

# Understanding Chemotherapy for the Treatment of Breast Cancer

07



Είσαι γυναίκα.  
Είσαι δύναμη!

# Table of Contents

What is chemotherapy?	02
Types of chemotherapy	02
What does chemotherapy do?	03
How does my doctor decide which chemotherapy drug(s) to use?	03
How is chemotherapy given?	04
What happens on the day of my intravenous chemotherapy appointment?	05
Chemotherapy side effects and how you can manage them <sup>1-4</sup>	06
Over-the-counter drugs and supplements	08
When to call the doctor during your chemotherapy treatment	09
Coping emotionally	09



# What is chemotherapy?

Chemotherapy uses drugs that work by either stopping or slowing the growth of cancer cells. They can be given into the vein or taken orally as pills or capsules.<sup>1</sup>



#### References

1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Accessed July 4, 2023.

# Types of chemotherapy<sup>1</sup>

Common chemotherapy drugs for breast cancer include:

- ✗ Capecitabine
- ✗ Carboplatin
- ✗ Cisplatin
- ✗ Cyclophosphamide
- ✗ Docetaxel
- ✗ Doxorubicin
- ✗ Epirubicin
- ✗ Eribulin
- ✗ Fluorouracil
- ✗ Gemcitabine
- ✗ Ixabepilone
- ✗ Paclitaxel
- ✗ Liposomal doxorubicin
- ✗ Protein-bound paclitaxel
- ✗ Vinorelbine

The type of drugs you receive depends on the stage of your cancer, the risk of your cancer coming back and/or whether you have other medical conditions, such as heart problems.

You may receive one chemotherapy drug or a combination of drugs once a week or once every 2-3 weeks, depending on which drug(s) you are being treated with.

#### References

1. American Cancer Society. Chemotherapy for breast cancer. <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/treatment/chemotherapy-for-breast-cancer.html>. Accessed July 4, 2023.

# What does chemotherapy do?<sup>1,2</sup>

It is important to know that not all people with breast cancer will need chemotherapy. Depending on the type of breast cancer you have, chemotherapy can be used to:

- ✗ Reduce the size of the tumor before surgery if it is too big to be removed, if cancer has spread to several lymph nodes, or if it is inflammatory breast cancer; this is called neo-adjuvant chemotherapy. While getting chemotherapy before surgery, you can get some genetic tests done and consider your breast reconstruction options
- ✗ Destroy cancer cells that may have been left in your body after surgery to ensure cancer does not come back; this is called adjuvant chemotherapy
- ✗ Control cancer from growing if cancer cells have spread to other parts of your body
- ✗ Ease symptoms of cancer if the tumor is causing pain or pressure; this is called palliative care

#### References

1. National Health Service. Chemotherapy. <https://www.nhs.uk/conditions/chemotherapy/>. Accessed July 4, 2023. 2. National Cancer Institute. Chemotherapy to treat cancer. <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/types/chemotherapy>. Accessed July 4, 2023.

# How does my doctor decide which chemotherapy drug(s) to use?<sup>1,2</sup>

Your doctor may recommend different types of chemotherapy based on the stage of your cancer, your overall health – for example, if you have other conditions such as heart disease or diabetes – and if you had chemotherapy before. Your doctor will suggest the most appropriate drug or combination of drugs to achieve the best results for you.

It is important to discuss your treatment options with your doctor to decide what is right for you based on your goals, needs and preferences.

#### References

1. Mayo Clinic. Chemotherapy. <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/chemotherapy/about/pac-20385033>. Accessed July 4, 2023. 2. Cancer.net. What to expect when having chemotherapy. <https://www.cancer.net/navigating-cancer-care/how-cancer-treated/chemotherapy/what-expect-when-having-chemotherapy>. Accessed July 4, 2023.



# How is chemotherapy given?<sup>1,2</sup>

You may receive chemotherapy drugs at home, in a doctor's office, in a clinic, or in a hospital setting. Your doctor will give you specific instructions to prepare for your chemotherapy treatments.

You often need to have a rest period after each time you receive chemotherapy to give you time to recover from the effects of the drugs; each time you take chemotherapy and then rest is called a cycle.

The cycle schedule depends on which type of drugs you are being treated with and whether they are used as neo-adjuvant or adjuvant chemotherapy or to treat metastatic breast cancer. Adjuvant and neo-adjuvant chemotherapy are often given for a total of 3 to 6 months, whereas if you have stage 4 breast cancer, the length of treatment will depend on how well you tolerate the side effects.

When chemotherapy is given into a vein, it can take a short or long time. For example, if chemotherapy is given as an injection into a vein, it will only take a few minutes, whereas if it is given through a drip or pump, it might take 30 minutes to a few days. Chemotherapy that you have over a few days or more is called a continuous infusion.

## Ways chemotherapy is given intravenously<sup>3</sup>

Intravenous chemotherapy can be administered through cannulae, catheters, or ports. Sometimes intravenous chemotherapy is given with the help of a pump.

A cannula is a small tube placed into a vein in the back of your hand or lower arm for a short period.

A catheter is a soft, thin tube. The doctor places one end of the catheter in a large vein (usually in your arm or close to your chest) while the other end lays outside. Most catheters stay in place until all your chemotherapy treatments are done.

A port is a small plastic or metal disc placed under your skin. Your nurse can insert a needle into your port to give you chemotherapy.

Pumps are often attached to catheters or ports. They control the speed of the chemotherapy drug going into a catheter or port. Pumps can be internal or external. External pumps are placed outside the body and people can carry them around. Internal pumps are placed under your skin.

► Always watch for signs of infection around your catheter or port.

If chemotherapy is given as tablets, you can usually take the medicine at home. Always follow the instructions given by your care team to ensure you are not taking too much or too little of the drug.

### References

1. American Cancer Society. Chemotherapy for breast cancer. <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/treatment/chemotherapy-for-breast-cancer.html>. Accessed July 4, 2023. 2. National Health Service. Side effects chemotherapy. <https://www.nhs.uk/conditions/chemotherapy/side-effects/>. Accessed July 4, 2023. 3. Catheters and Ports in Cancer Treatment | Cancer.Net. Accessed 24 Jan 2024.

# What happens on the day of my intravenous chemotherapy appointment?<sup>1</sup>

On the day of your intravenous chemotherapy appointment, you should bring a friend or carer to support you or drive you home if you feel tired at the end of the treatment. Before therapy begins, you will meet with your doctor who will do a physical exam. You may also have tests to check your general health, blood tests, height and weight measurement, and scans to check the size of your tumor.

Because the length of the treatment may vary depending on the drug you are being treated with, consider bringing your phone, a tablet, books, or a blanket to make yourself more comfortable.

At the end of your treatment, your doctor or nurse will discuss what to expect with side effects and will provide some valuable information on how to manage them and the activities to carry out or avoid in the days after the treatment. They may also advise you to drink plenty of fluids for 48 hours after chemotherapy to help move the drugs through your body.

Before you leave, you should ask what number to call if you have any questions or concerns, including during afterhours or weekends.



