

# Behandling af kræft med lavdosis cytarabin

Vi har anbefalet dig medicinsk behandling af din kræftsygdom med lavdosis cytarabin.

Vi håber, at denne pjeces kan være en hjælp til at få et overblik over behandlingen. Dine pårørende kan også have glæde af at læse pjecen, så de bedre kan støtte dig i behandlingsforløbet.

Inden behandlingen starter, informerer vi dig også mundtligt om behandlingens virkning og bivirkninger.

## SÅDAN VIRKER MEDICINEN

Lavdosis cytarabin er kemoterapi, der især bruges til behandling af knoglemarvssygdommene myelodysplastisk syndrom (MDS) og akut myeloid leukæmi (AML).

MDS og AML er sygdomme i de hvide blodlegemer, hvor der er sket en defekt i dannelsen eller i modningen af blodlegemerne.

De hvide blodlegemer kan derfor ikke fungere normalt og varetage de opgaver, de er tiltænkt i kroppen. Samtidig kan sygdommen medføre, at de andre typer blodceller ikke kan produceres i normalt antal. Målet med behandlingen er at ødelægge de syge hvide blodlegemer.

Kemoterapien er specielt effektiv over for kræftcellerne, men den kan ikke skelne mellem kræftceller og visse andre celler i kroppen. Behandlingen vil derfor også påvirke raske celler i kroppen. Det er årsagen til de bivirkninger, der er nævnt her i pjecen.

Ordet "lavadosis" refererer til, at cytarabin i denne kur gives i lavere dosis over længere tid.

Lavdosis cytarabin indeholder stoffet Ara-C, cytosin arabinosid. Stoffet bliver nogle gange kaldt cytosar.

### Sådan får du behandlingen

Du får lavdosis cytarabin som serier af indsprøjtninger under huden i låret eller på maven.

Du skal have lavdosis cytarabin 2 gange dagligt i hver serie. En serie kan være fra 7 til 14 dage.

Første indsprøjtning bliver som regel givet om aftenen på den første behandlingsdag.

Du kan lære selv at tage indsprøjtningen, eller vi kan arrangere, at en hjemmesygeplejerske kommer hjem til dig og giver dig den.

### Behandlingsforløbet

Det er forskelligt fra patient til patient, hvor mange behandlingsserier, man skal have. Det afhænger blandt andet af, hvordan behandlingen påvirker sygdommen, og hvordan man tåler behandlingen. Der går mindst 28 dage mellem starten på hver serie.

Du skal have taget blodprøver inden hver behandlingsserie. Det gør vi for at kontrollere, at du har nok raske blodceller.

Du vil også få taget blodprøver imellem hver behandlingsserie. På den måde kan vi se, hvordan behandlingen påvirker dine blodceller.

Din læge og sygeplejerske vil fortælle dig om dit konkrete behandlingsforløb.

På sidste side i pjecen kan du se et eksempel på en behandlingsserie på 7 dage.

## BIVIRKNINGER

Du kan få bivirkninger af behandlingen med lavdosis cytarabin. Bivirkninger er utilsigtede virkninger af medicin. Nogle bivirkninger er hyppige, men ikke alvorlige. Andre er sjældne, men kan være alvorlige.

Du skal tale med din læge og sygeplejerske, hvis du oplever bivirkninger under behandlingen. De kan hjælpe dig med at lindre bivirkningerne. Hvis bivirkningerne er alvorlige, kan din læge nedsætte din dosis af lavdosis cytarabin, afbryde behandlingen midlertidigt eller vælge at stoppe behandlingen.

De mest almindelige bivirkninger ved behandlingen er nævnt i det følgende.

### Infektion

Du vil have en øget risiko for at få infektioner i perioder af din behandling. Det skyldes kemoterapiens virkning på de raske celler i knoglemarven. Kemoterapien medfører, at antallet af hvide blodlegemer (leukocytter) bliver nedsat. De hvide blodlegemer er vigtige i kroppens forsvar mod infektioner.

I perioder af behandlingen skal du måske have forebyggende antibiotika i tablettform.

Hvis du alligevel får ét eller flere af de symptomer, der er nævnt herunder, skal du kontakte os. Lægen vurderer så, om du skal indlægges og behandles med antibiotika i en blodåre, eller om du kan være hjemme og få antibiotika som tabletter.

Du skal især være opmærksom på følgende symptomer:

- Almen utilpashed og kulderystelser
- Temperatur over 38,5 grader.

Du kan selv gøre følgende for at undgå infektioner:

- Sørg for god håndhygiejne efter toiletbesøg og før måltider.
- Undgå direkte kontakt med personer, der hoster, er forkølede eller har feber.

Hold desuden dagligt øje med, om du har følgende symptomer:

- Belægninger i munden eller synkesmerter
- Tegn på betændelse i huden
- Smerter ved endetarmen.

### Blødning

Du vil have øget risiko for at få blødning i perioder af behandlingen. Det skyldes også kemoterapiens virkning på de raske celler i knoglemarven.

Kemoterapien medfører, at antallet af blodplader (trombocytter) bliver nedsat. Blodpladerne er med til at stoppe blødninger.

Hvis du får ét eller flere af de symptomer, der er nævnt herunder, og blødningen ikke hører op af sig selv, skal du kontakte os. Så skal du måske have transfusion med blodplader (blodtransfusion).

Du skal især være opmærksom på følgende symptomer:

- Blødning fra næse, mund eller skede
- Blod i afføring eller urin
- Mange blå mærker eller små røde prikker i huden, specielt på benene.

