku mēnešu laikā pēc terapijas beigām.



## 5. Magnija daudzuma samazināšanās asinīs

- ▶ EAFR inhibitoru terapijas laikā, organisms var zaudēt zināmu daudzumu magnija, tādēļ visu terapijas laiku un ~1 mēnesi pēc terapijas pabeigšanas rekomendē lietot magnija preparātus (ievērojot ārsta norādījumus).

Pēc 2.-3. ķīmijterapijas/  
EAFR inhibitoru kursa,  
4.-6. nedēļa:

Sausa āda

Ādas plaisāšana un  
nagu izmaiņas



Pēc 4.-6. ķīmijterapijas/  
EAFR inhibitoru kursa,  
6. nedēļa:

Ādas izmaiņas  
galvas matainajā daļā

Ādas iekaisums  
ap nagiem



**Cīnieties pret ādas sausumu,  
izmantojot saudzīgus krēmus  
un losjonus bez smaržvielām, un**

**UZTURIET ORGANISMĀ  
PIETIEKAMU ŠĪDRUMA LĪMENI!**

**Dzeriet ūdeni, kā arī ēdiet produktus ar augstu ūdens saturu!**

# Vispārīgie principi, uzsākot vēža ārstēšanu ar EAFR inhibitoriem

- ▶ Pirms terapijas uzsākšanas vēlams apmeklēt stomatologu un veikt mutes dobuma sanāciju.
- ▶ Dušas gēla vai ziepju vietā jālieto vannas/dušas eļļa.
- ▶ Skartie ādas reģioni jāmazgā ar remdenu ūdeni.
- ▶ Var lietot aptiekā nopērkamu K1 vitamīna krēmu.
- ▶ Lai pasargātu ādu no sausuma, jālieto mitrinoši krēmi (īpaši uz ekstremitātēm), jāizvairās no spirtu saturošu kosmētisko līdzekļu lietošanas un karsta ūdens.
- ▶ Jāizvairās no uzturēšanās saulē, jālieto saules aizsargkrēms ar SPF  $\geq 30$ , arī tad, ja ārpus telpām uzturas tikai īslaicīgi.
- ▶ Katru dienu un pēc katras mazgāšanās vai peldēšanās reizes āda jāieziež ar mitrinošu krēmu.
- ▶ Jāizvairās no cieši pieguļošu apavu valkāšanas.
- ▶ Jāizvairās no cieši pieguļošu apģērbiem (kreklu, džemperu u.c.) nēsāšanas.
- ▶ Jāizvairās no bārdas audzēšanas. Skūšanās jāveic ar asiem bārdas skuvekļiem. Pirms skūšanās jāizmanto skūšanās krēms, bet pēc skūšanās - ādu mīkstinošs krēms.
- ▶ Pirms skūšanās jāapgriež ūsas un bārda.
- ▶ Jāizvairās no vaksācijas ar vasku un no epilācijas.
- ▶ Dekoratīvā kosmētika jāizmanto minimāli.
- ▶ Kosmētika jānoņem ar tīrīšanas pienu, pēc tam seju skalojot ar remdenu ūdeni.
- ▶ Jānodrošina rūpīga mutes dobuma higiēna, pēc katras ēdienreizes ar mīkstu zobu suku jātīra zobi, regulāri jāskalo mute.



## K1 vitamīna krēms –

aizsargājošs krēms, lai atjaunotu ādas fizioloģiskos procesus, kas izjaukti ārējo un iekšējo faktoru ietekmē, kā rezultātā āda kļuvusi jutīgāka un ir traucēta tās atjaunošanās. Atbilstoša ādas kopšana stiprina ādu un uzlabo tās paš aizsardzības spējas. Šim krēmam ir labvēlīga ietekme uz kairinātu ādu.

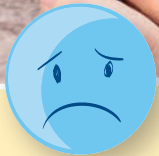
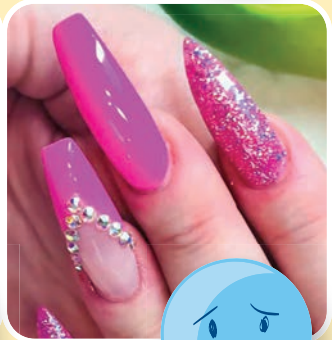
### Lietošana:

Krēms ir jālieto šādiem mērķiem:

- kairināta āda (piemēram, pēc zāļu terapijas);
- āda ar aknei līdzīgiem izsitumiem.