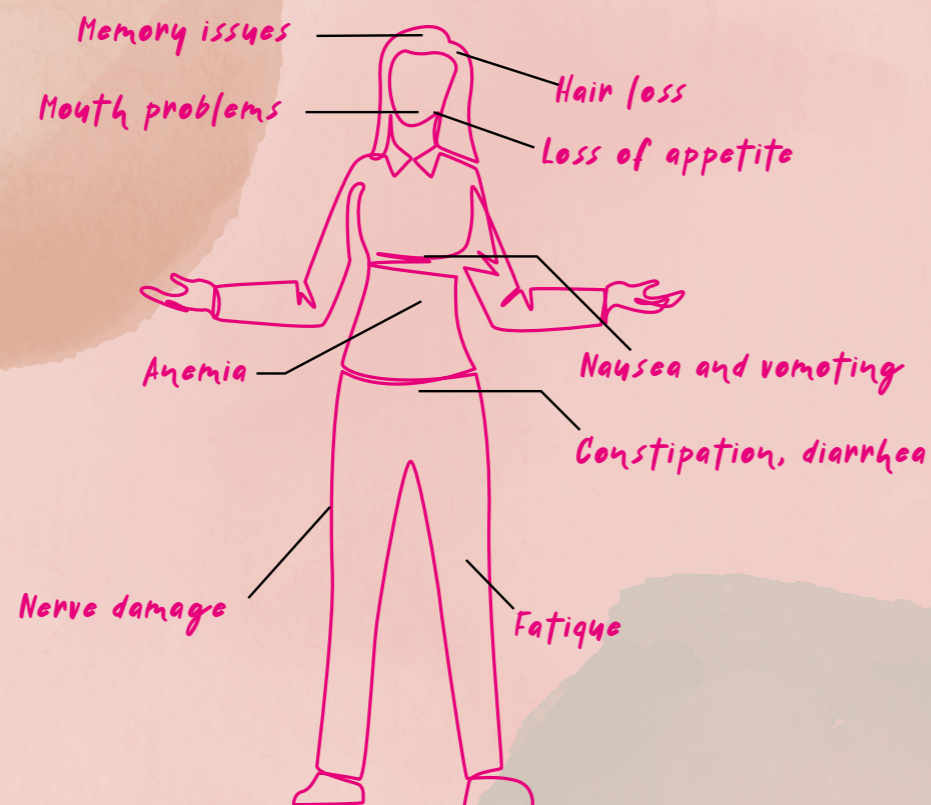
### References

1. Cancer.net. What to expect when having chemotherapy. <https://www.cancer.net/navigating-cancer-care/how-cancer-treated/chemotherapy/what-expect-when-having-chemotherapy>. Accessed July 4, 2023.



# Chemotherapy side effects and how you can manage them<sup>1-4</sup>

The side effects of chemotherapy depend on the type of drug(s), your individual circumstances, and the treatment schedule. Your doctor will advise you what medicine to take to manage any chemotherapy side effect. In general, these include:



**Anemia:** You are anemic when your body does not have enough red blood cells. Anemia can make you feel very tired, and lightheaded. Ask for help if you are too tired to do things and take short naps during the day. You may need to eat foods that are high in protein and iron.

**Constipation:** Certain chemotherapy drugs, along with changes in diet, not drinking enough fluids, and being less active, may cause constipation. If this happens, simple steps can help treat constipation such as eating high-fiber foods, drinking plenty of liquids, and being more active. If these steps do not help, talk to your doctor about what medicines you should take for constipation.

**Diarrhea:** Diarrhea can cause dehydration and loss of minerals that are needed by the body. Call your doctor if you feel dizzy or lightheaded, have dark yellow urine or are not urinating, or have a fever of 38° C or higher. You should drink plenty of fluids each day, eat small meals, and keep the anal area clean and dry. Talk to your doctor before taking any medicine to treat diarrhea.

**Fatigue:** This is one of the most common side effects of chemotherapy. Many people receiving chemotherapy feel tired or get tired very easily doing everyday tasks. It can help to get plenty of rest, do light exercise - such as walking or yoga - and ask for help with everyday tasks.

**Hair loss:** This side effect does not happen to every patient because it depends on the type of chemotherapy you take. If the chemotherapy causes hair loss, this usually starts within a few weeks of your first treatment session, and you can also lose hair from other parts of your body, such as arms, legs, and face. It is important to know that hair loss is almost always temporary, and hair starts growing back soon after you finish chemotherapy. It may be possible to reduce the chances of hair loss by wearing a cold cap while you are having treatment; a cold cap is a helmet that you wear during the treatment session to reduce the blood flow to your scalp, reducing the amount of medicine that reaches the scalp. However, you can wear cold caps only with specific drugs. Ask your doctor if the treatment you will get will cause hair loss; you can decide to cut your hair short or shave it before you start treatment to get used to the way it will look, or you could decide to pick a wig that is most similar to your natural hair. Remember to keep your head warm by wearing a wig, scarf, or hat in cold weather, and to wear sunscreen on your scalp. Losing your hair can make you feel less attractive and vulnerable; talk to your family and friends about these feelings and look for their support in making you feel better about the way you look.

**Loss of appetite:** Chemotherapy may make you feel less hungry. It may help to eat smaller meals more often, choose healthy and high-nutrient foods, drink plenty of fluids, and be active.

**Memory or concentration problems:** Chemotherapy may cause difficulty with thinking, concentrating, or remembering things (sometimes described as mental fog). The changes and difficulties that people experience vary, with some experiencing small changes and others experiencing greater problems. Your doctor can advise you about ways to manage or treat this symptom but there are certain ways you can manage your memory and concentration problems, such as by writing down a list of important information (important names and phone numbers) and things to do, exercising to reduce stress and anxiety, and getting plenty of sleep at night.

**Mouth problems:** Some chemotherapy drugs and drugs used to treat bone problems caused by cancer can affect cells in your mouth and cause problems. Mouth problems include changes in taste, mouth sores and tooth sensitivity and decay. To prevent mouth and dental problems, visit your dentist for a cleaning and check-up before you start your treatment. It can help to clean your mouth daily with a solution of warm water, baking soda and salt and check for sores or white spots. Brush your teeth and gums after each meal and before going to bed.

**Nausea and vomiting:** You may be experiencing periods when you feel like vomiting, or you vomit because of your cancer treatment.

**Skin and nail changes:** Some chemotherapy drugs may cause your skin to become dry, itchy, red or darker, or peel. You may sunburn easily or have changes in your skin color. Your nails may be dark and cracked, and your cuticles may hurt. Use only doctor's recommended skin products to moisturize your skin and avoid using products that contain alcohol or fragrances as they can further irritate your skin. In addition, keep your nails short to avoid tearing them.

Chemotherapy can also be harmful to your ovaries and your periods may stop temporarily during chemotherapy or they may stop for good. The older you are, the higher the risk that menopause will be permanent.<sup>5,6</sup> If your treatment does not cause your periods to stop, you should avoid becoming pregnant or fathering a child during your treatment, as chemotherapy medicines could harm the baby. Talk to your doctor about the impact of chemotherapy treatment in your family plans.

