

# Multiple Myelom

Hastalar için LD  
Kemoterapisi

# LD

Multipl Miyelom Tedavisi için

## LD kemoterapisi nasıl uygulanır ve olası yan etkileri nelerdir.

LD

Kemoterapi tedavinize LD adı verilmektedir. Multipl miyelomu tedavi etmek için yaygın olarak kullanılmaktadır ve başka hastalıkların tedavisi için de kullanılabilir. LD iki ilaçtan oluşmaktadır:

- lenalidomid
- deksametazon

Lenalidomid ve deksametazon birlikte anormal (miyelom) hücrelerin gelişmesini yavaşlatıcı veya durdurucu etki gösterir ve nihayetinde kanser hücrelerinin büzülmesi ve ölmesine neden olabilirler.

## Tedaviye Başlamadan Önce Neleri Bilmem Gerekli?

Doktorunuza almakta olduğunuz tüm reçeteli ilaçlar ve besin takviyeleri, vitaminler, bitkisel ilaçlar ve homeopatik ilaçlar dahil, reçetesiz ürünleri mutlaka bildirin.

Bu tedaviyi almaktayken etkili bir doğum kontrol yöntemi kullanın. Kemoterapi ilaçları cenin için zarara neden olabilir, bu nedenle siz veya eşiniz gebe kalacak olursa, bunu derhal doktorunuza bildirin. Lenalidomid bir ceninde önemli ölçüde zarara neden olabileceğinden (bakınız “LD Tedavisine Başlamadan Önce Neleri Bilmem Gerekli?”), lenalidomid almak için RevAssist® programına kayıtlı olmanız gerekir. Bu broşür RevAssist Programının gerekliliklerinin yerine geçmez.

Tedavi sırasında bebek emzirmekten kaçının. Bu ilaçların anne sütüne geçip, geçmediği bilinmemektedir.

Bazı kemoterapi ilaçları kısırlığa neden olabilir. Gelecekte çocuk sahibi olmayı düşünüyorsanız, seçenekleriniz ile ilgili olarak doktorunuzla konuşun

Doktorunuzun onayı olmaksızın, tedavi görmekte iken, herhangi bir bağışıklık artırıcı uygulama veya aşı yaptırmayın.

## LD Tedavisine Başlamadan Önce Neleri Bilmem Gerekli?

Lenalidomid, yaşamı-tehdit edici doğumsal kusurlar dahil, ceninde ciddi zararlara neden olabilir. Gebe bir kadın tarafından alınan tek bir doz dahi ağır doğumsal kusurlara neden olabilir. Bu ilacı kullanırken, kadınlar cinsel ilişkiye girmemeli VEYA lenalidomide başlamadan bir ay öncesinden başlayarak, tedavi sırasında ve tedaviyi kestikten sonra da bir ay süreyle daha en az iki türde etkin doğum kontrol yöntemi uygulamalıdır. Buna ilaveten, gebe kalması muhtemel kadınlar (histerektomi [*rahmin ameliyatla alınması*] geçirmemiş ve son 24 ay içinde adet görmüş olan kadınlar), gebe olmadıklarından emin olmak için lenalidomide başlamadan 10 ila 14 gün önce bir gebelik testi, lenalidomide başlamadan 24 saat önce bir gebelik testi ve tedavi sırasında düzenli olarak gebelik testleri yaptırmalıdır. Lenalidomid almakta olan erkekler (vasektomi geçirmiş olsalar dahi), her türlü cinsel ilişki sırasında bir lateks prezervatif kullanmalıdırlar. Lenalidomid alırken, sizin veya eşinizin bir adeti gecikirse, anormal bir adet kanaması olursa veya gebe kalırsanız, ilacı almayı kesin ve derhal doktorunuzu arayın.

Böbrek hastalığı bulunanlar lenalidomide bağlı yan etkiler açısından daha yüksek risk altında olabilirler. Daha önce böbrek problemleri yaşadysanız, bunu doktorunuza bildirin.

