

# Un ghid al pacientului în domeniul **imuno-oncologiei**

Ce trebuie să știți despre imunoterapia în cancer



# Un ghid al pacientului în domeniul imuno-oncologiei

Ce trebuie să știți despre imunoterapia în cancer

Este posibil să cunoașteți deja unele dintre opțiunile terapeutice disponibile pentru cancer, cum ar fi intervențiile chirurgicale, chimioterapia, radioterapia sau terapia țintită. **Odată cu progresele în domeniul cercetării, există acum posibilitatea de a trata anumite tipuri de cancer și în alt mod: prin terapia imuno-oncologică**, cunoscută și sub denumirea de **imunoterapie antineoplazică**.

Termenul „Imuno” din denumirea de imuno-oncologie se referă la sistemul dumneavoastră imunitar. Imuno-oncologia utilizează medicamente cunoscute sub numele de imunoterapii care **țin-tesc sistemul imunitar al organismului dumneavoastră pentru a lupta împotriva cancerului**.

Acest ghid vă va ajuta să înțelegeți imunoterapia în cancer. Păstrați acest ghid ca document de referință. Am rezervat un spațiu pentru dumneavoastră în care puteți lua notițe și scrie eventualele întrebări pe care le-ați putea avea pe parcursul lecturii.

Subiectele pe care le abordăm în acest ghid includ:

- Cum acționează imunoterapia asupra sistemului meu imunitar pentru a lupta împotriva cancerului?
- Prin ce este diferită imunoterapia de alte tipuri de tratament împotriva cancerului?
- La ce reacții adverse trebuie să mă aștept atunci când utilizez imunoterapia?
- Care este răspunsul posibil al tumorii la imunoterapie?
- Ce pot face pentru a avea un rol activ în tratament?
- Este normal să mă simt astfel?
- Ce pot face pentru a face față acestei situații?
- De unde pot obține mai multe informații?

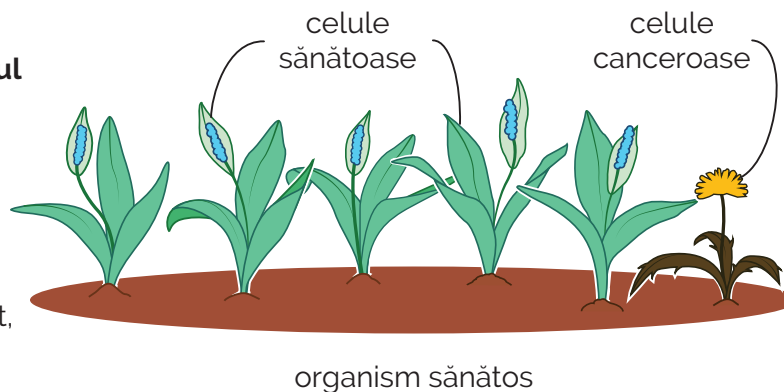
# Cum acționează imunoterapia asupra sistemului meu imunitar pentru a lupta împotriva cancerului?

NOTE 

Imunoterapia țintește sistemul imunitar al organismului dumneavoastră pentru a-l ajuta să lupte împotriva cancerului. Pentru a explica acest concept, vă prezentăm următoarea analogie:

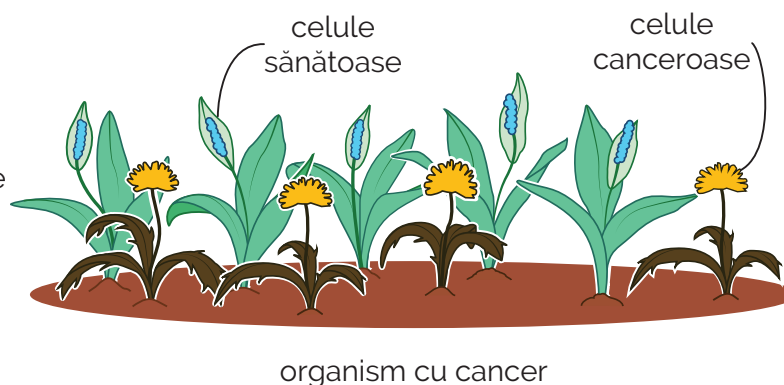
**Imaginați-vă că organismul dumneavoastră este o grădină, în care solul este sistemul dumneavoastră imunitar.**

Când sunteți sănătos/sănătoasă, solul este bogat și bine întreținut, iar grădina este verde. În mod normal, solul are resursele de a împiedica apariția și dezvoltarea necontrolată a buruienilor.



