AC Kemoterapisi (Adriamisin-Siklofosfamid) Hasta Bilgilendirme Notları

Meme kanseri · Doksorubisin (adriamisin) + Siklofosfamid

Hastanın adı soyadı: _____	**Dosya / protokol no:** _____
Sorumlu hekim: _____	**Hemşire / koordinatör:** _____
Tedavi başlangıç tarihi: _____	**Belge tarihi:** _____

Bu rehber, size önerilen tedaviyi, tedavi günü ve sonrasında neler yaşayabileceğinizi ve ne zaman sağlık ekibinize haber vermeniz gerektiğini anlatır. Rehberi tedaviniz boyunca yanınızda bulundurun, sorularınızı yazın ve her randevuya getirin.

1. Bu tedavi nedir?

AC, iki kemoterapi ilacının birlikte verildiği bir tedavidir:

- **A** = Adriamisin (doksorubisin). Kırmızı renkli bir ilaçtır.
- **C** = Siklofosfamid. Renksiz bir ilaçtır.

Amaç, ameliyat sırasında veya sonrasında vücutta gözle görülmeyen kanser hücrelerini yok etmek ve meme kanserinin geri dönme riskini azaltmaktır. Bazı hastalarda ameliyattan önce, tümörü küçültmek için de verilir. Çoğu hastada AC tedavisinden sonra başka bir kemoterapi ilacına (paklitaksel veya dosetaksel gibi taksan grubu) geçilir. Kesin planınızı doktorunuz size özel olarak belirler.

2. Tedavi planınız

Konu	Planınız
Kür sayısı	Genellikle 4 kür. Doktorunuz farklı bir sayı belirlediyse size ayrıca söyleyecektir.
Kürler arası süre	Genellikle 21 günde bir (toplam yaklaşık 12 hafta). “Yoğun doz” programında 14 günde bir (toplam yaklaşık 8 hafta) verilir; bu programda her kürden 1–3 gün sonra kan hücrelerinizi artıran bir **destek iğnesi** yapılır.
Sonraki tedavi	AC’den sonra çoğu hastada taksan grubu bir ilaca (paklitaksel veya dosetaksel) geçilir. Hangisinin ve hangi programla verileceğini doktorunuz size bildirecektir.
Kür tarihleri	1. kür: _____ 2. kür: _____ 3. kür: _____ 4. kür: _____

Her kürde neler olur? (21 günlük program)

Gün	Beklenen durum
1	Tedavi günü. Kan tahlili, doktor görüşmesi ve ilaçların verilmesi.
2–4	Bulantı en belirgin dönemdir. Bulantı önleyici ilaçlarınızı düzenli alın.
5–10	Yorgunluk, ağız yaraları, iştah ve tat değişikliği olabilir.

7–14	Kan değerlerinin en düşük olduğu dönemdir. Enfeksiyon ve kanama riski en yüksektir. **Ateşinizi takip edin.**
14–21	Toparlanma dönemi. Kan değerleri normale döner.
21	Yeni kür öncesi kan tahlili ve muayene. Değerler uygunsa bir sonraki kür verilir.

14 günlük programda aynı döngü daha kısa sürer; kan değerlerinin en düşük olduğu dönem yaklaşık 7–10. günlerdir.

3. Tedaviden önce

- **Tetkikler:** Kan tahlilleri yapılır, hepatit B taraması istenebilir. Doksorubisin kalp kasını etkileyebileceği için başlamadan önce **kalp ultrasonu (EKO)** veya benzeri bir kalp incelemesi yapılır.
- **İlaçlarınız:** Düzenli kullandığınız tüm ilaçları, vitaminleri ve bitkisel ürünleri doktorunuza bildirin. Bazıları kemoterapinin etkisini veya yan etkilerini değiştirebilir.
- **Gebelik ve doğurganlık:** Üreme çağındaysanız gebelik testi yapılır. Tedavi sırasında gebe kalmamalısınız. Çocuk sahibi olmayı düşünüyorsanız bunu tedaviden **önce** doktorunuza söyleyin; doğurganlığı koruma yöntemlerini konuşabilirsiniz.
- **Damar yolu:** Gerekirse kalıcı bir damar yolu (port) takılır.
- **Diş kontrolü:** Gerekli diş tedavilerinizi tedaviye başlamadan önce tamamlamanız önerilir.
- **Aşılar:** Canlı virüslü aşılar tedavi sırasında yapılmaz. İğne şeklindeki (inaktif) aşıların zamanlamasını doktorunuzla planlayın.
- **Hazırlık:** Saç dökülmesine karşı peruk, bandana veya başlık seçeneklerini önceden düşünebilirsiniz. Tedavi günleri için refakatçi ve iş planı yapın.