## References

1. National Cancer Institute. Side effects of cancer treatment. <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects>. Accessed July 4, 2023.
2. National Health Service. Side effects chemotherapy. <https://www.nhs.uk/conditions/chemotherapy/side-effects/>. Accessed July 4, 2023.
3. Di Nardo P, et al. Expert Opin Drug Saf. 2022;21(11):1341-55.
4. Anand U, et al. Genes Dis. 2022;10(4):1367-01.
5. Lambertini M, et al. J Clin Oncol. 2018; 36(19):1981-90.
6. Jacobson MH, et al. Fertil Steril. 2016;105(3):765-72.



# Over-the-counter drugs and supplements<sup>1-4</sup>

Take only drugs that are approved by your doctor or nurse. Tell your doctor about all the over-the-counter and prescription drugs you take, including supplements, alternative medicines, laxatives, allergy medicines, cold medicines, pain relievers, aspirin, and ibuprofen, as these might interfere or diminish the effect of the chemotherapy drug. You can either take all your bottles with you or write a list with the names of the drugs, along with how much and how often you take it, to show your doctor.

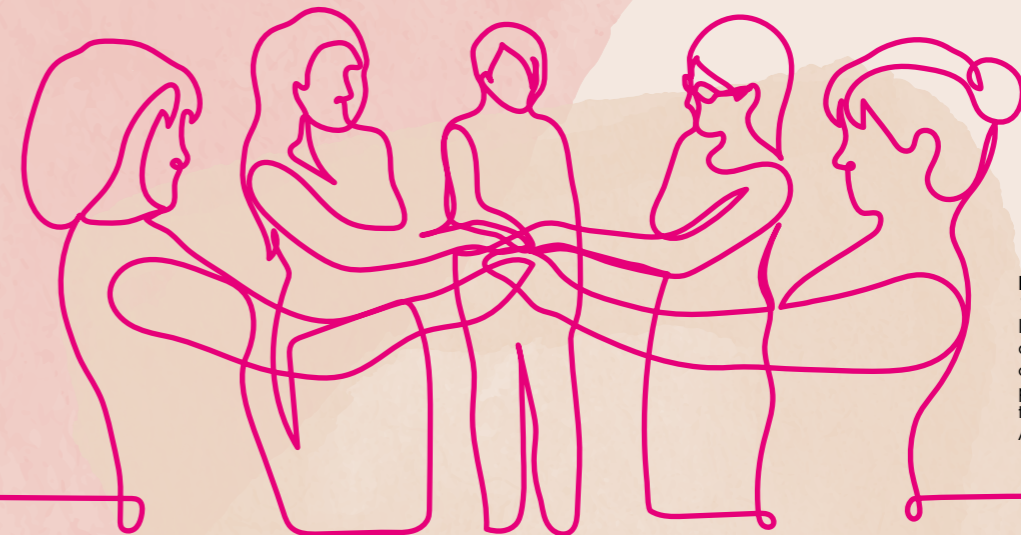


**References**  
1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Accessed July 4, 2023.  
2. Hanigan MH, et al. J Oncol Pharm Pract. 2008;14(3):123-30. 3. Breatcancer.org. Taking Certain Supplements Before and During Chemotherapy for Breast Cancer May Be Risky. Available at: <https://www.breastcancer.org/research-news/supplements-before-and-during-chemo-risky>. Accessed July 4, 2023. 4. National Cancer Institute. Complementary and Alternative Medicine for Patients. <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/cam/patient>. Accessed July 4, 2023.

# When to call the doctor during your chemotherapy treatment<sup>1</sup>

If you have any of these symptoms, call your doctor:<sup>1</sup>

- ✗ A temperature of above 37.5 °C or below 36 °C
- ✗ Feeling hot and shivery, and/or having difficulty to breath
- ✗ Having a sore mouth, and experiencing pain when swallowing
- ✗ Experiencing signs of infection at the catheter or port site
- ✗ Feeling dizzy, like you are going to faint, or short of breath
- ✗ Red or pink colored urine, or blood in your poop
- ✗ Changes in your vision



**References**  
1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Accessed July 4, 2023.

# Coping emotionally<sup>1-3</sup>

Undergoing chemotherapy can be stressful and traumatic. You may feel anxious because you do not know if the treatment will be successful. You may also experience side effects that increase your risk of feeling depressed. Speak to your care team if you are struggling. Talking to other people in a similar situation (such as with a cancer support group) can often reduce feelings of isolation and stress.

**References**  
1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Accessed July 4, 2023.  
2. Dana Faber Cancer Institute. Your emotions after treatment. <https://www.dana-farber.org/for-patients-and-families/for-survivors/caring-for-yourself-after-cancer/your-emotions-after-treatment/>. Accessed July 4, 2023. 3. Goula I, et al. Health Psychology Report. 2020;8(2):97-106.

**Further reading:**  
• National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Accessed July 4, 2023.  
• Dana Faber Cancer Institute. Your emotions after treatment. <https://www.dana-farber.org/for-patients-and-families/for-survivors/caring-for-yourself-after-cancer/your-emotions-after-treatment/>. Accessed July 4, 2023.  
• Goula I, et al. Health Psychology Report. 2020;8(2): 97- 106.



# Where can I get more information?

Booklets are also available on the following topics:

- Booklet 1.** Introduction to Breast Cancer
- Booklet 2.** Early breast cancer
- Booklet 3.** Caring for someone with cancer
- Booklet 4.** Breast cancer in men
- Booklet 5.** Fertility and cancer
- Booklet 6.** Nutritional guidance
- Booklet 7.** Understanding chemotherapy
- Booklet 8.** Hair loss during cancer treatment
- Booklet 9.** Breast prostheses and reconstruction
- Booklet 10.** Exercise for people living with cancer

Where can I get support



**ALMA ZOIS NATIONAL ASSOCIATION  
OF WOMEN WITH BREAST CANCER**  
Ipeirou 11, Athens 10433  
210 41 80 006

**ALMA ZOIS ASSOCIATION OF WOMEN WITH  
BREAST CANCER OF THE REGION OF THESSALONIKI**  
P.Mela 38, Thessaloniki 54622  
3rd floor  
2310 28 51 81

**ALMA ZOIS ASSOCIATION OF WOMEN WITH  
BREAST CANCER OF THE PREFECTURE OF ACHAIA**  
Gounari 37, Patra 26221  
4th floor  
2610 22 22 74

FA-11262910

*This material is informative and not promotional*

# Κατανόηση της χημειοθεραπείας για την αντιμετώπιση του καρκίνου του μαστού



07

Είσαι γυναίκα.  
Είσαι δύναμη!