Ārīgai lietošanai uz neskartas ādas.





# Ko darīt un nedarīt, veicot nagu aprūpi

Darīt	Nedarīt
<p>Mitrināt plaukstas un pēdas</p> <p>Uzturēt nagus īsus un tīrus</p> <p>Nēsāt sandales un kurpes, kas nekairina pēdu pirkstus, sargāt pēdas no noberzumiem</p> <p>Ja apmeklējat manikīra salonu, ņemiet līdzi dezinficētus personīgos līdzekļus. Ja nagu aprūpi veicat mājās, dezinficējiet pēdu vanniņu</p> <p>Izvēlieties nagu laku un nagu lakas noņēmēju, kas izgatavots uz ūdens bāzes un nesatur spēcīgas ķīmiskas vielas</p> <p>Mazgājot traukus un veicot uzkopšanu vai dārza darbus, lietojiet cimdus</p> <p>Izmantojiet plāksteri, lai sadziedētu iegriezumus ap roku un kāju pirkstiem</p>	<p>Nelieciet mākslīgos vai gēla nagus. Tos noņemot, nags var tikt bojāts, kā arī pie naga vai naga pamatnes var tikt aizturētas baktērijas</p> <p>Negrauziet nagus</p> <p>Neplēsiet ap nagiem atlobījušos ādu</p> <p>Neapgrieziet un neatbīdiet naga kutikulu</p>

Onkoloģisko pacientu atbalsta biedrība

# Dzīvības koks

ir vadošā onkoloģisko  
pacientu organizācija Latvijā,  
kas apvieno  
onkoloģiskos pacientus  
un viņu tuviniekus.

## Biedrības «Dzīvības koks» darbības virzieni:

- › **Psihosociālās rehabilitācijas programma «Spēka avots»** – valsts atbalstīta intensīva 6 dienu programma, kas bez maksas pieejama ikvienam onkoloģiskajam pacientam un viņa tuviniekam. Tā ietver grupu terapiju, mākslas terapiju, fizioterapiju, informatīvas lekcijas par dzīvi, uzturu u.c. pēc aktīvā vēža ārstēšanas perioda.

Pieteikties var, zvanot pa tālr. **67625339** vai mājas lapā [www.dzivibaskoks.lv](http://www.dzivibaskoks.lv)

- › **Psihoemocionālā atbalsta centrs** – centrs darbojas Rīgas Austrumu Klīniskās universitātes slimnīcas stacionārā «Latvijas Onkoloģijas centrs» 1. stāvā, lai **bez maksas** sniegtu palīdzību un emocionālu atbalstu gan pacientiem, gan viņu tuviniekiem brīdī, kad uzzināta diagnoze un ir sākusies vēža ārstēšana. Centrā strādā psihologs, mākslas psihoterapeits, fizisko aktivitāšu fiziologs u.c. medicīnas atbalsta speciālisti.

Apmeklētāji gaidīti darba dienās no plkst. 9:00 līdz 17:00  
Vairāk informācijas, zvanot pa tālruni **67040830**

- › **«Dzīvības koka» Mentoru kustība** – šī projekta mērķis ir sniegt palīdzību vēža pacientiem personiskā diskrētā sarunā klātienē vai telefoniski. Par mentoru pēc sagatavošanās kļūst atveseļojušies pacienti ar dažādām onkoloģiskām slimībām, kuri ar savu piemēru iedvesmo citus veiksmīgi pārvarēt bailes vēža ārstēšanas procesā.

Mentoru tālrunis: **26323636**

- › **Dzīvības koka reģionālās nodaļas un atbalsta grupas:**  
Liepājā, Valmierā, Jēkabpilī, Ventspilī, Bauskā un Rīgā.

Visa informācija pieejama: [www.dzivibaskoks.lv](http://www.dzivibaskoks.lv)