**Celulele canceroase sunt ca buruienile din grădina dumneavoastră.**

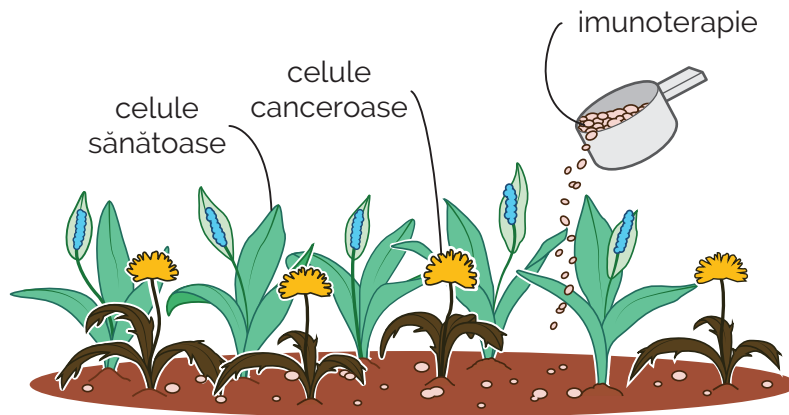
Uneori, solul poate permite buruienilor să crească și să se răspândească, și în curând, întreaga grădină suferă deoarece plantele competiționează pentru spațiu și nutrienți.



# Cum acționează imunoterapia asupra sistemului meu imunitar pentru a lupta împotriva cancerului?

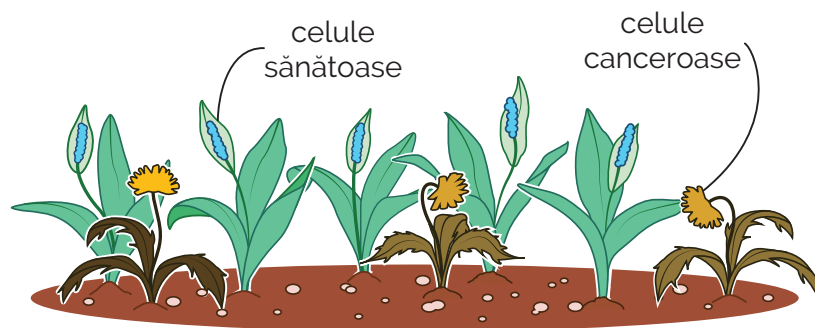
NOTE 

**Imunoterapiile sunt la fel ca îngrășămintele de combatere a buruienilor adăugate în compoziția solului. Îmbogățesc solul existent al grădinii.**