# Πίνακας ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Τι είναι η χημειοθεραπεία;	02
Τύποι χημειοθεραπείας	02
Τι κάνει η χημειοθεραπεία;	03
Πώς αποφασίζει ο γιατρός μου ποια χημειοθεραπευτικά φάρμακα θα χρησιμοποιήσει;	03
Πώς χορηγείται η χημειοθεραπεία;	04
Τι συμβαίνει την ημέρα του ραντεβού μου για τη χορήγηση ενδοφλέβιας χημειοθεραπείας;	05
Ανεπιθύμητες ενέργειες της χημειοθεραπείας και πώς μπορείτε να τις διαχειριστείτε <sup>1-4</sup>	06
Μη συνταγογραφούμενα φάρμακα και συμπληρώματα διατροφής	08
Πότε πρέπει να καλέσετε τον γιατρό κατά τη διάρκεια της χημειοθεραπείας σας	09
Πώς να αντεπεξέλθετε σε συναισθηματικό επίπεδο	09



# Τι είναι η χημειοθεραπεία;

Η χημειοθεραπεία χρησιμοποιεί φάρμακα που δρουν είτε σταματώντας είτε επιβραδύνοντας την ανάπτυξη των καρκινικών κυττάρων. Μπορούν να χορηγηθούν μέσω μίας φλέβας ή να ληφθούν από το στόμα με τη μορφή χαπιού ή καψακίου.<sup>1</sup>



**Βιβλιογραφία**  
1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.

# Τύποι χημειοθεραπείας<sup>1</sup>

Τα πιο κοινά χημειοθεραπευτικά φάρμακα για τον καρκίνο του μαστού περιλαμβάνουν τα εξής:<sup>1</sup>

- \* Καπεσιταβίνη
- \* Καρβοπλατίνη
- \* Σισπλατίνη
- \* Κυκλοφωσφαμίδη
- \* Δοσεταξέλη
- \* Δοξορουβικίνη
- \* Επιρουβικίνη
- \* Εριβουλίνη
- \* Φθοριοουρακίλη
- \* Γεμισταβίνη
- \* Ιξαμπεπιδόνη
- \* Πακλιταξέλη
- \* Λιποσωμιακή δοξορουβικίνη
- \* Πακλιταξέλη συνδεδεμένη με πρωτεΐνη
- \* Βινoreλβίνη

Ο τύπος των φαρμάκων που λαμβάνετε εξαρτάται από το στάδιο του καρκίνου σας, τον κίνδυνο επανεμφάνισης του καρκίνου σας ή/και το εάν έχετε άλλες ιατρικές παθήσεις, όπως καρδιακά προβλήματα.

Μπορεί να λαμβάνετε ένα χημειοθεραπευτικό φάρμακο ή συνδυασμό φαρμάκων μία φορά την εβδομάδα ή μία φορά κάθε 2-3 εβδομάδες, ανάλογα με το/τα φάρμακο/-α που περιλαμβάνει η θεραπεία σας.

**Βιβλιογραφία**  
1. American Cancer Society. Chemotherapy for breast cancer. <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/treatment/chemotherapy-for-breast-cancer.html>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.

# Τι κάνει η χημειοθεραπεία;<sup>1,2</sup>

Είναι σημαντικό να γνωρίζετε ότι δεν χρειάζονται χημειοθεραπεία όλοι οι άνθρωποι με καρκίνο του μαστού. Ανάλογα με τον τύπο καρκίνου του μαστού που έχετε, η χημειοθεραπεία μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τους εξής σκοπούς:<sup>1,2</sup>

- \* Για να μειώσει το μέγεθος του όγκου πριν από τη χειρουργική επέμβαση, εάν ο όγκος είναι πολύ μεγάλος για να αφαιρεθεί, εάν ο καρκίνος έχει εξαπλωθεί σε αρκετούς λεμφαδένες ή εάν πρόκειται για φλεγμονώδη καρκίνο του μαστού. Σε αυτήν την περίπτωση ονομάζεται νεοεπιχειρησιακή χημειοθεραπεία. Στο διάστημα κατά το οποίο λαμβάνετε χημειοθεραπεία πριν από τη χειρουργική επέμβαση μπορείτε να υποβληθείτε σε ορισμένες γενετικές εξετάσεις και να σκεφτείτε τις επιλογές αποκατάστασης μαστού που έχετε.
- \* Για να καταστρέψει τα καρκινικά κύτταρα που μπορεί να έχουν απομείνουν στο σώμα σας μετά τη χειρουργική επέμβαση, ώστε να διασφαλιστεί ότι ο καρκίνος δεν θα επανεμφανιστεί. Σε αυτήν την περίπτωση ονομάζεται επικουρική χημειοθεραπεία.
- \* Για να θέσει υπό έλεγχο την ανάπτυξη του καρκίνου, εάν τα καρκινικά κύτταρα έχουν εξαπλωθεί σε άλλα μέρη του σώματός σας.
- \* Για να μετριάσει τα συμπτώματα του καρκίνου, εάν ο όγκος προκαλεί πόνο ή πίεση. Σε αυτήν την περίπτωση ονομάζεται παρηγορητική φροντίδα.

**Βιβλιογραφία**  
1. National Health Service. Chemotherapy. <https://www.nhs.uk/conditions/chemotherapy/>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 2. National Cancer Institute. Chemotherapy to treat cancer. <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/types/chemotherapy>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.

# Πώς αποφασίζει ο γιατρός μου ποια χημειοθεραπευτικά φάρμακα θα χρησιμοποιήσει;

Ο γιατρός σας μπορεί να συστήσει διάφορους τύπους χημειοθεραπείας με βάση το στάδιο του καρκίνου σας, τη συνολική υγεία σας - για παράδειγμα, εάν έχετε άλλες παθήσεις όπως κάποια καρδιοπάθεια ή διαβήτη - και το εάν έχετε κάνει χημειοθεραπεία στο παρελθόν. Ο γιατρός σας θα συστήσει το καταλληλότερο φάρμακο ή συνδυασμό φαρμάκων για την επίτευξη των βέλτιστων αποτελεσμάτων για εσάς.<sup>1,2</sup>

Είναι σημαντικό να συζητήσετε τις θεραπευτικές επιλογές σας με τον γιατρό σας, ώστε να αποφασίσετε τι είναι καλύτερο για εσάς με βάση τους στόχους, τις ανάγκες και τις προτιμήσεις σας.

**Βιβλιογραφία**  
1. Mayo Clinic. Chemotherapy. <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/chemotherapy/about/pac-20385033>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 2. Cancer.net. What to expect when having chemotherapy. <https://www.cancer.net/navigating-cancer-care/how-cancer-treated/chemotherapy/what-expected-when-having-chemotherapy>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.



# Πώς χορηγείται η χημειοθεραπεία;<sup>1,2</sup>

Μπορεί να λαμβάνετε τα χημειοθεραπευτικά φάρμακα στο σπίτι, σε ένα ιατρείο, σε μία κλινική ή σε νοσοκομειακό περιβάλλον. Ο γιατρός σας θα σας δώσει συγκεκριμένες οδηγίες για να προετοιμαστείτε για τις χημειοθεραπείες σας.