4. Tedavi günü

- Tahlil, doktor görüşmesi ve hazırlıklarla birlikte toplam süre yaklaşık **3–5 saattir.** Bir yakınınızın size eşlik etmesi iyi olur.
- Hafif bir kahvaltı yapın, bol su için, rahat kıyafet giyin. Yanınıza ilaç listenizi ve bu rehberi alın.
- İlaçlar sırayla verilir: **1)** bulantı önleyici ilaçlar, **2)** doksorubisin (kırmızı renkli, kısa sürede verilir), **3)** siklofosfamid (yaklaşık 30–60 dakika).
- **Kolunuzda yanma, ağrı, şişlik veya kızarıklık hissederseniz hemen hemşireye söyleyin.** İlaç damar dışına sızmış olabilir; erken müdahale önemlidir.
- Eve gitmeden önce bulantı önleyici ilaçlarınızı, kullanma saatlerini ve (gerekiyorsa) destek iğnesi randevunuzu öğrenin.

5. Evde ilk günler

- **Bulantı önleyici ilaçları** bulantı başlamasını beklemeden, size yazılan saatlerde alın.
- **Bol sıvı için:** günde 2–3 litre (su, bitki çayı, çorba). Siklofosfamid mesaneyi tahriş edebilir; bol sıvı ve sık idrara çıkmak bunu önler. İdrarınızı tutmayın.
- **İdrar rengi:** Doksorubisin nedeniyle idrarınız 1–2 gün kırmızı veya turuncu olabilir. Bu beklenen bir durumdur. Ancak idrarda yanma, kan pıhtısı veya ağrı varsa haber verin.
- **İlk 48 saat:** İdrar, kusmuk ve diğer vücut sıvıları ilaç kalıntısı içerebilir. Bu sıvılarla temas ederken eldiven kullanın, tuvaleti kullandıktan sonra kapağı kapatıp iki kez sifon çekin, kirlenen çamaşırları ayrı yıkayın.

6. Olası yan etkiler ve neler yapabilirsiniz

Her hastada hepsi görülmez. Yan etkilerin çoğu geçicidir ve tedavi edilebilir. Yaşadığınız bir sorunu ekibinize söylemekten çekinmeyin.