organism afectat de cancer și expus la imunoterapie

**Acum solul poate ajuta la menținerea sub control a buruienilor și poate întreține sănătatea grădinii.**

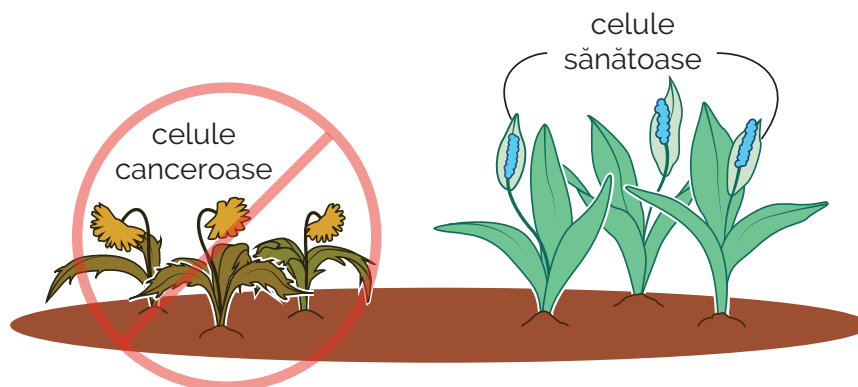


organism afectat de cancer și expus la imunoterapie

# Cum acționează fiecare tip de tratament împotriva cancerului?

NOTE 

Dacă organismul dumneavoastră este similar cu o grădină, echipa medicală va decide asupra **modalității de eliminare a buruienilor** (celulele canceroase) **reducând la minimum efectele dăunătoare asupra plantelor bune** (celulele sănătoase).



## Intervenția chirurgicală

elimină zone întinse de buruieni împreună cu solul care le înconjoară, afectând uneori plantele bune și lăsând în urmă câteva rădăcini de buruieni.



intervenție chirurgicală

**Chimioterapia** este similară cu pulverizarea unei substanțe universale de combatere a buruienilor pe întreaga suprafață a grădinii. Este posibil ca această metodă să nu distrugă toate buruienile și, în același, să afecteze negativ și o parte din plantele bune.

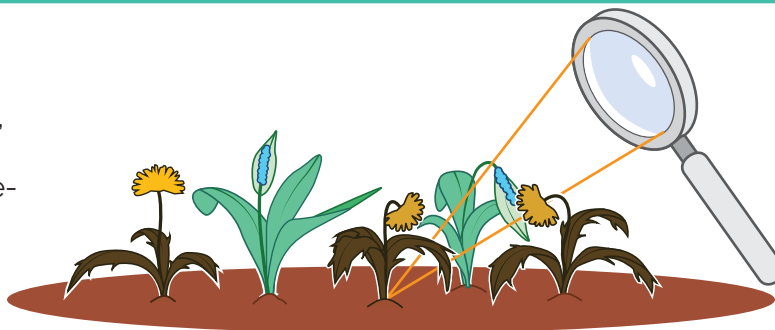


chimioterapie

# Cum acționează fiecare tip de tratament împotriva cancerului?

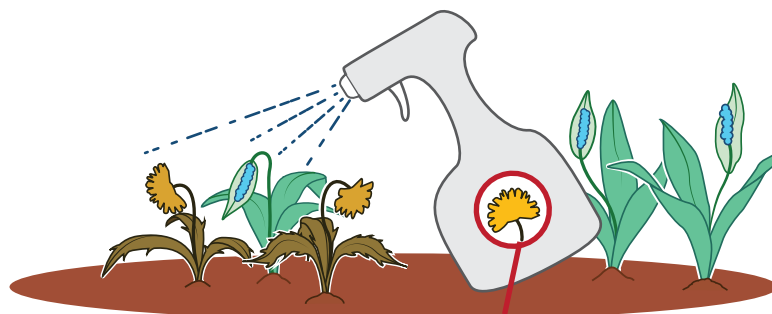
NOTE 

**Radioterapia** este similară cu amplificarea luminii solare cu ajutorul unei lupe, pentru a ținti buruienile și a le usca, însă în timpul procesului pot fi afectate și unele dintre plantele bune.



radioterapie

În cazul **terapii țintite**, buruienile sunt pulverizate în mod direct cu erbicid. Plantele bune pot fi în continuare afectate.



terapie țintită

În loc să țintească buruienile, **imunoterapia** este similară cu adăugarea îngrășământului de combatere a buruienilor în compoziția solului. Acest îngrășământ îmbogățește solul pentru a-l ajuta să controleze creșterea buruienilor, ceea ce restabilește sănătatea grădinii. Însă adăugarea unei cantități prea mari de îngrășământ în sol poate dăuna grădinii.



imunoterapie

Imunoterapia reprezintă o strategie de tratament cu mecanism unic de acțiune ce folosește sistemul imunitar al organismului pentru a lupta împotriva cancerului.



