

# Zdravstvena nega bolnika z rakom prostate na sistemskem zdravljenju (predstavitev primera)

*Snežana Umičević*

Rak prostate je tako po svetu kot v Sloveniji po pojavnosti na drugem mestu med raki pri moških. Je v 80 % hormonsko odvisna bolezen. Pri večini pa se z leti hormonsko odvisni karcinom spremeni v hormonsko neodvisnega. Ker je rak prostate hormonsko odvisen, ga zdravijo s hormonskimi zdravili. Zdravljenje s hormoni je v bistvu največkrat zdravljenje z antihormonskimi zdravili. S tem želijo prekiniti delovanje telesu lastnih hormonov, ki pospešujejo rast rakavih celic. Če s časom postane bolezen neodzivna na hormonska zdravila, pride v poštev zdravljenje s citostatiki. Če je pacient na sistemskem zdravljenju, je pomembno, da mu predstavimo neželene učinke zdravljenja, da pozna načine, kako jih lajša po najboljših močeh. Medicinske sestre, ki svetujejo pacientom, ki so na sistemskem zdravljenju raka prostate, morajo imeti določena specifična znanja. Poznati morajo tako bolezen in način njenega zdravljenja kot tudi neželene učinke ter načine, kako jih lajšati.

## Demografski podatki

**Spol:** M

**Starost:** 55let

**Izobrazba:** poklicna šola

**Poklic:** mizar

**Kje živi:** stanovanjska hiša

**S kom živi:** žena, 2 otroka

**Medicinska diagnoza:** maligna neoplazma prostate

**Alergije:** jih nima

---

*Snežana Umičević, dipl. m. s.*  
*Onkološki inštitut Ljubljana*

## Negovalna anamneza

Pacient z dihanjem nima težav. Prehranjuje se redno, in sicer štirikrat dnevno (zajtrk, malica, kosilo, večerja). Popije dva litra tekočine dnevno. Apetit ima dober, vendar zaužije manjše obroke in pazi na kvaliteto prehrane. Redno skrbi za osebno higieno, tušira se enkrat do dvakrat na dan in redno skrbi za ustno higieno. Težav z odvajanjem blata nima. Na blato hodi vsak drug dan. Z odvajanjem urina ima težave. Urinira večkrat na dan, in sicer manjše količine urina. Vedno ima občutek, da ne izprazni mehurja do konca. S potenjem pred hormonsko terapijo ni imel težav. Giblje se redno, večkrat na teden hodi na sprehode z ženo. S spanjem nima težav, vstaja samo zaradi odvajanja urina ponoči, zato vstane vsaj trikrat na noč. Kot razvado gospod navaja kajenje, pokadi do deset cigaret na dan. Alkoholnih pijač ne pije, kavo popije samo zjutraj. Gospod je komunikativen, odprt in se rad pogovarja.

## Potek bolezni

Gospod je prišel na Onkološki inštitut Ljubljana iz Urološke klinike, kjer so mu diagnosticirali karcinom prostate. Bil je operiran, nato pa je nadaljeval zdravljenje z obsevanjem in hkrati s hormonsko terapijo. Prejemal je hormonsko terapijo, v kombinaciji Zoladex® vsake tri mesece, hkrati pa je jemal hormonske tablete Casodex® 3x1 tableto na dan. To je prejemal do leta 2005, ko je bil ugotovljen progres bolezni. Takrat so hormonska zdravila zamenjali z zdravljenjem s citostatikom docetaxel na tri tedne.

Kot medicinska sestra sem bolnika spremljala, ko je vsake tri mesece prihajal v ambulantno kemoterapijo na aplikacijo hormonskih injekcij. Kasneje, ko je prejemal kemoterapijo na bolnišničnem oddelku, ga nisem mogla več spremljati, sicer sem mu pa pred prvo aplikacijo kemoterapije predstavila neželene učinke zdravljenja s citostatiki.

