

Informação sobre o seu Tratamento: OXALIPLATINA + 5FU (FOLFOX)

Possíveis Efeitos Secundários	Recomendações
Náuseas e Vômitos	<ul style="list-style-type: none"> – Deve fazer terapêutica prescrita pelo médico. – Ingira pequenas quantidades de líquidos e comida, mas várias vezes ao longo do dia. – Consuma líquidos pouco açucarados e alimentos pouco gordos. – Mastigue bem e coma devagar. – Deve fazer terapêutica prescrita pelo médico.
Perda de apetite	<ul style="list-style-type: none"> – Pode ocorrer no dia do tratamento ou nos dias seguintes. – Mantenha uma alimentação saudável, ingira alimentos da sua preferência, atrativos e de fácil digestão. – Pode ocorrer alteração do paladar. – Não estar mais do que 3-4 horas sem se alimentar, com exceção dos períodos de sono.
Diminuição da energia/ Cansaço	<ul style="list-style-type: none"> – É importante manter atividade física (ex.: caminhadas) ajustada às suas capacidades. – Adeque o ritmo do seu quotidiano às suas necessidades. Descanse quando necessitar. – A atividade profissional deve ser discutida com o médico assistente tendo em conta a disponibilidade para os tratamentos e à forma como se sente.
Febre / Calafrios	<ul style="list-style-type: none"> – Os níveis de células do sangue começam a baixar alguns dias após a administração de quimioterapia. – O número de glóbulos brancos pode descer tornando-o mais suscetível a infeções. Deve evitar o contacto com pessoas doentes (exemplo: gripe, gastroenterites, varicela, etc.). – Vigie a sua temperatura uma vez por dia, se temperatura superior a 38°C (febre) deve contactar a equipa clínica ou recorrer ao serviço de urgência da sua área de residência.
Obstipação / Diarreia	<ul style="list-style-type: none"> – Se tiver alteração dos hábitos intestinais, diarreia (são mais de três dejeções líquidas em 24 horas), ou obstipação (defecação pouco frequente ou de difícil passagem, fezes secas e duras) entre em contacto com a equipa clínica. – É importante manter uma boa ingestão de líquidos, cerca de 1.5 L/dia. – Tome a medicação prescrita pelo seu médico para a diarreia ou obstipação.
Pele seca e descamativa	<ul style="list-style-type: none"> – A pele fica mais sensível, e mais propensa a queimaduras solares (fotossensibilidade). – É aconselhável utilizar loção hidratante diariamente, indicado para pele sensível e pouco perfumado. Preferir cremes com ureia. – A pele pode ficar mais escura (hiperpigmentação)
Fotossensibilidade	<ul style="list-style-type: none"> – Deve evitar exposição solar, principalmente nas horas de maior intensidade do sol. – Aplicar protetor solar SPF 50+ antes de sair de casa diariamente nas áreas expostas, que para além da face e do pescoço também inclui o dorso das mãos – Este fenómeno de fotossensibilidade pode manter-se no período de dois a três meses após terminar os tratamentos. – Pode ficar com os olhos a lacrimejar ou secos
Síndrome Palmo Plantar	<ul style="list-style-type: none"> – Pode surgir dor, pele seca e descamativa, assim como vermelhidão nas palmas das mãos e planta dos pés, e aumento da sensibilidade – Pode surgir formigueiro e adormecimento das extremidades das mão e pés. – Está indicado aplicar creme hidratante nas mãos e os pés frequentemente. – Evitar exposição a temperaturas extrema (quente e frio). – Lavagem das mãos/pés com água tédida – Utilizar meias de algodão viradas do avesso
Feridas na boca (Mucosite)	<ul style="list-style-type: none"> – A boca e gengivas podem ficar vermelhas, irritadas ou com aftas (mucosite). – Deve efetuar uma boa higiene oral, com uso de escovas de dentes macias e bochechos sem álcool. A lavagem dos dentes e higienização da boca após cada refeição é essencial. – Se ocorrer agravamento dos sintomas, contactar equipa clínica, para avaliar necessidade de terapêutica específica. – Deve adequar alimentação: comida mole, cozida e não ácida.

Informação sobre o seu Tratamento: OXALIPLATINA + 5FU (FOLFOX)

Alteração na sexualidade

- A gravidez é desaconselhada.
- O método usado é o de proteção - preservativo, que também é uma barreira que previne possível contaminação.

Neurotoxicidade

- Ocorre mais frequentemente no primeiro dia do tratamento.
- Pode causar sensação de picada na garganta ou, por vezes, uma sensação de falta de ar, normalmente dura poucos minutos.
- Pode causar formigueiros nas mãos e/ou pés
- Evitar exposição ao frio. Não beber bebidas frias e não comer alimentos gelados (nos primeiros 3 a 5 dias após cada tratamento)
- Deixar os alimentos adquirirem a temperatura ambiente antes de os manipular ou ingerir.
- Não tocar em superfícies frias para minimizar o desconforto da mão (ou utilização de luvas)
- Pode ocorrer alteração na motricidade fina (descascar alimentos, tropeçar nos tapetes, úlceras por pressão nos pés por calçado desajustado...).

Perda de cabelo

- O cabelo pode tornar-se mais fraco, mas é pouco provável que ocorra a perda total

Hemorragia

- Pode ocorrer hemorragias pelo nariz, gengivas, (em regra auto-limitadas) ou hematomas. Se persistente ou grave deve contactar a equipa clínica ou recorrer ao serviço de urgência da sua área de residência.

Para esclarecimento de dúvidas relacionadas com [a terapêutica oral e receitas de ambulatório](#) pode contactar o Serviço de Farmácia Hospitalar do IPO de Coimbra, [das 14 h às 16h](#), através do número [96 713 21 93](#).