Lenalidomid toplardamarlarda ve, nadir olgularda, akciğerlerde kan pıhtıları oluşmasına neden olabilir. Kan pıhtıları, lenalidomid deksametazon ile birlikte kullanıldığında daha sık görülür. Göğüs ağrınız, nefes darlığınız veya kol veya bacağınızda şişlik olursa, derhal doktorunuza bildirin. Doktorunuz kan pıhtıları oluşumu riskini azaltmaya yardımcı olması için size bir ilaç verebilir.

Lenalidomid almaktayken, kan bağışında bulunmamalısınız.

Eğer erkek iseniz, lenalidomid almaktayken sperm bağışında bulunmamalısınız.

Deksametazon midenin koruyucu tabakasını azaltarak, mideyi mide asidinin tahrişine daha yatkın kılabılır. Nadir olgularda, bu midede kanayan yaralar veya perforasyona (midede bir delik) yol açabilir. Hazımsızlık veya başka mide sorunlarınız mevcutsa, bunu doktorunuza bildirin. Bu semptomları gidermek için size ilaç verilebilir.

Deksametazon kan basıncınızı yükseltebilir. Baş ağrısı, görme sorunları, şaşkınlık veya uykululuk hali yaşarsanız veya yüksek kan basıncı nedeniyle tedavi görmekteyseniz, bunu derhal doktorunuza bildirin.

Deksametazon kan şekeri düzeyinizin, özellikle de diyabetiniz varsa, yükselmesine neden olabilir. Kan şekerinizin kontrolü için, tedaviniz sırasında düzenli kan veya idrar tetkikleri yaptırmanız gerekebilir. Çok susamaktaysanız, alışılmıştan fazla idrara çıkmaktaysanız veya diyabet tedavi görmekteyseniz, bunu doktorunuza bildirin. Doktorunuz tedaviniz sırasında kan şekerinizi daha sık olarak kontrol etmeniz gerekip, gerekmediğini size söyleyecektir.

Deksametazon enfeksiyon riskinizi artırabilir ve ateş gibi enfeksiyon belirtilerinin tespitini güçleştirebilir. Herhangi bir enfeksiyon belirtisi yaşadığınızda, derhal doktorunuza bildirin (bakınız “Olası Yan Etkiler Nelerdir?”). Sizde oküler herpes simpleks (*gözde herpes virüsüne bağlı enfeksiyon*) adı verilen bir enfeksiyon mevcut ise, deksametazon kullanmak kornea perforasyonu (korneada bir delik oluşması) riskinizi artırabilir. Sizde bu enfeksiyon mevcutsa, bunu doktorunuza bildirin.

Bir ruhsal sağlık tablosu nedeniyle tedavi gormekteyseniz, bunu doktorunuza bildirin. Dekametazon kullanılması ruhsal sorunları kottulestirebilir. Dekametazon duygudurum dalgalanmaları, kişilik değişiklikleri, uykusuzluk, coşku hisleri ve nadir olgularda şiddetli depresyona neden olabilir. Kendinizi çökkün hissederseniz, derhal doktorunuza bildirin.

Tedaviniz, aşığıdakiler dahil, diğer maddeler ile etkileşebilir:

- Aspirin, ibuprofen veya naproksen gibi non-steroidal anti-enflamatuvar ilaçlar
- Warfarin
- Fenitoin, fenobarbital veya karbamazepin
- Rifabutin, rifampin veya isoniazid
- Klaritromisin eritromisin veya telitromisin
- Dięoksın veya amiodaron
- Furosemid veya diğer diüretikler
- Verapamil, felodipin, amlodipin, nifedipin, nisoldipin veya diltiazem
- Lovastatin , simvastatin veya atorvastatin gibi yüksek kolesterolün tedavisinde kullanılan ilaçlar
- Ketokonazol , flukonazol, itrakonazol, vorikonazol veya posakonazol
- Triazolam, alprazolam, diazepam veya buspiron
- Siklosporin, sirolimus veya takrolimus
- Atazanavir , indinavir, nelfinavir, ritonavir veya sakuinavir gibi HIV tedavisinde kullanılan ilaçlar
- Aprepitant
- St. John Otu (*Sarı kantaron*)
- Fluvoksamin
- Miyastenya gravis adı verilen bir rahatsızlığı tedavi etmek için kullanılan, neostigmin gibi ilaçlar
  - Kolestiramin
  - Bazı ilaçlar doğum kontrol haplarının (oral kontraseptifler) etkililiğine engel olabilir. Doğum kontrol hapları ve aşığıdaki ilaçlardan birini almaktaysanız, lenalidomid alırken iki BAŞKA etkili doğum kontrol yöntemi kullanmanız gerekir:
- HIV tedavisi için kullanılan ilaçlar, atazanavir, indinavir, nelfinavir, ritonavir veya sakuinavir gibi
- Griseofulvin
- Modafinil
- Rifabutin veya rifampin
- Penisilinler
- Fenitoin, feenobarbital veya karbamazepin
- St. John Otu (*Sarı kantaron*)

Lütfen bu listenin bir özet olduğunu ve tüm olası ilaç etkileşmelerini içermediğini unutmayınız. Tedaviniz ile etkileşebilecek herhangi bir ilaç almaktaysanız, doktorunuzla temasa geçin.

### Aşığıdaki koşullar söz konusu ise, LD tedavisi almamalısınız:

- Gebeyseniz veya gebe kalma riskiniz varsa.
- Lenalidomid, deksametazon veya bu ilaçların bileşenlerinden herhangi birine karşı alerjiniz varsa.
- Ciddi türde bir mantar enfeksiyonunuz olduğu söylendiye.

### Tedavi Nasıl Uygulanmakta?

Lenalidomidi ağızdan, günde bir kez alacaksınız. Lenalidomidi her gün yaklaşık aynı saatte almaya çalışın. Lenalidomidi yemeklerle birlikte veya yemeklerden ayrı olarak alabilirsiniz. Bir dozunuzu almayı unutur ve aynı günde bunu hatırlarsanız, hatırlar hatırlamaz dozunuzu alın. Dozunuzu almayı tüm gün boyu atarsanız, bu dozu geçin ve ertesi günkü doz ile devam edin. İki dozu aynı anda almayın. Lenalidomidin tam olarak reçete edildiği şekilde alınması önemlidir. Doktorunuzla konuşmadan, ilaç almayı bırakmayın veya dozunuzu değiştirmeyin. Lenalidomid kapsüllerini bütün olarak su ile birlikte yutun. Kapsüllerinizi parçalamayın, çiğnemeyin veya açmayın.

Deksametazonu ağızdan alacaksınız. Doktorunuz ne sıklıkla alacağınızı size söyleyecektir. Dekametazonu tam size söylendiği şekilde almanız önem taşımaktadır. Mide tahrişi ihtimalini azaltmak için, deksametazonu yiyeceklerle birlikte alın ve alkol içmeyin. İlaçları düzenli olarak, her

gün aynı saatte kullanın. Bir dozu atlayacak olursanız, hatırlar hatırlamaz bu dozu alın ve ardından doktorunuzla temasa geçerek, bir sonraki dozu ne zaman almanız gerektiğini sorun.

Deksametazon ve lenalidomidi oda ısısında, çocuklar ve evcil hayvanların ulaşamayacağı bir yerde muhafaza edin. Çok fazla deksametazon veya lenalidomid alacak olursanız, hemen doktorunuz, yerel zehirlenme merkezi veya acil servis ile temasa geçin.

İlaçlarınızı başkaları ile paylaşmayın. Bu ilaçları başkaları ile paylaşmak zararlı olabilir.