Συνήθως απαιτείται μία περίοδος ανάπαυσης μετά από κάθε λήψη χημειοθεραπείας, ώστε να έχει ο οργανισμός σας αρκετό χρόνο για να ανακάμψει από τις επιδράσεις των φαρμάκων. Κάθε φορά που λαμβάνετε χημειοθεραπεία και στη συνέχεια κάνετε ένα διάλειμμα από αυτήν, λέμε ότι έχετε κάνει έναν κύκλο θεραπείας.

Το χρονοδιάγραμμα των κύκλων θεραπείας εξαρτάται από το είδος των φαρμάκων που λαμβάνετε και το εάν χρησιμοποιούνται ως νεοεπικουρική ή επικουρική χημειοθεραπεία ή για τη θεραπεία του μεταστατικού καρκίνου του μαστού. Η επικουρική και η νεοεπικουρική χημειοθεραπεία συνήθως χορηγούνται για συνολικά 3 έως 6 μήνες, ενώ εάν έχετε καρκίνο του μαστού σταδίου 4, η διάρκεια της θεραπείας θα εξαρτηθεί από την ανοχή σας στις ανεπιθύμητες ενέργειες.

Όταν η χημειοθεραπεία χορηγείται σε μία φλέβα, η χορήγηση μπορεί να διαρκέσει λίγο ή πολύ. Για παράδειγμα, εάν η χημειοθεραπεία χορηγείται ως ένεση σε μία φλέβα, θα διαρκέσει μόλις λίγα λεπτά, ενώ εάν χορηγείται στάγδην ή μέσω αντλίας, μπορεί να χρειαστούν από 30 λεπτά έως μερικές ημέρες. Μία χημειοθεραπεία που χορηγείται κατά τη διάρκεια λίγων ή περισσότερων ημερών ονομάζεται συνεχής έγχυση.

## Τρόποι ενδοφλέβιας χορήγησης χημειοθεραπείας<sup>3</sup>

Η ενδοφλέβια χημειοθεραπεία μπορεί να χορηγηθεί μέσω κάνουλας, καθετήρα ή εμφυτεύσιμου συστήματος χορήγησης (port). Σε ορισμένες περιπτώσεις, η ενδοφλέβια χημειοθεραπεία χορηγείται με τη βοήθεια μίας αντλίας.

Η κάνουλα είναι ένας μικρός σωλήνας που τοποθετείται σε μία φλέβα στο πίσω μέρος του καρπού του χεριού σας ή στο κάτω μέρος του αντιβραχίου σας για σύντομο χρονικό διάστημα.

Ο καθετήρας είναι ένας εύκαμπτος, λεπτός σωλήνας. Ο γιατρός τοποθετεί το ένα άκρο του καθετήρα σε μία μεγάλη φλέβα (συνήθως στο χέρι σας ή κοντά στο στήθος σας) ενώ το άλλο άκρο βρίσκεται έξω. Οι περισσότεροι καθετήρες παραμένουν στη θέση τους μέχρι να ολοκληρωθούν όλες οι χημειοθεραπείες σας.

Το εμφυτεύσιμο σύστημα χορήγησης ή port είναι ένας μικρός πλαστικός ή μεταλλικός δίσκος που τοποθετείται κάτω από το δέρμα σας. Ένας νοσηλευτής μπορεί να εισάγει μία βελόνα στο port σας για να σας χορηγήσει τη χημειοθεραπεία σας.

Οι αντλίες συνήθως συνδέονται με τους καθετήρες ή τα port. Ελέγχουν την ταχύτητα χορήγησης του χημειοθεραπευτικού φαρμάκου που διέρχεται από έναν καθετήρα ή ένα port. Οι αντλίες μπορεί να είναι εσωτερικές ή εξωτερικές. Οι εξωτερικές αντλίες τοποθετούνται έξω από το σώμα και οι ασθενείς μπορούν να τις μεταφέρουν. Οι εσωτερικές αντλίες τοποθετούνται κάτω από το δέρμα σας.

► Έχετε πάντα τον νου σας για ενδείξεις μόλυνσης γύρω από τον καθετήρα ή το port σας.

Εάν η χημειοθεραπεία χορηγείται σε μορφή δισκίων, συνήθως μπορείτε να παίρνετε το φάρμακο στο σπίτι. Ακολουθείτε πάντα τις οδηγίες της θεραπευτικής ομάδας σας για να διασφαλίσετε ότι δεν λαμβάνετε πολύ μεγάλη ή πολύ μικρή ποσότητα φαρμάκου.

## Βιβλιογραφία

1. American Cancer Society. Chemotherapy for breast cancer. <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/treatment/chemotherapy-for-breast-cancer.html>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 2. National Health Service. Side effects chemotherapy. <https://www.nhs.uk/conditions/chemotherapy/side-effects/>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 3. Catheters and Ports in Cancer Treatment | Cancer.Net Προσπελάστηκε στις 24 Ιαν 2024.

# Τι συμβαίνει την ημέρα του ραντεβού μου για τη χορήγηση ενδοφλέβιας χημειοθεραπείας;<sup>1</sup>

Την ημέρα του ραντεβού σας για τη χορήγηση ενδοφλέβιας χημειοθεραπείας θα πρέπει να σας συνοδεύει ένας φίλος ή ένας φροντιστής για να σας παρέχει υποστήριξη ή για να σας μεταφέρει στο σπίτι, εάν αισθανθείτε κόπωση στο τέλος της θεραπείας. Πριν ξεκινήσει η θεραπεία, θα σας δει ο γιατρός σας, ο οποίος θα σας εξετάσει. Μπορεί επίσης να υποβληθείτε σε εξετάσεις για να ελεγχθεί η γενική υγεία σας, να κάνετε εξετάσεις αίματος, να μετρηθεί το ύψος και το βάρος σας και να υποβληθείτε σε απεικονιστικές εξετάσεις για να ελεγχθεί το μέγεθος του όγκου σας.

Επειδή η διάρκεια της θεραπείας μπορεί να ποικίλλει ανάλογα με το φάρμακο το οποίο λαμβάνετε, σκεφτείτε να φέρετε μαζί σας το τηλέφωνό σας, ένα τάμπλετ, βιβλία ή μία κουβέρτα για να νιώσετε πιο άνετα.

Στο τέλος της θεραπείας σας, ο γιατρός ή ο νοσηλευτής σας θα συζητήσει μαζί σας τι είδους ανεπιθύμητες ενέργειες να περιμένετε και θα σας δώσει μερικές πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο διαχείρισής τους και τι πρέπει να κάνετε ή να αποφύγετε τις επόμενες ημέρες μετά τη θεραπεία. Μπορεί επίσης να σας συμβουλευτεί να πίνετε πολλά υγρά για 48 ώρες μετά τη χημειοθεραπεία, κάτι το οποίο θα βοηθήσει στη μεταφορά των φαρμάκων στον οργανισμό σας.

