

- کاهش عضلات.
- ضعف عضلات.
- مشکل بلع.
- یبوست.
- درد هنگام دفع ادرار.
- تغییرات فشارخون.
- کاهش رفلکس یا رفلکس نداشتن.

CIPN می تواند درد شدید ایجاد کند و می تواند بر توانایی شما در انجام کارهایی نظیر راه رفتن، نوشتن، بستن دکمه پیراهن یا برداشتن سکه تأثیر بگذارد. اگر CIPN خیلی بد شود، می تواند مشکلات جدی مانند تغییر ضربان قلب و فشارخون، افتادن های خطرناک، مشکل تنفس، فلج، یا نارسایی اندام به همراه داشته باشد.

چه چیز دیگری می تواند این علائم را ایجاد کند؟

نوروپاتی محیطی می تواند به علت سایر موارد علاوه بر شیمی درمانی باشد، از جمله:

- سایر درمان های سرطان مانند جراحی یا پرتودرمانی.
- تومورهایی که بر روی اعصاب فشار میاورند.
- عفونت هایی که بر اعصاب تأثیر می گذارند.
- آسیب نخاعی.
- دیابت.
- سوء مصرف الکل.
- زونا.
- سطح پایین ویتامین B.
- برخی اختلالات خود ایمنی.
- HIV (ویروس نقص ایمنی بدن انسان).
- گردش خون ضعیف (بیماری عروق محیطی).

نوروپاتی محیطی مجموعه ای از علائم ناشی از آسیب اعصاب است که دور از مغز و نخاع هستند. این اعصاب دور، اعصاب محیطی نامیده می شوند که حس را به مغز منتقل می کنند و حرکت دست ها و پاها را کنترل می کنند. همچنین مثانه و روده را نیز کنترل میکنند.

برخی از شیمی درمانی ها و سایر داروهای مورد استفاده برای درمان سرطان می توانند به اعصاب محیطی آسیب برسانند. وقتی این اتفاق می افتد، آنرا «نوروپاتی محیطی ناشی از شیمی درمانی» می نامند (CIPN). این می تواند یک عارضه جانبی ناتوان کننده درمان سرطان باشد.

علائم CIPN چیست؟

علائم یا نشانه های نوروپاتی محیطی ناشی از شیمی درمانی (CIPN) خیلی بستگی به عصب درگیر دارد. بیشترین علائم عبارتند از:

- درد (ممکنست در همه جای بدن وجود داشته باشد یا مانند درد تیر کشنده و دردناک بیاید و برود).
- سوزش
- احساس مور مور شدن (احساس سوزش یا سوزن سوزنی شدن) یا برق و شوک مانند درد.
- از دست دادن حس (که می تواند بی حسی یا توانایی کمتر در احساس فشار، لمس، گرما یا سرما باشد).
- مشکل در استفاده از انگشتان دست برای برداشتن و نگاه داشتن اشیاء، از دست افتادن اشیاء.
- عدم تعادل.
- افتادن یا لغزش در هنگام راه رفتن.
- حساسیت بیشتر به سرما یا گرما.
- حساسیت بیشتر به لمس یا فشار.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی استان
فارس

بیمارستان آنکولوژی امیر

**درمان مشکلات اعصاب (نوروپاتی محیطی)
بیمار سرطانی:**



ساناز عبدالرضایپور

سوپروایزر آموزش سلامت

تایید کننده: طوبی کوشکی

مدیرپرستاری

بهمن ماه ۱۴۰۲

منبع: American Cancer Society 2018 WebMD 2017

www.cnin.ir
EU-B-051/02

- خود سرطان (بعنوان مثال، مولتیپل میلوما می تواند نوروپاتی محیطی را ایجاد کند).

این بسیار مهم است که بدانید چه چیز باعث ایجاد نوروپاتی محیطی شده است تا بتوان درمان مناسب را انجام داد. در این متن تمرکز بر روی نوروپاتی محیطی بعنوان یک عارضه جانبی شیمی درمانی است - CIPN.

آیا می توان از CIPN پیشگیری کرد؟

بسیاری از درمان ها برای جلوگیری از نوروپاتی محیطی ناشی از شیمی درمانی (CIPN) مورد استفاده قرار می گیرند. در زیر فهرستی از برخی از درمان هایی که مورد آزمایش قرار گرفته اند ارائه می شود.