## Hangi Durumlarda Doktorumu Aramalıyım?

Aşağıdaki belirtilerden herhangi birisini yaşadığınızda, hemen doktorunuzu arayın:

- Titreme, ürperme veya 38.06 C° veya üzeri ateş
- Alışılmadık kanama, kolayca morluk oluşması veya derinizde iğne başı gibi kırmızı noktalar oluşması
- Şiddetli, veya saatler süren kusma
- Ağrılı veya sık idrara çıkma veya idrarınızda kan bulunması
- Günde ilave dört kez bağırsak hareketine yol açan ishal, bir günden uzun süren ishal, gece ishali veya ateş, kramplar veya kanlı dışkı ile birlikteki ishal
- Düzensiz veya hızlı kalp atımı, göğüs ağrısı veya göğüste sıkışma
- Baş dönmesi veya sersemlik hissi
- Yemek yiyememek veya kilo kaybı
- Kollar veya bacaklarda ağrı veya ani nefes darlığı

## Olası Yan Etkiler Nelerdir?

Tüm ilaçlar yan etkilere neden olabilirler, ancak herkes her bir ilaca farklı tepki verir. Aşağıdaki tablo, tedaviniz ile ortaya çıkabilecek olası yan etkileri, bunların nasıl farkına varabileceğinizi ve belirtileri nasıl en aza indirebileceğinizi ve olası tedavilerini göstermektedir. Yan etkiler, ne sıklıkla ortaya çıktıklarına göre gruplandırılmıştır: Sık (hastaların yüzde 25'inden fazlasında ortaya çıkan), Daha az sıklıkta (hastaların yüzde 5 ila 25'inde ortaya çıkan) veya Nadir (hastaların yüzde 5'inden azında ortaya çıkan).

Yan Etki	Yan Etki Nasıl En Aza İndirilebilir	Olası Tedaviler
İshal (Sık. Semptomlar genellikle hafif ila orta şiddettedir.) Günde birçok kez yumuşak veya sulu dışkı Karında kramplar, gaz ve şişkinlik	Az, sık öğünler halinde, hafif yiyecekler – muz, pilav, elma püresi ve kızarmış ekmeğe gibi – tüketin. Kafein; alkol; çiğ meyve ve sebzeler; çiğ yumurtalar, az pişmiş etler; baharatlı, yağlı gıdalar; süt ve süt ürünleri; fasulye ve diğer bakliyat gibi gaza neden gıdalar; yüksek lif ve yüksek yağ içeren gıdalar; iki saatten fazla buzdolabı dışında kalmış gıdalar (yumurtalı yemekler ve krema veya mayonezli gıdalar için bir saat); müshil ilaçlar; ve dışkı yumuşatıcılardan kaçının.	Her gün sekiz ila on bardak berrak sıvı için. Doktorunuz ishal tedavisine yardımcı olması için ilaç reçete edebilir.

Yan Etki	Yan Etki Nasıl En Aza İndirilebilir	Olası Tedaviler
Kabızlık (Sık. Semptomlar genellikle hafif ila orta şiddettedir.) Bir ila iki gün süreyle bağırsak hareketi olmaması Küçük, sert, kuru dışkı Şişkinlik, gaz, kramplar ve ağrı	Bağırsaklarınızı gevşetmeye yardımcı olması için bol miktarda sıvı için. Ağız yaralarınız yoksa, ılık veya sıcak sıvılar için. Doktorunuz kepek, sebze, tam buğday ekmeği ve meyve gibi liften zengin gıdalar yemenizi önerebilir. Müshil olarak etki eden kuru erik veya kuru erik suyu deneyin. Egzersiz bağırsakların gevşemesine yardımcı olabilir.	Doktorunuz bir dışkı yumuşatıcı önerebilir.