Întrebați echipa medicală responsabilă de îngrijirea dumneavoastră despre opțiunile de tratament de care dispuneți.

# La ce reacții adverse trebuie să mă aștept atunci când utilizez imunoterapia?

NOTE 

Efectele adverse pe care le puteți resimți depind de tipul imunoterapiei administrate și de modul în care sistemul dumneavoastră imunitar reacționează la acel tratament. Experiența fiecăruia cu imunoterapia este unică, și **aparitia reacțiilor adverse este posibilă în timpul tratamentului și după tratament.**



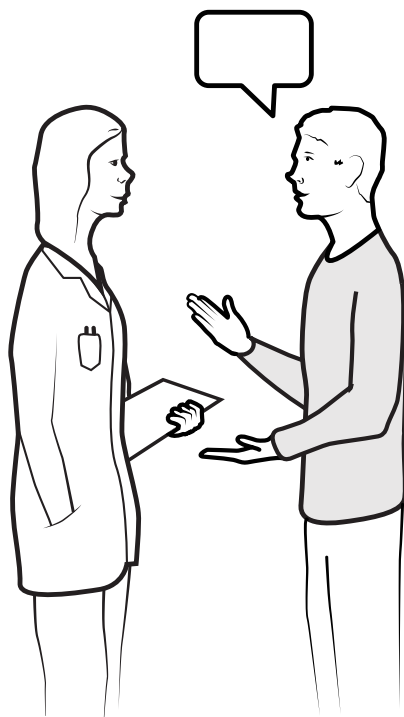
Deoarece sistemul imunitar are grijă de întregul dumneavoastră organism, **reacțiile adverse pot apărea la nivelul multor sisteme și organe, iar unele dintre acestea pot fi grave.**



Echipele medicale responsabile de îngrijirea dumneavoastră vă poate informa mai exact cu privire la reacțiile adverse pe care le puteți avea. **Adresați-vă echipei medicale pentru a obține o listă a reacțiilor adverse,** astfel încât să le puteți recunoaște și gestiona de îndată ce își fac apariția.



Pentru a gestiona reacțiile adverse, este important să raportați **echipei dumneavoastră medicale cum vă simțiți.** Nimeni nu cunoaște organismul dumneavoastră mai bine decât dumneavoastră. Păstrați evidența simptomelor dumneavoastră și țineți la curent medicul care vă îngrijește.