Πριν φύγετε, θα πρέπει να ρωτήσετε σε ποιον αριθμό μπορείτε να καλείτε εάν έχετε οποιεσδήποτε ερωτήσεις ή ανησυχίες, συμπεριλαμβανομένων των ωρών εκτός ωραρίου εργασίας και κατά τη διάρκεια του Σαββατοκύριακου.



## Βιβλιογραφία

1. Cancer.net. What to expect when having chemotherapy. <https://www.cancer.net/navigating-cancer-care/how-cancer-treated/chemotherapy/what-expected-when-having-chemotherapy>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.



# Ανεπιθύμητες ενέργειες της χημειοθεραπείας και πώς μπορείτε να τις διαχειριστείτε<sup>1-4</sup>

Οι ανεπιθύμητες ενέργειες της χημειοθεραπείας εξαρτώνται από τον τύπο του/των φαρμάκου/-ων που λαμβάνετε, τις εξατομικευμένες συνθήκες σας και το χρονοδιάγραμμα θεραπείας σας. Ο γιατρός σας θα σας συμβουλευτεί σχετικά με τα επιπλέον φάρμακα που θα βοηθήσουν στη διαχείριση τυχόν ανεπιθύμητων ενεργειών της χημειοθεραπείας. Γενικά, αυτές περιλαμβάνουν:



**Αναιμία:** Ένα άτομο είναι αναιμικό όταν το σώμα του δεν έχει αρκετά ερυθρά αιμοσφαίρια. Η αναιμία μπορεί να σας κάνει να αισθάνεστε μεγάλη κόπωση και ζάλη. Ζητήστε βοήθεια εάν αισθάνεστε πολύ κουρασμένοι για να κάνετε οτιδήποτε ή πάρετε μερικούς υπνάκους κατά τη διάρκεια της ημέρας. Μπορεί να χρειαστεί να καταναλώνετε τροφές με υψηλή περιεκτικότητα σε πρωτεΐνη και σίδηρο.

**Δυσκοιλιότητα:** Ορισμένα χημειοθεραπευτικά φάρμακα, καθώς και οι αλλαγές στη διατροφή, η μη κατανάλωση αρκετών υγρών και η μειωμένη σωματική δραστηριότητα μπορεί να προκαλέσουν δυσκοιλιότητα. Εάν συμβεί αυτό, μερικά απλά βήματα μπορούν να βοηθήσουν στην αντιμετώπιση της δυσκοιλιότητας, όπως η κατανάλωση τροφών με υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες, η κατανάλωση άφθονων υγρών και η αύξηση της σωματικής δραστηριότητας. Εάν αυτά τα βήματα δεν βοηθήσουν, συζητήστε με τον γιατρό σας τι είδους φάρμακα θα πρέπει να πάρετε για τη δυσκοιλιότητα.

**Διάρροια:** Η διάρροια μπορεί να προκαλέσει αφυδάτωση και απώλεια μετάλλων που είναι απαραίτητα για τη λειτουργία του οργανισμού. Καλέστε τον γιατρό σας εάν αισθάνεστε ζάλη, τα ούρα σας έχουν σκούρο κίτρινο χρώμα ή δεν μπορείτε να ουρήσετε ή έχετε πυρετό 38 °C ή υψηλότερο. Θα πρέπει να πίνετε καθημερινά άφθονα υγρά, να καταναλώνετε μικρά γεύματα και να διατηρείτε στεγνή και καθαρή την περιοχή του πρωκτού σας. Μιλήστε με τον γιατρό σας πριν πάρετε οποιοδήποτε φάρμακο για την αντιμετώπιση της διάρροιας.

**Κόπωση:** Είναι μία από τις πιο κοινές ανεπιθύμητες ενέργειες της χημειοθεραπείας. Πολλοί άνθρωποι που λαμβάνουν χημειοθεραπεία αισθάνονται κουρασμένοι ή κουράζονται πολύ εύκολα με απλές καθημερινές εργασίες. Η άφθονη ξεκούραση, η ήπια άσκηση, όπως το περπάτημα ή η γιόγκα, καθώς και το να ζητάτε βοήθεια με τις καθημερινές εργασίες σας μπορούν να βοηθήσουν.

**Απώλεια μαλλιών:** Αυτή η ανεπιθύμητη ενέργεια δεν εμφανίζεται σε όλους τους ασθενείς, καθώς εξαρτάται από το είδος της χημειοθεραπείας που λαμβάνετε. Εάν η χημειοθεραπεία προκαλεί απώλεια μαλλιών, η τριχόπτωση συνήθως ξεκινά μέσα σε λίγες εβδομάδες από την πρώτη συνεδρία θεραπείας. Μπορεί επίσης να παρουσιάσετε απώλεια τριχοφυΐας και σε άλλα μέρη του σώματός σας, όπως στα χέρια, στα πόδια και στο πρόσωπο. Είναι σημαντικό να γνωρίζετε ότι η απώλεια μαλλιών είναι σχεδόν πάντα προσωρινή και ότι τα μαλλιά φυτρώνουν ξανά σε σύντομο χρονικό διάστημα μετά την ολοκλήρωση της χημειοθεραπείας. Ενδεχομένως να μπορείτε να μειώσετε τις πιθανότητες απώλειας των μαλλιών σας φορώντας μία κάσκα ψύξης ενώ κάνετε θεραπεία. Η κάσκα ψύξης είναι ένα κράνος που φοριέται κατά τη διάρκεια της συνεδρίας θεραπείας για να μειωθεί η ροή του αίματος στο δέρμα του κεφαλιού, μειώνοντας έτσι την ποσότητα του φαρμάκου που φτάνει στο τριχωτό του κεφαλιού. Ωστόσο, μπορείτε να φοράτε κάσκα ψύξης μόνο όταν λαμβάνετε συγκεκριμένα φάρμακα. Ρωτήστε τον γιατρό σας εάν η θεραπεία που θα λάβετε θα προκαλέσει απώλεια μαλλιών. Μπορείτε να αποφασίσετε να κόψετε τα μαλλιά σας κοντά ή να τα ξυρίσετε πριν ξεκινήσετε τη θεραπεία για να συνθησάτε την εικόνα σας ή μπορείτε να αποφασίσετε να επιλέξετε μια περούκα που μοιάζει περισσότερο με τα φυσικά σας μαλλιά. Να θυμάστε ότι πρέπει να κρατάτε το κεφάλι σας ζεστό, φορώντας περούκα, μαντήλι ή καπέλο κατά τους κρύους μήνες και να φοράτε αντηλιακό στο δέρμα του κεφαλιού σας. Η απώλεια των μαλλιών σας μπορεί να σας κάνει να αισθάνεστε λιγότερο ελκυστικοί και ευάλωτοι. Μοιραστείτε με την οικογένεια και τους φίλους σας αυτά τα συναισθήματά σας και ζητήστε την υποστήριξή τους για να νιώσετε καλύτερα με την εμφάνισή σας.