## **Predstavitev negovalnih diagnoz in kolaborativnih problemov, ki so bili prisotni pri pacientu, in ukrepi za izboljšanje le-teh**

**Vzrok** vseh zdravstvenih problemov je jemanje hormonske terapije oziroma pričetek zdravljenja s citostatiki.

## **Spremenjena smopodoba**

### Znaki in simptomi:

Pacient ima zaradi hormonskega zdravljenja težave z erekcijo, ima tudi povečane in boleče dojke.

### Cilj:

- Pacient bo sprejel svojo lastno telesno podobo.

### Ukrepi:

- Pacientu nudimo podporo in možnost za pogovor z medicinsko sestro in zdravnikom
- Ponudimo mu možnost za pogovor z drugimi strokovnjaki (psiholog, psihiater).
- O svojih težavah se pacient pogovorja s partnerko.

### Vrednotenje:

Pacient je sprejel svojo spremenjeno telesno podobo.

## **Zmanjšan libido**

### Znaki in simptomi:

- Pacient ima manjšo spolno slo zaradi prejetja hormonskih zdravil.

### Cilji:

- Pacient ve, kaj je vzrok zmanjšani spolni sli.
- Pacient bo poznal način, kako omiliti ta neželen učinek oz. se bo sprijaznil z njim.

### Ukrepi:

- Pogovor z medicinsko sestro, zdravnikom, da razložita vzrok in ponudita potrebno pomoč.
- Pogovor o svojih problemih s partnerko, s katero naj si poskušata ustvariti drugačen intimni odnos.

### Vrednotenje:

- Pacient zna s partnerko uživati v intimnih odnosih.

## Navali vročine in znojenja

### Znaki in simptomi:

Pacienta oblije vročina ter se prične potiti. To se zgodi v trenutku in tega ne more vnaprej predvideti. Potenje je najbolj izraženo v predelu čela. V obraz je rdeč. Poti se tudi po celem telesu in večkrat so oblačila mokra.

### Cilji:

- Omiliti naval vročine in znojenja, da se bo pacient v trenutku problema počutil čim bolj ugodno.

### Ukrepi:

- Za zmanjšanje ali omilitev navalov vročine in znojenja naj pacient nosi oblačila iz naravnih materialov, kot so bombaž ali lan namesto sintetičnih (najlon, poliester, akril), saj le-ta zadržujejo toploto. Vsa oblačila naj bodo ohlapna, da gibanje ni oteženo.
- Izogiba naj se uporabi maščobe, sladkorja in soli ter naj uživa čim več svežega sadja in zelenjave, saj način prehrane vpliva na stopnjo vročinskih navalov.
- Izogiba naj se vročim pijačam, začinjeni hrani in kajenju, ker le-to spodbudi vročinske navale in znojenje.
- Pacient naj poskusi redno, vendar zelo pazljivo telovaditi, vendar naj mu to ne predstavlja psihične in fizične obremenitve. Saj bi v takšnem primeru le-to poslabšalo vročinske napade. Za telovadbo naj si vzame čas in pri tem naj uživa. Priporočljiva je zmerna, redna telesna vadba. Pacient naj bo pri telesni vadbi zelo pazljiv zaradi kostnih metastaz.
- S seboj naj ima rezervno spodnje perilo (bombažno), da se lahko preobleče, če je premočen.
- Za omilitev navalov vročine in znojenja ne sme uporabljati nadomestnega hormonskega zdravljenja, ker le-to pospeši rast rakavih celic.

### Vrednotenje:

Pacient se je ravnal po naših navodilih, ki smo mu jih dali pred prvo aplikacijo injekcije. Vročinski navali in potenje so se omilili, pa tudi pacient jih je med hormonsko terapijo lažje prenašal.

## **Občutek potrnosti in tesnobe**

### **Znaki in simptomi:**

Pacient se počuti osamljeno, ima občutek tesnobe in ga tišči v prsih. Včasih se sporeče s svoji zaradi malenkosti.