# Care este răspunsul posibil al tumorii la imunoterapie?

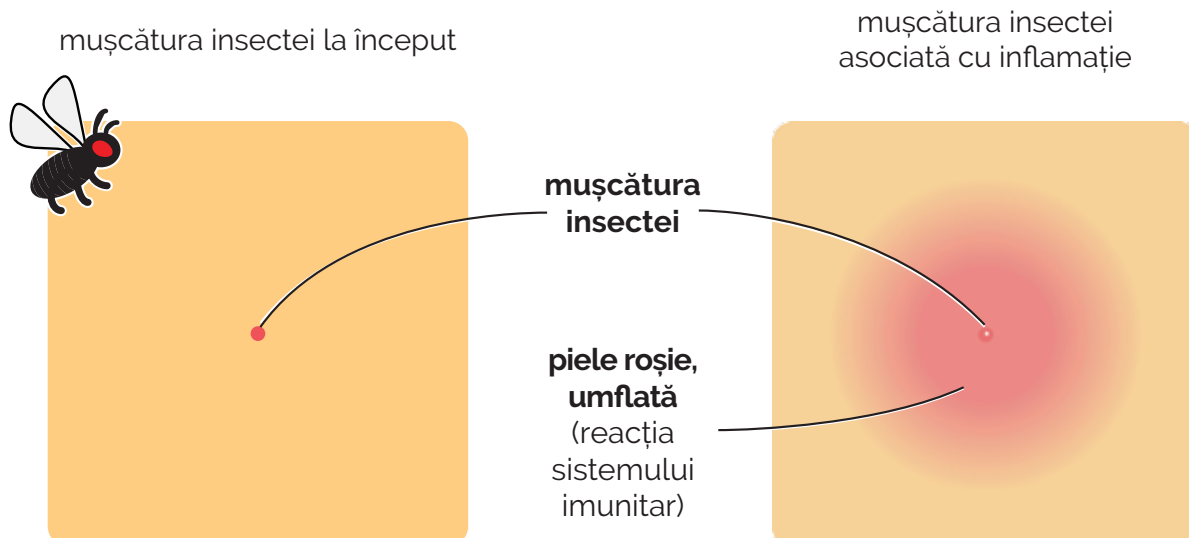
NOTE 

**Tumorile pot răspunde diferit la imunoterapie în funcție de cât de bine poate sistemul dumneavoastră imunitar să țintească celulele canceroase.** La unele persoane, imunoterapia poate micșora tumora sau poate încetini creșterea acesteia. La altele, cancerul poate fi încă detectabil, însă este posibil să nu mai crească activ.

În cadrul vizitelor de urmărire a evoluției dumneavoastră, echipa medicală va monitoriza progresele tratamentului prin intermediul scanărilor tumorii. Tumora poate apărea în scanări ca fiind identică, mai mică sau mai mare în comparație cu dimensiunile inițiale. **În cazul în care tumora este vizibil mai mare după o rundă de tratament, nu înseamnă întotdeauna că imunoterapia nu funcționează.**

Următoarea analogie vă explica de ce se poate întâmpla acest lucru:

**Gândiți-vă la o mușcătură de insectă**, caz în care pielea devine roșie, fierbinte și umflată în jurul mușcăturii. Acesta este un semn de inflamație, cauzată de **reacția sistemului imunitar** la mușcătură, nu de mușcătura în sine.

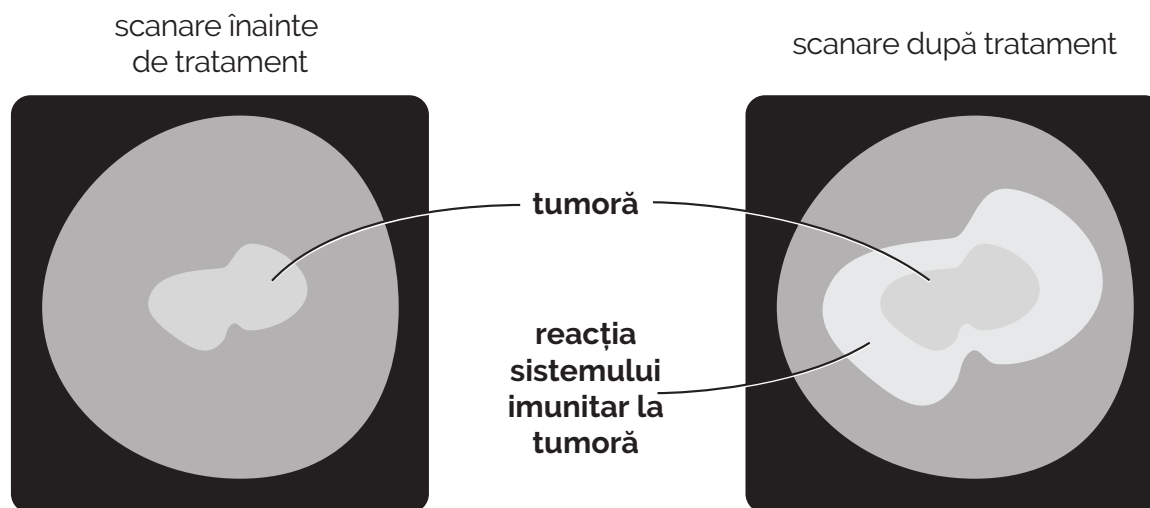




# Care este răspunsul posibil al tumorii la imunoterapie?

NOTE 

O situație similară ar putea să apară în scanările tumorii dumneavoastră. **În cazul în care imunoterapia funcționează, sistemul dumneavoastră imunitar va reacționa și se va focaliza asupra zonei afectate de tumoră pentru a lupta împotriva cancerului.** Acest lucru poate explica de ce tumora pare mai mare pe scanări.