Du kan selv gøre følgende for at undgå blødning:

- Brug en blød tandbørste.
- Tag ikke gigtmedicin, der indeholder ibuprofen, samt medicin, der indeholder acetylsalicylsyre, der øger risikoen for blødninger.
- Undgå kraftig fysisk anstrengelse.  
Undgå at drikke alkohol, hvis dit blodpladetal er lavt, da alkohol kan nedsætte blodpladernes funktion.
- Undgå forstoppelse.

### Blodmangel

Du vil have øget risiko for at få lav blodprocent (hæmoglobin) i perioder af din behandling. Blodmanglen opstår, hvis antallet af røde blodlegemer bliver nedsat, når behandlingen påvirker de raske celler i knoglemarven. Hvis blodprocenten er lav, skal du måske have blodtransfusion.

Du skal især være opmærksom på følgende symptomer:

- Åndenød
- Hjertebanken.

Du kan selv gøre følgende for at mindske generne ved lav blodprocent:

- Undgå større fysisk anstrengelse.
- Rejs dig forsigtigt, så du ikke falder.

### Træthed

De fleste oplever træthed i forbindelse med sygdommen, men også under behandlingen med kemoterapi. Du kan opleve en træthed, der ikke forsvinder trods hvile og god nattesøvn.

Du kan selv gøre følgende for at afhjælpe træthed:

- Hold flere små hvilepauser i løbet af dagen.
- Sørg for at få frisk luft og gå gerne nogle små ture.
- Sørg for let adspredelse i din hverdag.
- Bed familie og venner om hjælp til praktiske gøremål.

### Kvalme og opkastning

Du kan opleve at få kvalme og opkastning af lavdosis cytarabin. Tal med sygeplejersken eller lægen, da det kan være nødvendigt, at du får kvalmestillende medicin.

Du kan selv modvirke kvalme på følgende måder:

- Spis, når du føler dig sulten.
- Drik så meget som du kan.
- Sid op, når du spiser.
- Spis letfordøjelig mad, fx frugt, desserter, kiks og lignende.
- Spis i øvrigt det, du har lyst til.
- Anret maden pænt, få eventuelt en anden til at anrette maden for dig.

### Ændret afføring

Du kan få tynd mave (diarré) under og efter din behandling med lavdosis cytarabin.

En af årsagerne til diarré er, at slimhinderne i tarmen afstødes, og tarmens evne til at opsuge væske bliver nedsat. Det kan derfor være nødvendigt at være indlagt i forbindelse med længerevarende diarré, så du kan få væske direkte i blodbanen. Det kan også være nødvendigt, at du får stoppende medicin.

Hvis du har let diarré, kan du gøre følgende:

- Drik rigeligt, fordi du mister væske.
- Spis bananer, dåsefrugt, supper og drik sportsdrikke for at holde saltbalancen.
- Undgå fiberrige grøntsager.
- Følg eventuelt gamle husråd om at spise revet æble, havresuppe, hvidt brød, kartoffelmos og ris. Det kan muligvis afhjælpe diarréen.

Har du feber og diarré, skal du kontakte os, da du kan have en tarminfektion, som kræver behandling.

### Nedsat appetit

Din lyst til mad kan ændre sig under dit behandlingsforløb. Mange patienter oplever, at maden kommer til at smage anderledes. Smagen bliver normal igen, når du ikke mere får kemoterapi.

Du kan selv gøre følgende, hvis du har nedsat appetit:

- Spis først og fremmest det, du har lyst til.
- Spis mange små måltider i løbet af dagen.
- Tilsæt din mad fløde og fedtstof. Brug smør på brødet.
- Drik proteindrikke.
- Supplér med nødder, mandler og mørk chokolade.
- Spis af en lille tallerken, da maden så ofte ser mere indbydende ud.
- Drik gerne 2-3 liter væske om dagen – især de første dage efter en behandling. Det øger udskillelsen af affaldsstoffer gennem urinen.

### Hårtab

Lavdosis cytarabin kan medføre, at du taber håret enten helt eller delvist. Håret vokser næsten altid ud igen, efter behandlingen er helt afsluttet. Håret kan få en anden struktur (fx blive mere krøllet eller mere glat) eller ændre farve efter behandlingen. Håret begynder først at falde af et par uger efter, at du har påbegyndt behandlingen.

Du kan få tilskud til paryk, tørklæde eller kasket, hvis du taber håret som følge af din behandling.

### Humør

Dit humør kan blive påvirket af både sygdom og behandling.



Du kan blive modløs og nedtrykt. Nogle få udvikler en egentlig depression. Fortæl lægen eller sygeplejersken, hvordan du har det.

#### Andre bivirkninger

Ganske få mennesker reagerer allergisk på lavdosis cytarabin. Sker det, kan det betyde, at behandlingen må ophøre.

### VÆR OPMÆRKSOM PÅ

Kontakt os altid, hvis du oplever følgende symptomer:

- Temperatur over 38,5 grader
- Andre tegn på infektion
- Blødning.

### KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os. Du kan også søge mere information om medicinen på internettet, fx på [www.indlaegsseddel.dk](http://www.indlaegsseddel.dk) eller på <http://min.medicin.dk>.



#### Kontakt

##### Hæmatologisk Ambulatorium

Tlf. 97 66 38 00

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 8.00 – 15.00

##### Hæmatologisk Sengeafsnit 7 Vest

Tlf. 97 66 38 01

Resten af døgnet samt weekender og helligdage.

<https://aalborguh.n.dk/hæmatologi>

### OVERSIGT OVER BEHANDLINGSSERIE

DAG		1	2	3	4	5	6	7	8	?	8-28 (42)
Blodprøver		x								x	Pause
Lavadosis cytarabin	Morgen		x	x	x	x	x	x	x		Pause
	Aften	x	x	x	x	x	x	x			
Eventuelt tablet Allopurinol		x	x	x	x	x	x	x			
Eventuelt kvalmestillende medicin		x	x	x	x	x	x	x	x		