**Απώλεια όρεξης:** Η χημειοθεραπεία μπορεί να μειώσει το αίσθημα της πείνας. Σε αυτό μπορεί να σας βοηθήσει το να καταναλώνετε μικρότερα γεύματα πιο συχνά, να επιλέγετε υγιεινές τροφές πλούσιες σε θρεπτικά συστατικά, να πίνετε πολλά υγρά και να παραμείνετε δραστήριοι.

**Προβλήματα μνήμης ή συγκέντρωσης:** Η χημειοθεραπεία μπορεί να προκαλέσει δυσκολία στη σκέψη, τη συγκέντρωση ή την ανάκληση πληροφοριών στη μνήμη (μερικές φορές περιγράφεται ως ομίχλη εγκεφάλου). Οι αλλαγές και οι δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι ποικίλλουν. Ορισμένοι βιώνουν μικρές

Η χημειοθεραπεία μπορεί επίσης να βλάψει τις ωθήκες σας και η έμμηνος ρύση σας μπορεί να σταματήσει προσωρινά κατά τη διάρκεια της χημειοθεραπείας ή μπορεί να σταματήσει οριστικά. Όσο μεγαλύτερη είναι η ηλικία σας, τόσο υψηλότερος είναι ο κίνδυνος για μόνιμη εμμηνόπαυση.<sup>5,6</sup> Εάν η θεραπεία σας δεν προκαλεί διακοπή της εμμήνου ρύσης σας, θα πρέπει να αποφύγετε να μείνετε έγκυος ή να τεκνοποιήσετε κατά τη διάρκεια της θεραπείας σας, καθώς τα χημειοθεραπευτικά φάρμακα θα μπορούσαν να βλάψουν το μωρό. Συζητήστε με τον γιατρό σας σχετικά με τον αντίκτυπο της χημειοθεραπείας στα σχέδιά σας για τη δημιουργία οικογένειας.

## Βιβλιογραφία

1. National Cancer Institute. Side effects of cancer treatment. <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.
2. National Health Service. Side effects chemotherapy. <https://www.nhs.uk/conditions/chemotherapy/side-effects/>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.
3. Di Nardo P, et al. Expert Opin Drug Saf. 2022;21(11):1341-55.
4. Anand U, et al. Genes Dis. 2022;10(4):1367-01.
5. Lambertini M, et al. J Clin Oncol. 2018; 36(19):1981-90.
6. Jacobson MH, et al. Fertil Steril. 2016;105(3):765-72.

αλλαγές, ενώ κάποιοι άλλοι αντιμετωπίζουν μεγαλύτερα προβλήματα. Ο γιατρός σας μπορεί να σας συμβουλευτεί σχετικά με τη διαχείριση ή την αντιμετώπιση αυτού του συμπτώματος, αλλά υπάρχουν συγκεκριμένοι τρόποι με τους οποίους μπορείτε να διαχειριστείτε τα προβλήματα μνήμης και συγκέντρωσης, όπως να συντάξετε μία λίστα με σημαντικές πληροφορίες (σημαντικά ονόματα και αριθμούς τηλεφώνου) και πράγματα που πρέπει να κάνετε, για να μειώσετε το στρες και το άγχος σας και να κοιμάστε αρκετά το βράδυ.

**Στοματικά προβλήματα:** Ορισμένα χημειοθεραπευτικά φάρμακα και φάρμακα που χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση των προβλημάτων που προκαλεί ο καρκίνος στα οστά μπορεί να επηρεάσουν τα κύτταρα του στόματός σας και να προκαλέσουν προβλήματα. Τα στοματικά προβλήματα περιλαμβάνουν αλλαγές στη γεύση, στοματικά έλκη, ευαισθησία στα δόντια και τερηδόνα. Για να αποτρέψετε τυχόν στοματικά και οδοντικά προβλήματα, επισκεφτείτε τον οδοντίατρό σας για καθαρισμό και τσεκ πριν ξεκινήσετε τη θεραπεία σας. Οι καθημερινές στοματικές πλύσεις με διάλυμα ζεστού νερού, μαγειρικής σόδας και αλατιού και ο έλεγχος για τυχόν πληγές ή λευκές κλίδες μπορεί να βοηθήσουν. Βουρτσίζετε τα δόντια μετά από κάθε γεύμα και πριν πέσετε για ύπνο.

**Ναυτία και εμετός:** Μπορεί να υπάρχουν περίοδοι που αισθάνεστε ότι θέλετε να κάνετε εμετό ή να κάνετε εμετό λόγω της θεραπείας που λαμβάνετε για τον καρκίνο σας. Συζητήστε με τον γιατρό σας σχετικά με τα επιπλέον φάρμακα που μπορείτε να πάρετε για να μειώσετε ή να αποτρέψετε αυτές τις επιδράσεις.

**Αλλαγές στο δέρμα και στα νύχια:** Ορισμένα χημειοθεραπευτικά φάρμακα μπορεί να προκαλέσουν στο δέρμα σας ξηρότητα, φαγούρα, ερυθρότητα, ξεφλούδισμα ή να σκουρύνουν το χρώμα του. Μπορεί να πάθετε εύκολα ηλιακό έγκαυμα ή να δείτε αλλαγές στο χρώμα του δέρματός σας. Τα νύχια σας μπορεί να είναι σκούρα και εύθραυστα και μπορεί να σας πονούν οι παρωνυχίδες (τα πετσάκια) σας. Χρησιμοποιείτε μόνο τα προϊόντα για το δέρμα που συστήνει ο γιατρός σας για να ενυδατώνετε το δέρμα σας και αποφύγετε τη χρήση προϊόντων που περιέχουν οινόπνευμα ή αρώματα, καθώς μπορεί να ερεθίσουν περαιτέρω το δέρμα σας. Επιπλέον, τα νύχια σας θα πρέπει να είναι κοντά για να αποφύγετε τα σπασίματα.