Dacă tumora pare mai mare, acest lucru poate fi rezultatul acțiunii sistemului dumneavoastră imunitar asupra tumorii. Cu toate acestea, în alte cazuri, poate indica faptul că imunoterapia nu funcționează, iar tumora crește. **Orice pacient răspunde la imunoterapie în mod diferit.**

Scanarea tumorii nu reprezintă singura metodă pentru a determina dacă imunoterapia funcționează. Echipa dumneavoastră medicală va analiza, de asemenea, alte analize de laborator și starea dumneavoastră generală de sănătate pentru a vă monitoriza progresul.



Este important **să raportați echipei dumneavoastră medicale cum vă simțiți**. Nimeni nu cunoaște organismul dumneavoastră mai bine decât dumneavoastră.

# Ce pot face pentru a avea un rol activ în tratament?

NOTE 

## Pregătiți-vă pentru programări

Informați-vă permanent. Nu ezitați să puneți multe întrebări. Notați-le pe măsură ce apar și veniți cu notițele la programări. Înregistrați-vă zilnic progresul și orice reacție adversă apărută. Uneori, cantitatea de informație primită la fiecare programare poate fi copleșitoare. În această situație îl puteți întreba pe medicul dumneavoastră dacă vă permite să înregistrați vizitele, pentru a asculta conversațiile din nou mai târziu.

## Aduceți „întăriri”

Un prieten sau un membru al familiei poate reprezenta un al doilea set de urechi și ochi la o programare. Aceștia pot avea întrebările lor proprii pentru echipa dumneavoastră medicală.

## Raportați simptomele dumneavoastră

Din teama de a nu crea neplăceri, unele persoane sunt reticente să raporteze reacțiile adverse către echipa lor medicală. Nu ezitați! Echipa dumneavoastră este disponibilă pentru a vă ajuta și are nevoie să fie complet informată pentru a oferi cele mai bune servicii de îngrijire. Urmărirea reacțiilor adverse reprezintă cheia către monitorizarea progresului dumneavoastră.



## Date de contact importante

Asistentă .....

Oncolog .....

Terapeut .....

Grup de sprijin .....

.....



## Listă de verificare pentru programări

- Marcați data și ora pe un calendar.
- Asigurați-vă de modalitățile de deplasare către și de la sediul consultației.
- Notați-vă orice întrebare aveți în avans.
- Aduceți un pix și un carnețel.

## Păstrați legătura

Nu uitați, nu sunteți singur/singură în lupta dumneavoastră cu cancerul. Pe măsură ce aflați mai multe despre tratamentul dumneavoastră, încercați să anticipați sarcinile dumneavoastră și gândiți-vă cine vă poate ajuta. De exemplu, cineva ar putea să vă ajute să planificați în avans transportul de la și către clinică.

## Implicați membrii comunității dumneavoastră

Permiteți altor persoane să ia parte la călătoria dumneavoastră și învățați din experiențele și perspectivele lor. Discuțiile cu persoanele care au supraviețuit cancerului, cu grupurile de sprijin și cu echipa medicală responsabilă de îngrijirea dumneavoastră vă va ajuta să înțelegeți problemele pe care le-ați putea întâlni și maniera în care să le depășiți.

## Fiți organizat

Asigurați-vă că participați la toate programările. Sunați înainte pentru a confirma programările și pentru a afla ce trebuie să aduceți cu dumneavoastră. Utilizați lista de verificare de mai jos pentru următoarea dumneavoastră vizită.