### **Cilj:**

- Pacient pozna ta neželeni učinek in zna poiskati pomoč.

### **Ukrepi:**

- Pogovor z medicinsko sestro, zdravnikom, da ponudita potrebno pomoč.
- Pogovor z drugimi strokovnjaki (psiholog, psihiater), da le-ti pomagajo.
- Obiskovanje skupine za samopomoč in skupine prostovoljcev, kjer lahko dobi informacije in čustveno podporo.
- Pogovor o svojih problemih s partnerko, z drugimi družinskimi člani ali s prijatelji.
- Pacientu lahko svetujemo, da piše svoj osebni dnevnik. Velikokrat je pisanje primerna oblika za izražanje potreb, želja in težav. Omogočiti jim je potrebno tudi pogovor. Pisanje dnevnika omogoča, da spremlja dogajanje pri sebi ves čas.

### **Vrednotenje:**

O svojih težavah se pacient pogovarja s svojo partnerko. Obiskuje tudi psihologa, ki mu pomaga, da se lažje spopada s svojimi težavami.

## **Povečanje telesne teže**

### **Znaki in simptomi:**

Pacient ima večji apetit in se je zaradi tega zredil nekaj kilogramov.

### **Cilji:**

- Zmanjšanje oziroma vzdrževanje telesne teže.

### **Ukrepi:**

- Pacienta je potrebno že pri prvi aplikaciji zdravila seznaniti, da se zaradi povečanega apetita lahko poveča njegova telesna teža, kar lahko prepreči s primerno telesno

vadbo, z obvladovanjem svojega apetita in želje po hrani.

- Izogiba naj se slaščicam in slanim prigrizkom.
- Lakoto si med obroki lahko poteši s svežim sadjem, z navadnimi jogurti ali s skuto. Uživa naj več sadja, zelenjave in žitaric.
- Izogiba naj se mastni hrani, sladkorju, uporabi soli, saj le-ta zadrži vodo v telesu.
- Obroke naj si razporedi preko celega dneva.

**Vrednotenje:**

Pacient vzdržuje svojo telesno težo, tako da se zdravo prehranjuje, ter se ukvarja s telesno vadbo.

## **Pomanjkanje znanja o kemoterapiji in njenih neželenih učinkih**

**Znaki in simptomi:**

Pacient ne ve, kaj je kemoterapija, ne pozna neželenih učinkov kemoterapije, ne ve, kako se jim izogniti.

**Cilj:**

- Pacient bo seznanjen z neželenimi učinki pri kemoterapiji. Neželene učinke bo znal lajšati oziroma se jim izogniti. Naučil se bo prepoznati tiste, ob katerih mora obiskati zdravnika.

**Ukrepi:**

- Pacientu razložimo način in potek zdravljenja, možne neželene učinke citostatikov in načine preprečevanja oz. lajšanja le-teh.
- Pacientu ponudimo pisno gradivo o zdravljenju s citostatiki, v katerem so opisani neželeni učinki ter kako se jih preprečuje oz. omili.
- Pacientu omogočimo možnost, da nas vpraša o stvareh, ki so mu nejasne, nerazumljive.

**Vrednotenje:**

Pacient je seznanjen z neželenimi učinki in pozna ukrepe, da jih prepreči ali pa omili.

## **Padec števila levkocitov - levkopenija**

### Znaki in simptomi:

Pacient ima ob pregledu krvi znižano število levkocitov.

### Cilj:

- Pacient bo seznanjen o ukrepih za preprečevanje infekcije.

### Ukrepi:

- Pacient naj se izogiba zaprtih prostorov, kjer je veliko ljudi (nakupovalni centri, bolnice, avtobusi).
- Pacient naj si čez dan pogosto umiva roke, zlasti pred jedjo in po uporabi stranišča.
- Pacient naj uporablja nežno zobno ščetko, da si ne bo poškodoval ustne sluznice.
- Pacient naj se vsaj dvakrat dnevno oprha.
- Pacient naj opazuje stanje na koži in sluznici.
- Pacient naj uživa več beljakovin in vitaminov.
- Pacient naj uporablja za delo na vrtu zaščitne rokavice.
- Pacienta poučimo, ob katerih znakih se mora posvetovati z zdravnikom (zvišana temp. 38 °C ali več, mrzlica, vneto žrelo, hud kašelj, huda driska, pekoč občutek med odvajanjem vode).

