

## **Neuropatia obwodowa**

Jednym z powikłań leczenia chemioterapią jest neuropatia obwodowa. Dochodzi do niej, gdy ulegną uszkodzeniu nerwy lub zakończenia nerwowe. Objawy neuropatii zależą od zastosowanego rodzaju i dawki chemioterapii. U większości pacjentów objawy neuropatii obwodowej- pieczenie, mrowienie, drętwienie- przechodzą samoistnie w przeciągu kilka miesięcy od zakończenia chemioterapii. Czas potrzebny do rozwoju objawów i ich ustąpienia także zależy od rodzaju i dawki chemioterapii. W rzadkich przypadkach objawy neuropatii obwodowej utrzymują się przez kilka miesięcy do kilku lat od zaprzestania chemioterapii, co może świadczyć o trwałym uszkodzeniu nerwów. W tej sytuacji neuropatia jest nieodwracalna.

Nie wszyscy pacjenci otrzymujący chemioterapię rozwiną objawy neuropatii obwodowej, niemniej warto wiedzieć jakich objawów można się spodziewać. Rozwojowi neuropatii nie zawsze można zapobiec, natomiast można zapobiec nasilaniu się jej objawów. Jeśli Pacjent zauważył któryś z niżej wymienionych objawów, powinien niezwłocznie zgłosić to lekarzowi prowadzącemu celem lepszego dostosowania leczenia, a także porozmawiania o sposobach radzenia sobie z neuropatią obwodową.

### Objawy

- drętwienie lub mrowienie zlokalizowane w rękach i/lub stopach
- trudności w chwytaniu przedmiotów, zapinaniu guzików
- szumy uszne
- zaburzenia widzenia
- ból rąk, stóp
- zaparcia, problemy z oddawaniem moczu, inne zaburzenia czynnościowe jelit, pęcherza moczowego
- osłabienie siły mięśniowej, kurcze mięśniowe
- pogorszenie czucia ciepła lub zimna

## Postępowanie

Ważne jest jak najwcześniejsze zgłoszenie wystąpienia objawów neuropatii lekarzowi. Niżej prezentujemy sposoby, które mogą spowolnić lub zapobiec rozwojowi objawów, a także zapobiec dodatkowym obrażeniom:

- suplementacja witamin (poniżej)
- zadbanie o dobre oświetlenie otoczenia
- zadbanie o porządek na podłodze w domu, z uwzględnieniem usunięcia dywaników, taborecików i innych potencjalnych „przeszkód”
- używanie antypoślizgowych mat z łazience i pod prysznicem
- ustawienie na bojlerze maksymalnej temperatury na <math><43\text{ }^{\circ}\text{C}</math> w celu zabiegania oparzeniom
- używanie rękawic ochronnych w trakcie prac ogrodowych
- regularne sprawdzanie skóry rąk i stóp pod kątem obecności zadrapań i skaleczeń
- unikanie ekspozycji na zimno, jeśli to powoduje pogarszanie się objawów- w razie chłonnej pogody używanie ciepłych rękawiczek i skarpetek.
- używanie dobrze izolujących rękawic kuchennych w trakcie gotowania
- w trakcie jazdy samochodem upewnienie się, czy stopy dobrze wyczuwają pedały gazu, sprzęgła i hamowania
- neuropatia może powodować zaparcia. Stosowanie diety zaleconej przez lekarza
- neuropatia może powodować zaburzenia seksualne. Zgłoszenie problemu lekarzowi

## Leczenie

Należy pamiętać, że aktualnie nie zaleca się stosowania suplementów w dniach podawania bortezomibu (Velcade). Stosowanie jakichkolwiek suplementów powinno być omówione i uzgodnione z lekarzem prowadzącym. Suplementy zażywa się z posiłkiem, chyba że zalecono inaczej.

WITAMINY- zażywane w trakcie posiłku, chyba że zalecono inaczej

### WITAMINA B COMPLEX

(z witaminą B1, B6, B12, kwasem foliowym i innymi)

B6 około 50 mg/dziennie (maksymalnie 100 mg/dziennie)

Kwas foliowy- 1 mg/dziennie

### WITAMINA E

400 IU/dziennie

### WITAMINA D

400-800 IU/dziennie

### OLEJE RYBNE

#### **KWASY TŁUSZCZOWE OMEGA-3 (EPA I DHA)**

#### **OLEJ Z WIESIOŁKA kapsułki**

#### **OLEJ Z SIEMIENIA LNIANEGO**

KURCZE MIĘŚNIOWE- można bezpiecznie stosować w dniach iniekcji Velcade

### MAGNEZ

Zalecana dawka 200 mg 2x/dziennie

Alternatywnie 400 mg 1x/dziennie (na receptę)

Stosowany w dużych dawkach może powodować zaparcia

### POTAS

Banany, pomarańcze, pomidory

Alternatywnie tabletki na receptę od lekarza prowadzącego

### TONIK (z chininą)

Wypij jedną szklankę wieczorem i jedną w razie kurczów mięśniowych

AMINOKWASY- do nabycia w sklepach ze zdrową żywnością i niektórych supermarketach.  
Zalecane zażycie obu preparatów. Do zażycia 1-2 h przed lub po posiłkach.

#### ACETYL L-KARNITYNY

500 mg 2x/dziennie z posiłkami

Maksymalnie 2000 mg/dziennie

#### KWAS ALFA LIPONOWY

300-100 mg/dziennie z posiłkami

#### TABLETKA ŁĄCZONA- weź JEDNĄ 2x/dziennie

Kwas alfa liponowy 200 mg

Acetyl l-karnityny 500 mg

Nie zażywać jednocześnie preparatów łączonych i wyżej wymienionych preparatów z jednym aminokwasem

#### GLUTAMINA

1 gram maksymalnie 3x/dziennie z posiłkami

LECZENIE MIEJSCOWE- można bezpiecznie stosować w dniach iniekcji Velcade

#### MASŁO KAKAOWE

(bogate w ksantyny, serotoninę, witaminę E i inne emolienty)

Delikatnie wmasować w dotknięte neuropatią miejsca 2x/dziennie

#### KREMY Z MENTOLEM (np. Vick's Vapo-Rub)

Delikatnie wmasować w zdrętwiałe miejsca 2x/dziennie

#### OLBAS OIL

LEKI NA RECEPTĘ- można bezpiecznie stosować w dniach iniekcji Velcade

#### NEURONTIN (gabapentyna)

Początkowo 100 mg 3x/dziennie

Następnie stopniowo zwiększać dawkę do 600 mg 3x/dziennie

Można stosować maksymalnie 2700 mg/dziennie po uzgodnieniu z lekarzem prowadzącym

Obecne są tabletki 100 mg i 300 mg

Nie zaleca się stosowania wysokich dawek w zaburzeniach czynności nerek

**Lyrica (pregabalina)**

**50-100 mg 3x/dziennie**

**Amitryptylina**

**25-50 mg na noc**

**CYMBALTA (Duloksetyna)**

**60 mg na noc**

**CELEBREX**

**(Cox II inhibitor prostaglandyn)**

**Do stosowania pod nadzorem lekarza**

**PLASTRY Z 5% LIDOKAINĄ**

**1 ½ plastra na każde bolesne miejsce. Zmiana co 12 h**

**LECZENIE OBJAWÓW ZWIĄZANYCH ZE STOSOWANIEM STERYDÓW**

**RITALIN**

5-10 mg 2x/dziennie

**LORAZEPAM**

0.5-1 mg na noc i co 4 h w razie nasilonego lęki