# Este normal să mă simt astfel?

NOTE 

A trăi cu această boală reprezintă o experiență marcantă din punct de vedere emoțional. **Sentimentele pe care le aveți sunt răspunsuri normale la această experiență cu impact major asupra vieții dumneavoastră.**

Uneori putem face față acestor sentimente pe cont propriu, însă alteori avem nevoie de ajutorul celorlalți. **Nu uitați că sunteți de asemenea o ființă umană, nu doar un pacient.**



## Reflectați

Periodic, parcurgeți întrebările de mai jos pentru a vă ajuta să vă concentrați asupra sentimentelor dumneavoastră. Dacă doriți, puteți fotocopia această pagină.

**În ultimele 7 zile:**

### M-am simțit îngrijorat...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit trist...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit speriat...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit încrezător...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit furios...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit optimist...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit neajutorat...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit energic...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit vinovat...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit fericit...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit neliniștit...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit puternic...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### Am avut sentimente de negare...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit recunoscător...

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit \_\_\_\_\_

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### M-am simțit \_\_\_\_\_

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna



**Puteți utiliza această pagină ca punct de plecare în conversația cu echipa medicală responsabilă de tratamentul dumneavoastră.** Discutarea sentimentelor și îngrijorărilor dumneavoastră cu alte persoane le poate ajuta pe acestea să înțeleagă cum vă pot susține.

Identificarea modului în care vă simțiți reprezintă primul pas în procesul de autoîngrijire. Pagina următoare vă oferă exemple de modalități care vă pot ajuta în păstrarea echilibrului dumneavoastră emoțional.

# Cum pot face față acestei situații?

NOTE 

Sănătatea dumneavoastră emoțională este la fel de importantă ca și sănătatea fizică. **Există mai multe metode prin care puteți avea grijă de sănătatea dumneavoastră emoțională**, cum ar fi:

- Discutați cu echipa dumneavoastră medicală
- Discutați cu prietenii și familia dumneavoastră
- Discutați cu un consilier
- Găsiți grupuri de sprijin locale sau online
- Găsiți timp pentru dumneavoastră
- Rezervați-vă timp pentru relaxare
- Țineți un jurnal
- Mergeți la o plimbare
- Respirați aer proaspăt
- Meditați
- Faceți exerciții
- Odihniți-vă

**Este normal ca pacienții să solicite sprijin din partea altor persoane.** În cazul în care există anumite aspecte ale terapiei pe care vă jenați să le împărtășiți celor apropiați, puteți vorbi cu alte persoane din comunitatea dumneavoastră, cum ar fi:

- Prieteni și familie
- Echipa dumneavoastră medicală
- Terapeuți
- Grupuri de sprijin
- Alți pacienți prieteni
- Un consultant religios



## Reflectați

Parcurgeți întrebările de mai jos pentru a afla cum să vă puteți extinde rețeaua dumneavoastră de sprijin:

### **Vorbiți cu ceilalți despre dumneavoastră sau despre situația dumneavoastră?**

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### **Aveți pe cineva căruia vă puteți destăinui sau cu care puteți discuta despre dumneavoastră sau despre situația dumneavoastră?**

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna

### **Aveți pe cineva care să vă asculte atunci când simțiți nevoia să vorbiți?**

Niciodată Rar Uneori Des Întotdeauna



Echipa dumneavoastră medicală știe faptul că treceți prin momente dificile. **Nu ezitați să abordați membrii echipei pentru ajutor suplimentar.** Aceștia vă pot facilita accesul la alte resurse din apropierea dumneavoastră.

Ianuarie 2017

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

.....  
 .....

Februarie 2017

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

.....  
 .....

Martie 2017

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

.....  
 .....

Aprilie 2017

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

.....  
 .....

Mai 2017

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

.....  
 .....

Iunie 2017

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

.....  
 .....

Iulie 2017

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

.....

.....

August 2017

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

.....

.....

Septembrie 2017

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

.....

.....

Octombrie 2017

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

.....

.....

Noiembrie 2017

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

.....

.....

Decembrie 2017

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

.....

.....