### Vrednotenje:

Pacient ravna po navodilih, ki smo mu jih dali.

## **Izguba las in dlak ali alopecija**

### Znaki in simptomi:

Pacient izgublja lase in dlake po vsem telesu.

### Cilj:

- Pacient je že pred prvo aplikacijo kemoterapije seznanjen s tem neželenim učinkom.

### Ukrepi:

- Pacientu razložimo, kdaj približno mu bodo izpadli lasje in dlake po telesu (nekje od 2 do 6 tednov).
- Pacientu povemo za možnost recepta za nakup lasulje, če se za to odloči.
- Pacientu svetujemo, naj se pred izpadom las postrize na kratko.

### Vrednotenje:

- Pacient bo seznanjen z neželenim učinkom.

## **Možnost nastanka okvare ustne sluznice**

### Vzrok:

- Delovanje citostatikov tudi na zdrave celice.

### Cilj:

- Pacient pozna ukrepe za preprečevanje ali omilitev okvar v ustni sluznici že pred prvo aplikacijo kemoterapije.
- Pacient bo imel nepoškodovano ustno sluznico.

### Ukrepi:

- Pacient naj izpira ustno sluznico z žajbljevim ali s kamiličnim čajem vsaj 10-krat ali pa po potrebi še večkrat na dan.
- Čiščenje zob in ustne votline z mehko zobno ščetko in nepekočo zobno pasto. Zobe naj si umije po vsakem obroku, saj s tem preprečuje nalaganje oblog hrane za zobe.
- Že pred prvim zdravljenjem s citostatiki naj si pacient uredi zobe, tako da bodo le-ti in ustna sluznica zdravi. Med samim zdravljenjem ni priporočljivo opravljati zobozdravstvene posege, ker lahko zaradi padca levkocitov pride do infekcije. O obisku pri zobozdravniku naj se predhodno posvetuje s svojim onkologom.
- Pacientu odsvetujemo uživanje zelo kisle, pekoče ali kako drugače dražeče hrane, da le-ta dodatno ne poškoduje ustne sluznice.
- Pri suhih ustnicah lahko pacient uporablja mazilo za suha usta.
- Pacient naj pije zadostno količino tekočin, to je od 1,5 do 2 litra dnevno. Tekočina naj ne bo prevroča ali dražeča, da z njo ne bi še bolj nadražil ustne sluznice.



- Pomembno je, da si pacient dnevno vsaj enkrat pregleda ustno sluznico. Če opazi spremembe, kot so rdečina, oteklina, razjedice ali pa čuti bolečino, naj se posvetuje o tem z medicinsko sestro ali zdravnikom, da mu bosta podala nadaljnje informacije o pravilni negi in zdravljenju že okvarjene ustne sluznice.

### Vrednotenje:

Pacient je poučen in razume aktivnosti in ukrepe za preprečevanje ali omilitev ustne sluznice.

Eden izmed možnih načinov lajšanja neželenih učinkov sistemskega zdravljenja je dobro informiranje pacientov in njihovo seznanjanje z zdravljenjem ter omogočanje pravočasne pomoči različnih strokovnjakov. Pomembno je, da pacienti poznajo vse neželene učinke. Pomembno je, da so z njimi seznanjeni že pred prvo aplikacijo sistemske terapije, da vedo, da so običajno prisotni med zdravljenjem in se jih ob pojavu ne prestrašijo.

Potrebno je poudariti, da moramo pacientu omogočiti možnost kontakta z medicinsko sestro ob težavah, ob katerih si ne zna sam pomagati.