Yan etki	Ne zaman?	Ne yapabilirsiniz?
Bulantı, kusma	Genelde ilk 3–4 gün	Önleyici ilaçları saatinde alın. Küçük, sık öğünler yiyin. Soğuk ve kokusuz yiyecekleri tercih edin. Yağlı, kızarmış ve baharatlı yiyeceklerden kaçının. Kusma 24 saatten uzun sürerse veya sıvı alamazsanız arayın.
Yorgunluk	Tüm tedavi boyunca, kürler ilerledikçe artabilir	Dinlenin, ama hafif yürüyüş yapmaya çalışın. Günlük işlerinizi planlayın, yardım isteyin.
Saç dökülmesi	İlk kürden yaklaşık 2–3 hafta sonra	Yumuşak fırça ve hafif şampuan kullanın. Kafa derisi soğutma (soğuk kep) seçeneğini sorun; AC ile etkinliği kişiden kişiye değişir. Peruk, bandana veya başlık kullanabilirsiniz. Saçlar tedavi bittikten yaklaşık 3–6 ay sonra uzamaya başlar; renk ve doku değişebilir. Kaş ve kirpikler de dökülebilir.
Ağız yaraları	Yaklaşık 5–10. günler	Yumuşak diş fırçası kullanın. Her yemekten sonra tuzlu su veya bikarbonatlı su ile gargara yapın (alkollü gargara kullanmayın). Baharatlı, asitli ve sert yiyeceklerden kaçının. Yemeyi veya içmeyi engelliyorsa arayın.
Kan değerlerinin düşmesi (enfeksiyon, kanama, halsizlik)	Genellikle 7–14. günler	Ellerinizi sık yıkayın. Kalabalıktan ve hasta kişilerden uzak durun. Ateşinizi ölçün. Kesici aletlere dikkat edin, elektrikli tıraş kullanın. Aspirin ve ibuprofen gibi ağrı kesicileri kanama riskini artırabileceği için **doktorunuza sormadan** kullanmayın.
İştah ve tat değişikliği	Tedavi boyunca	Metalik tat için plastik çatal-bıçak kullanın. Soğuk yiyecekler daha kolay yenebilir. Ağız bakımınızı sürdürün. Gerekirse diyetisyene danışın.
Kabızlık veya ishal	Değişken	Sıvı ve lifli gıdalar alın. Doktorunuzun önerdiği ilaçları kullanın. Bulantı önleyici ilaçlar kabızlık yapabilir. Günde 4 veya daha fazla sulu dışkı, dışkıda kan veya 3 günden uzun süren kabızlık için arayın.
Cilt ve tırnak	Haftalar içinde	Nemlendirici kullanın. Güneşten korunun (SPF 30 ve üzeri). Tırnaklarda kararma veya çizgilenme geçicidir.
Adet düzensizliği, menopoz belirtileri	Tedavi boyunca	Adetleriniz düzensizleşebilir veya kesilebilir. Bu, gebe kalamayacağınız anlamına gelmez; korunmaya devam edin. Sıcak basması gibi şikâyetler için doktorunuza danışın. Yaş ilerledikçe adet kesilmesinin kalıcı olma ihtimali artar.
Kalp üzerine etkisi (nadir)	Tedavi sırasında veya yıllar sonra	Nefes darlığı, ayak bileği şişliği, çarpıntı veya çabuk yorulma olursa bildirin. Tedavi boyunca kalbiniz kontrol edilir.
Çok nadir etki	Yıllar sonra	Yaklaşık 100 hastada 1 veya daha azında, kan hücrelerinde yeni bir hastalık gelişebilir. Tedavinin yararı bu riskten çok daha büyüktür; ekibiniz sizi uzun dönemde takip eder.

HEMEN ARAYIN VEYA ACİLE BAŞVURUN

- **Ateş: 38 °C ve üzeri** ya da üşüme-titreme. Kan değerleriniz düşükken ateş ciddi bir enfeksiyon belirtisi olabilir. **Ateş düşürücü almadan önce** ekibi arayın. Rektal ateş ölçümü ve fitil kullanmayın.
- Nefes darlığı, göğüs ağrısı, çarpıntı veya bayılma
- 24 saatten uzun süren kusma, sıvı alamama, baş dönmesi veya idrarın çok azalması
- Günde 4 veya daha fazla sulu dışkı ya da dışkıda kan
- Yemeyi ve içmeyi engelleyen ağız yaraları
- Kanama (burun, diş eti, idrar, dışkı) veya yaygın morarma
- İdrarda yanma, ağrı veya kan pıhtısı
- Bacakta tek taraflı şişlik, ağrı veya kızarıklık; damar yolunda (port) kızarıklık, şişlik, akıntı veya ağrı
- Aşırı uyku hali veya kafa karışıklığı