<p>Kanama Riski (Daha az sıklıkta) Alışılmadık kanama veya kolayca morluk oluşması Siyah veya katran-benzeri dışkı İdrarınızda kan Derinizde iğne başı şeklinde kırmızı noktalar Dişeti kanaması veya burun kanaması</p>	<p>Aspirin ve aspirin-benzeri ibuprofen gibi ilaçlardan kaçının. Jilet ve tırnak makası gibi keskin nesnelere kullanırken dikkatli olun. Kesik, şiş ve çürümelere neden olabilecek faaliyetlerden kaçının.</p>	<p>Trombosit sayınızı arttırmak için size ilaçlar verilebilir. Doktorunuz dozunuzu düşürebilir veya daha ileri tedaviyi geciktirebilir.</p>
<p>Enfeksiyon Riski (Daha az sıklıkta) Ateş ve ürpermeler Ağrılı idrar yapma Boğaz ağrısı ve öksürük Burun tıkanıklığı Bir yara yerinde derinin şişmesi veya kızarması</p>	<p>Ellerinizi sık yıkayın. Dişlerinizi her gün fırçalayın ve diş ipi ile temizleyin. Kesikleri hemen sıcak su, sabun ve antiseptik ile temizleyin. Akyuvar sayınız düşük olduğunda, kalabalıktan ve soğuk algınlığı veya başka rahatsızlıkları olan kişilerden uzak durun.</p>	<p>Akyuvar sayınızı arttırmak için size ilaçlar verilebilir. Enfeksiyonu tedavi etmek veya önlemek için size bir antibiyotik verilebilir. Doktorunuz dozunuzu düşürebilir veya daha ileri tedaviyi erteleyebilir.</p>
<p>Anemi (<i>kansızlık</i>) (daha az sıklıkta) Bitkinlik veya güçsüzlük Baş dönmesi Soluk beniz Nefesi yetmez gibi hissetmek Üşüme hissi</p>	<p>Gün boyu dinlenme dönemleri planlayın. Günlük faaliyetlerinizi, enerjinizi koruyabileceğiniz şekilde planlayın. Dengeli bir diyet ile beslenmeye çalışın ve bol miktarda sıvı tüketin. Baş dönmesini önlemek için, yavaşça ayağa kalkın.</p>	<p>Alyuvar sayınızı arttırmak için size ilaçlar verilebilir. Doktorunuz dozunuzu düşürebilir veya daha ileri tedaviyi geciktirebilir.</p>
<p>Döküntü (Daha az sıklıkta. Semptomlar genellikle hafif ila orta şiddettedir.) Genellikle hafif ve kısa-sürelidir Genel olarak kollarda ve gövdede ortaya çıkar (bazen de yüzde) Kaşıntılı olabilir Deri üzerinde düz, renk değişikliği gösteren bir alan veya küçük kabarıklık bir şiş olarak görünebilir</p>	<p>Uzun süre sıcağa maruz kalmaktan kaçının Düzenli olarak krem veya nemlendirici kullanın. Ellerinizde pamuk eldiven giymeyi deneyin. Deri için tahriş edici olabileceklerinden, parfüm, kolonya veya tıraş losyonu kullanmaktan kaçının.</p>	<p>Doktorunuz döküntü tedavisine yardımcı olması için kremler (hafif steroidler, antihistaminler veya antibiyotikler) reçete edebilir. Döküntü herhangi bir tedavi olmaksızın kendiliğinden iyileşebilir.</p>
<p>Bulantı/Kusma (Daha az sıklıkta. Semptomlar genellikle hafiftir.) Kusacak gibi veya midenizi bozmuş gibi hissetmek</p>	<p>Az, sık öğünler halinde, hafif yiyecekler – muz, pilav, elma püresi ve kızarmış ekmeğe gibi – tüketin. Yiyecekleri soğuk veya oda ısısında olarak tüketin ki, yiyeceklerin kokusu sıkıntı yaratmasın. Kızarmış, baharatlı veya yağlı gıdalardan kaçının. Yavaş yiyin ve için. Gün boyu bol miktarda sıvı için, ancak şişkinlik oluşturmasından kaçınmak için, öğünler sırasında az miktarda sıvı için.</p>	<p>Size bulantı ve kusmayı azaltmaya yarayacak ilaçlar verilecektir.</p>
<p>Sıvı Tutulması (Daha az sıklıkta. Semptomlar genellikle hafiftir.) Gözlerin çevresinde, bacakların alt kısmında, bilekler, ayaklar veya karın bölgesinde şişlik Hafif kilo artışı</p>	<p>Kilonuzu düzenli olarak kontrol edin. Tuzlu gıdalar tüketmekten kaçının, zira bunlar sıvı tutulmasına neden olabilir.</p>	<p>Vücudunuzdaki sıvı miktarını azaltmak için size bir diüretik (idrar söktürücü) verilebilir. Doktorunuz dozunuzu düşürebilir veya daha ileri tedaviyi geciktirebilir.</p>