# Μη συνταγογραφούμενα φάρμακα και συμπληρώματα διατροφής<sup>1-4</sup>

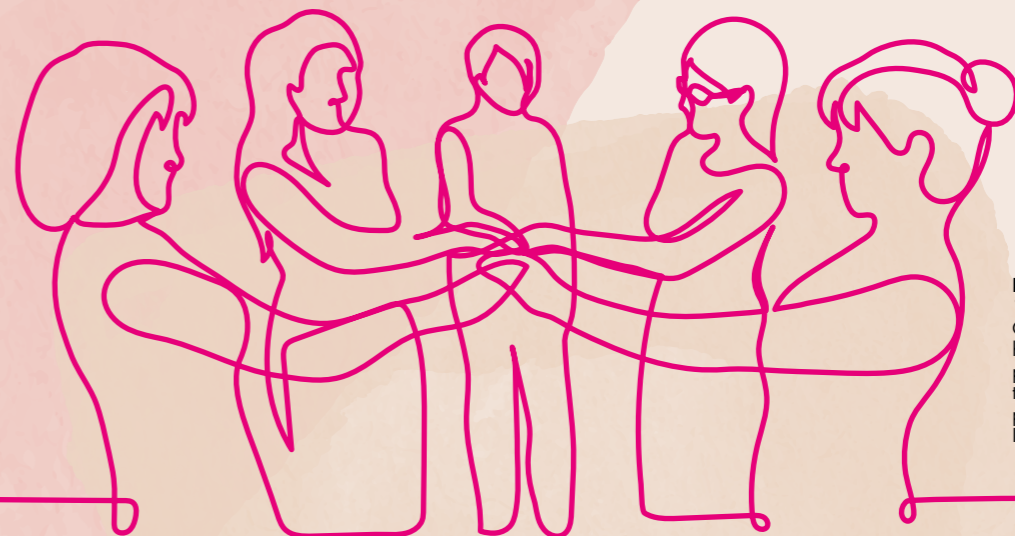
Να παίρνετε μόνο τα φάρμακα που εγκρίνει ο γιατρός ή ο νοσηλεύτής σας. Ενημερώστε τον γιατρό σας σχετικά με όλα τα συνταγογραφούμενα και μη συνταγογραφούμενα φάρμακα που παίρνετε, συμπεριλαμβανομένων των συμπληρωμάτων διατροφής, των εναλλακτικών φαρμάκων, των καθαρτικών, των αντιαλλεργικών, των φαρμάκων για το κρυολόγημα, των αναλγητικών, της ασπιρίνης και της ιβουπροφαίνης, καθώς όλα αυτά μπορεί να επηρεάσουν ή να μειώσουν την επίδραση του χημικοθεραπευτικού φαρμάκου. Μπορείτε είτε να πάρετε μαζί σας όλα τα φιαλίδια, είτε να γράψετε μια λίστα με τα ονόματα των σκευασμάτων και την ποσότητα και τη συχνότητα με την οποία τα παίρνετε, για να τα δείξετε στον γιατρό σας.<sup>1-4</sup>



# Πότε πρέπει να καλέσετε τον γιατρό κατά τη διάρκεια της χημειοθεραπείας σας<sup>1</sup>

Εάν παρουσιάσετε οποιοδήποτε από τα παρακάτω συμπτώματα, καλέστε τον γιατρό σας:<sup>1</sup>

- ✗ Θερμοκρασία σώματος υψηλότερη από 37,5C ή χαμηλότερη από 36C
- ✗ Αίσθημα ζέσθης και ρίγη ή/και δυσκολία στην αναπνοή
- ✗ Πληγές στο στόμα και πόνος κατά την κατάποση
- ✗ Ενδείξεις μόλυνσης στο σημείο όπου έχει τοποθετηθεί ο καθετήρας ή το port
- ✗ Ζάλη, τάση για λιποθυμία ή δύσπνοια
- ✗ Ούρα κόκκινου ή ροζ χρώματος ή αίμα στα κόπρανα
- ✗ Αλλαγές στην όραση



#### Βιβλιογραφία

1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.

# Πώς να αντεπεξεχάζετε σε συναισθηματικό επίπεδο<sup>1-3</sup>

Η χημειοθεραπεία είναι μία αγχωτική και τραυματική εμπειρία. Μπορεί να αισθάνεστε άγχος επειδή δεν γνωρίζετε εάν η θεραπεία θα είναι επιτυχής. Μπορεί επίσης να παρουσιάσετε ανεπιθύμητες ενέργειες που αυξάνουν τον κίνδυνο να βιώσετε κατάθλιψη. Μιλήστε στη θεραπευτική σας ομάδα εάν πιέζεστε συναισθηματικά. Η συζήτηση με άλλα άτομα σε παρόμοια κατάσταση (π.χ. σε μια ομάδα υποστήριξης για τον καρκίνο ή σε έναν επαγγελματία ψυχικής υγείας) μπορεί σε πολλές περιπτώσεις να μειώσει το αίσθημα απομόνωσης και άγχους.

#### References

1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 2. Dana-Farber Cancer Institute. Your emotions after treatment. <https://www.dana-farber.org/for-patients-and-families/for-survivors/caring-for-yourself-after-cancer/your-emotions-after-treatment/>. Accessed July 4, 2023. 3. Goula I, et al. Health Psychology Report. 2020;8(2):97-106.

#### Διαβάστε επίσης

- National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.
- Dana-Farber Cancer Institute. Your emotions after treatment. <https://www.dana-farber.org/for-patients-and-families/for-survivors/caring-for-yourself-after-cancer/your-emotions-after-treatment/>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.
- Goula I, et al. Health Psychology Report. 2020;8(2): 97-106.

#### Βιβλιογραφία

1. National Cancer Institute. Chemotherapy and You. <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/chemotherapy-and-you.pdf>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 2. Hanigan MH, et al. J Oncol Pharm Pract. 2008;14(3): 123-30. 3. Breastcancer.org. Taking Certain Supplements Before and During Chemotherapy for Breast Cancer May Be Risky. Διατίθεται στην ηλεκτρονική διεύθυνση: <https://www.breastcancer.org/research-news/supplements-before-and-during-chemo-risky>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023. 4. National Cancer Institute. Complementary and Alternative Medicine for Patients. <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/cam/patient>. Προσπελάστηκε στις 4 Ιουλίου 2023.

# Πού μπορώ να βρω περισσότερες πληροφορίες;

Υπάρχουν διαθέσιμα έντυπα για τα ακόλουθα θέματα:

- Έντυπο 01. Εισαγωγή στον καρκίνο του μαστού
- Έντυπο 02. Πρώιμος καρκίνος του μαστού
- Έντυπο 03. Η φροντίδα ενός ατόμου με καρκίνο
- Έντυπο 04. Ο καρκίνος του μαστού στους άνδρες
- Έντυπο 05. Γονιμότητα και καρκίνος
- Έντυπο 06. Διατροφικές οδηγίες
- Έντυπο 07. Κατανόηση της χημειοθεραπείας
- Έντυπο 08. Απώλεια μαλλιών κατά τη διάρκεια της αντικαρκινικής θεραπείας
- Έντυπο 09. Προθέσεις μαστού και αποκατάσταση μαστού
- Έντυπο 10. Η σωματική άσκηση στα άτομα που ζουν με καρκίνο

Πού μπορώ να βρω  
υποστήριξη;



ΑΛΜΑ ΖΩΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ  
ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ  
Ηπείρου 11, Αθήνα 10433  
210 41 80 006

ΑΛΜΑ ΖΩΗΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ  
ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ Ν. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ  
Παύλου Μελά 38, Θεσσαλονίκη 54622  
3ος όροφος  
2310 28 51 81

ΑΛΜΑ ΖΩΗΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ  
ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΑΧΑΪΑΣ  
Γούναρη 37, Πάτρα 26221  
4ος όροφος  
2610 22 22 74

FA-11262910

Το υλικό αυτό έχει ενημερωτικό και όχι προωθητικό χαρακτήρα

 **NOVARTIS**

Σε συνεργασία:

  
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ  
ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ

  
ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ  
ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ  
ΝΟΜΟΥ ΑΧΑΪΑΣ

  
ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ  
ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ  
Ν.ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