- ویتامین E
- کلسیم و منیزیم
- برخی داروهای ضد تشنج مانند کاربامازپین (Tegretol)
- برخی از داروهای ضدافسردگی مانند ونلافاکسین (Effexor)
- گلوکوتیون (آنزیم با خواص آنتی اکسیدانی).

چه چیزی به کاهش خطر ابتلا به CIPN کمک می کند؟

مواردی وجود دارد که پزشک ممکن است تلاش کند خطر ابتلا به CIPN را کاهش دهد، بعنوان مثال:

- بجای دادن یک دوز شیمی بالا یکبار در هفته، دوزهای کوچک تر ۲ تا ۳ بار در هفته تجویز شود.

- ممکنست دوز یکسان در مدت طولانی تر تجویز شود مثلا بجای ۱ ساعت بیش از ۶ ساعت تجویز شود.
- ممکنست شیمی درمانی بصورت یک تزریق بدون وقفه و بسیار آهسته طی چند روز داده شود.
- برای مشکلات خاص، دوز دارو ممکنست کاهش یابد درحالیکه بیشتر اثرات خوب آن حفظ شده است.

برای مقابله با CIPN چکار می توانید انجام دهید؟

برخی از کارهایی که می توانید برای مقابله با علائم نوروپاتی انجام دهید عبارتند از:

- داروهای دردی را مصرف می کنید که پزشکتان تجویز کرده است. اکثر داروهای درد اگر قبل از اینکه درد بدتر شود مصرف شوند به بهترین شکل ممکن عمل میکنند.
- اجتناب از مواردی که به نظر می رسد CIPN را بدتر می کند، مانند دمای گرم یا سرد یا کفش و لباس های چسبان.
- برای انجام کارها وقت بگذارید. از دوستان برای انجام وظایفی که دشوار است کمک بخواهید.
- اگر مبتلا به دیابت هستید، قند را کنترل کنید. قند خون بالا می تواند به اعصاب آسیب برساند.
- اگر در دستان خود نوروپاتی دارید، هنگام استفاده از چاقو، قیچی، جعبه برش و دیگر اشیاء تیز بسیار مراقب باشید؛ از آنها فقط زمانی استفاده کنید که می توانید توجه کامل به کاری که انجام می دهید داشته باشید.

- هنگام تمیز کردن و کارهای بیرون یا تعمیر کردن با پوشیدن دستکش از دستان خود مراقبت کنید.
- اگر نوروپاتی در پاها باشد، حتی در حال مسواک زدن و یا بخت ویز تا حد امکان بنشینید.
- مراقب پاهای خود باشید. یکبار در روز به آنها نگاه کنید تا ببینید که آیا آسیب دیده است یا زخم هایی وجود دارد؟ همیشه وقتیکه راه می روید کفش هایی بپوشید که پاهایتان را حتی در منزل بپوشانند. با پزشک خود در مورد کفش و یا چیزهای ویژه که بتوانند از پایتان مراقبت کنند صحبت کنید.
- اطمینان حاصل کنید که اگر در هنگام قدم زدن با مشکل مواجه شوید، راه هایی برای حمایت از خود دارید. ممکنست ریل های دست در راهروها و حمام ها به شما در حفظ تعادل کمک کنند. یک چوب دستی می تواند به شما کمک بیشتری بدهد.
- هنگامیکه در تاریکی بلند می شوید، از چراغ های شب یا چراغ قوه استفاده کنید.
- خود را از آسیب های گرما محافظت کنید. در هنگام شستن دستان برای کاهش ریسک سوختن آب گرم کن را ۱۰۵ تا ۱۲۰ فارنهایت تنظیم کنید. هنگام دست زدن به ظروف گرم، قفسه ها یا تابه ها دستکش کوره استفاده کنید. آب حمام را با یک دماسنج چک کنید.
- دست ها و پاهای خود را گرم نگه دارید و به خوبی در هوای سرد بپوشانید. بعنوان مثال، یک جفت دستکش در ماشین خود نگه دارید و از دمای شدید اجتناب کنید.
- اگر بیوست یک مشکل است، توصیه های پزشک خود را در مورد مسهل ها و ورزش دنبال کنید.
- نوشیدن مقدار زیادی آب و میوه ها، سبزی ها