Yan Etki	Yan Etki Nasıl En Aza İndirilebilir	Olası Tedaviler
İştahsızlık veya İştah Kaybı (Daha az sıklıkta) İştahın olmaması Yemek yiyemeyecek kadar bulantı hissetmek Ağızda metal veya ilaç tadı Belli yiyeceklere karşı isteksizlik yaratan tat duyusu değişikliği	Günde üç büyük öğün yerine altı ila sekiz küçük öğün veya atıştırma şeklinde yemeyi deneyin. Diyetinizi çeşitlendirin ve yeni gıdalar ve tarifleri deneyin. Mümkün olduğunca, yemek öncesi yürüyüşe çıkın. Bu acıkmış hissetmenizi sağlar. Arkadaşlar veya aile ile birlikte yemek yiyin. Yalnız başınıza yerken, radyo dinleyin veya televizyon izleyin.	Yemeklerinizi önceden pişirin ve küçük porsiyonlar olarak dondurun, böylece yemek pişirme kokusu en aza indirilir. Başkalarından yemek hazırlamaya yardımcı olmalarını isteyin, ancak yemeklerin dondurulmaya müsait, küçük porsiyonlarla hazırlanmasını isteyin. Hangi gıdalardan kaçınılacağını onlara söylemekten çekinmeyin. Tadı değiştirmek için hafif baharatlar ekleyin. Size yemek servisi yapacak bir programa kaydolmak yararlı olabilir.
Nöropati (daha az sıklıkta. Semptomlar hafif ila orta şiddettedir.) Eller veya ayaklarda uyuşma veya karıncalanma hissi Kas krampları Denge kaybı Düşme ilikleme veya nesnelere ele almakta güçlük El ve ayak parmaklarının uçlarında sıcak veya soğukun farkına varabilmekte azalma İşitme güçlüğü	Soğuk veya aşırı sıcaktan kaçınmaya çalışın. Tek parmaklı veya normal eldiven, çorap ve eşarp takın. Parmaklarınız hissiz ise, keskin nesnelere dikkatli olun. Sıcak kahve fincanı, tencere tava ve bulaşık suyuna dikkat edin –yanıncaya dek ısıyı hissedemeyebilirsiniz. Kendinizi dengesiz hissediyorsanız, merdivenler ve duşta dikkatli olun.	Doktorunuz dozunuzu düşürebilir veya daha ileri tedaviyi geciktirebilir.

## Diğer Olası Yan Etkiler Nelerdir?

Aşağıdaki tablo bu tedavideki her bir ilaçla görülen ilave yan etkileri listelemektedir. Tüm olası yan etkileri göstermemektedir. Daha fazla bilgi için, doktorunuzla görüşün.

Sık Görülen Yan Etkiler	Daha az Sıklıktaki Yan Etkiler	Nadir Görülen Yan Etkiler
Bitkinlik Kas krampları Uyku bozukluğu İştah artışı Sinirlilik veya huzursuzluk	Güçsüzlük Bulanık görme, göz enfeksiyonları, glokom veya kataraktlar Hazımsızlık Potasyumda azalma Eklem veya sırt ağrısı Baş ağrısı veya baş dönmesi Tat duyusu problemleri Tremor Öksürük, nefes darlığı veya pnömoni Deri renginde değişiklikler	Kalp ritim değişiklikleri Şaşkınlık Kalp yetmezliği

## Hematoloji Uzmanlık Derneđi

Adres : Atatürk Bulvarı  
169/40 Bakanlıklar Ankara  
**Tel** : 0-312-4257952

**web**: [www.hematoloji.org.tr](http://www.hematoloji.org.tr)

**e-mail**: [bilgi@hematoloji.org.tr](mailto:bilgi@hematoloji.org.tr)