Onkoloji servisi / gündüz telefonu: _____

Gece ve hafta sonu acil hat: _____ **Acil servis: 112**

7. Evde bakım ipuçları

- **Beslenme:** Küçük ve sık öğünler yiyin. Yeterli protein alın. Çiğ veya az pişmiş et, yumurta, deniz ürünleri ve pastörize olmayan süt-peynirden kaçının. Meyve ve sebzeleri iyice yıkayın. Greyfurt ve greyfurt suyu bazı ilaçları etkileyebilir, kullanmadan önce sorun.
- **Enfeksiyondan korunma:** Ellerinizi sık yıkayın, kalabalık ortamlarda maske takmayı düşünün, hasta kişilerle yakın temastan kaçının. Dişlerinizi yumuşak fırçayla fırçalayın.
- **Hareket:** Hafif ve orta düzeyde yürüyüş yorgunluğa iyi gelir. Kendinizi zorlamayın.
- **Sigara ve alkol:** Sigarayı bırakmak iyileşmeyi destekler. Alkol ağız yaralarını ve karaciğeri olumsuz etkileyebilir; kaçınmanız veya çok sınırlı kullanmanız önerilir.
- **Takviyeler ve bitkisel ürünler:** Yüksek doz vitamin (özellikle C ve E), antioksidan takviyeler ve sarı kantaron gibi bitkisel ürünler tedaviyi etkileyebilir. Kullanmadan önce sorun.
- **Seyahat ve iş:** Kürler arasında kısa seyahatler mümkündür. Kan değerlerinin düşük olduğu 7–14. günlerde uzun yolculuktan ve kalabalıktan kaçının. Çalışıp çalışamayacağınızı doktorunuzla konuşun; tedavi gününü ve sonraki 2–3 günü planlayın.
- **Duygusal destek:** Kaygı, uykusuzluk ve moral bozukluğu sık görülür ve yalnız değilsiniz. Yakınlarınızla paylaşın, hastanenizin psiko-onkoloji ekibinden ve hasta derneklerinden destek isteyebilirsiniz.

8. Gebelik, emzirme ve cinsel yaşam

- Tedavi sırasında **gebe kalmamalısınız**; bu ilaçlar bebeğe zarar verebilir. Tedavi sırasında ve bitiminden sonra en az 6–12 ay (süreyi doktorunuz belirler) etkili bir korunma yöntemi kullanın.
- Hormon içeren yöntemler (doğum kontrol hapı, hormonlu spiral gibi) meme kanserinde genellikle önerilmez. Bakır spiral veya bariyer yöntemleri hakkında doktorunuza danışın.
- Tedavi sırasında **emzirme yapılmaz.**
- Cinsel yaşamınızı sürdürebilirsiniz. İlk 48 saatte, ilaç kalıntısı vücut sıvılarında bulunabileceği için bariyer yöntemi kullanın.
- Bazı hastalarda tedavi süresince yumurtalıkları korumak için hormon iğneleri (GnRH analoğu) önerilebilir. Doktorunuza sorun.

9. Kontroller ve takip

- Her kürden önce kan tahlili, muayene ve yan etki değerlendirmesi yapılır. Değerler uygun değilse kür birkaç gün ertelenebilir. Bu sık görülen bir durumdur; kısa gecikmeler genellikle sorun yaratmaz ve planı doktorunuz yönetir.
- Gerektiğinde kalp ultrasonu (EKO) tekrarlanır.
- Tedavi bittikten sonra düzenli kontroller yapılır. Takvimi doktorunuz size bildirecektir.
- Yaşadığınız yan etkileri (ateş, bulantı, ağız yarası gibi) tarihleriyle not alıp her randevuya getirmeniz, ekibinize yardımcı olur.

10. Sık sorulan sorular

Saçlarım mutlaka dökülür mü? AC ile saç dökülmesi çok sık görülür ancak geçicidir. Tedavi bittikten sonra saçlar yeniden uzar.

İdrarım neden kırmızı? Doksorubisin kırmızı bir ilaçtır ve idrarı 1–2 gün renklendirir. Bu zararsızdır.

Araç kullanabilir miyim? Tedavi gününde yorgunluk ve ilaçların etkisi olabileceği için bir yakınınızın sizi getirip götürmesi önerilir.

Egzersiz yapabilir miyim? Evet. Hafif ve orta düzeyde yürüyüş gibi aktiviteler önerilir. Aşırı yorgunluk veya ateş varsa ara verin.

Kürüm ertelenirse ne olur? Kan değerleri düşükse veya bir yan etki iyileşmediyse kür birkaç gün ertelenebilir. Bu sık görülen bir durumdur ve planı doktorunuz yönetir.

Doktorunuza sormak istediğiniz sorular

_____

_____

_____

_____

Bu belge genel bilgilendirme amaçlıdır. Doktorunuzun ve sağlık ekibinizin size özel talimatları her zaman önceliklidir. Doz ve program kişiye göre değişebilir.