

# ICE



Non-Hodgkin Lenfoma Tedavisi İçin

Değerli hasta ve hasta yakınlarımız; bu kitapçıklar sizlere Hematoloji Uzmanlık Derneği tarafından hastalığınız sürecinde karşınıza çıkabilecek sorunların çözümünde yardımcı olabilmek amacıyla hazırlanmıştır.

Hematoloji Uzmanlık Derneği , Hematoloji uzmanları tarafından kurulan ,kar amacı gütmeyen bir sivil toplum kuruluşu örgütüdür.

Derneğimizin temel amaçlarından birisi hematoloji alanında farkındalık yaratmak, bilgiyi tabana yaymaktır.

Bu amaçla derneğimiz gerek yazılı gerekse de görsel medyada Türkçe içerik yaratıp, hasta bilgilendirme toplantıları , destek gurupları kurup sizlere yardımcı olmayı hedeflemektedir.

Derneğimiz tarafından hazırlanan **www.kanhastalıkları.net** adresinden değişik hematoloji hastalıkları ve bunların tedavileri konusunda geniş bilgilere ulaşabilir ,sorularınıza bir uzman tarafından yanıt bulabilirsiniz.

Kendilerine teşekkür ederiz.

**Hematoloji Uzmanlık Derneği**

## ICE kemoterapisi nasıl uygulanır ve olası yan etkileri nelerdir?

Size uygulanan kemoterapi ICE olarak adlandırılmaktadır. Çoğunlukla Non-Hodgkin Lenfoma tedavisi için ve ayrıca diğer hastalıkların tedavisi için kullanılmaktadır. ICE, üç kemoterapi ilacından oluşmaktadır:

- ifosfamide
- karboplatin
- etopozid

Bu ilaçlar, kanser hücrelerinin büyümesini ve çoğalmasını önlemekte ve sonunda kanser hücrelerinin çoğalmasına ve ölümüne neden olmaktadır.

## Kemoterapiye Başlamadan Önce Bilmem Gerekenler Nelerdir?

Doktorunuza, diyet takviyeleri ya da vitaminler, bitkisel ilaçlar ve homeopatik ilaçlar da dahil olmak üzere, kullanmakta olduğunuz tüm reçeteli ya da reçetesiz satılan ürünler konusunda bilgi verdiğinizden emin olunuz.

Tedaviniz sırasında etkili bir doğum kontrol yöntemi kullanınız. Kemoterapi ilaçları fetusun zarar görmesine neden olabilir; bu nedenle, siz ya da eşiniz/partnerinizin gebe kalması halinde, bunu derhal doktorunuza bildirin.

Tedavi sırasında bebeğinizi emzirmekten kaçınınız. Kemoterapi ilaçlarının anne sütüne geçip geçmediği bilinmemektedir.

Bazı kemoterapi ilaçları kısırlığa neden olabilir. Gelecekte çocuk sahibi olmak istiyorsanız, seçenekleriniz konusunda doktorunuzla konuşunuz.

Bu ilacı kullanırken, doktorunuzun onayını almadan herhangi bir bağışıklama ya da aşı yaptırmayınız.

## Bu Tedaviye Başlamadan Önce Bilmem Gerekenler Nelerdir?

İfosfamid mesanede kanamaya neden olabilir. İfosfamid ile birlikte, mesanenizi korumaya yardımcı olacak mesna adlı bir başka ilaç kullanabilirsiniz. Bu yan etki riskini azaltmak için, fazladan sıvı tüketimi ve mesanenin sık sık boşaltılması konusunda doktorunuzla konuşunuz. Ağrılı, sık ya da güç idrara çıkma ya da idrarda kan görmeniz halinde, derhal doktorunuzu arayınız.

Karboplatin ve etopozid alerjik bir reaksiyona neden olabilmektedir. Nadir olgularda bu reaksiyon ciddi ve yaşamı tehdit edici olabilmektedir. Tedaviniz sırasında solunum güçlüğü, ani şişme, ürtiker ya da döküntü ortaya çıkarsa, derhal bu durumu doktorunuza bildiriniz.

Tedaviniz, aşağıdakileri içeren başka ilaçlarla etkileşime girebilmektedir:

- Varfarin
- Ketokonazol, flukonazol ya da itrakonazol gibi mantar enfeksiyonlarının tedavisi için kullanılan ilaçlar
- Simetidin
- Diltiazem, verapamil ya da nifedipin gibi kalsiyum kanal blokerleri
- Rifampin ya da rifabutin gibi TB ve diğer enfeksiyonların tedavisi için kullanılan ilaçlar
- Sarı kantaron
- Fenitoin , fenobarbital ya da karbamazepin gibi nöbet tedavisi için kullanılan ilaçlar

## Bu Tedavi Nasıl Uygulanır?

Doktorunuz, tedavinizi bir damara enjeksiyon yoluyla uygulayacaktır. Size uygulanacak olan doz, kilonuz ve boyunuza dayanarak saptanacaktır. Doktorunuz, size uygulanacak olan tedavi sayısını belirleyecektir. Tedaviniz uygulanmadan önce, bulantı ve kusmanın önlenmesine ve kontrolüne yardımcı olan ilaçlar alabilirsiniz. Bu ilaçlar, ağız yoluyla ya da bir damara enjeksiyon yoluyla uygulanabilir.

## Önemli Yan Etkiler Nelerdir?

Tüm ilaçlar yan etkilere neden olabilmekte, ancak her insan, her ilaca farklı reaksiyon vermektedir. Aşağıdaki tabloda, tedavinizle ortaya çıkabilen önemli yan etkiler, yan etkilerin ortaya çıkış sıklığı (yaygın, az yaygın ya da nadir), yan etkileri tanıma ve en düşük düzeye indirme yöntemleri ve olası tedavileri sıralanmaktadır. Yan etkilere ilişkin herhangi bir sorunuz ya da endişeniz olması halinde doktorunuzu arayınız. Başka Olası Yan Etkiler Var Mı?

Aşağıdaki tabloda, bu tedaviyle saptanan ilave yan etkiler sıralanmaktadır. Listede olası tüm yan etkiler yer almamaktadır. Daha ayrıntılı bilgi için doktorunuzla görüşünüz.

## Doktorumla Ne Zaman İletişime Geçmeliyim?

Aşağıdaki semptomlardan herhangi biri ortaya çıktığında, doktorunuzla iletişim kurunuz:

- Şiddetli ya da birkaç saat süren kusma
- Günde fazladan dört bağırsak hareketine neden olan ishal, bir günden uzun süren ishal, gece saatlerindeki ishal ya da ateş, kramplar veya kanlı dışkıyla seyreden ishal
- Titreyerek üşüme ya da 38°C'den yüksek ateş

- Ağrılı ya da sık idrara çıkma veya idrarda kan
- Olağan dışı kanama, kolayca morarma ya da deride iğne ucu şeklinde kırmızı lekeler
- Yemek yiyememe ya da kilo kaybı
- Düzensiz ya da hızlı kalp atışı
- Göğüs ağrısı, göğüs sıkışması ya da nefes darlığı
- Baş dönmesi ya da baygınlık hissi
- Ağzınız ya da boğazınızda yemek yemeyi engelleyen ağrı, kızarıklık, şişme veya yaralar

Potansiyel Yan Etkiler	Yan Etkileri En Düşük Düzeye İndirme Yöntemi	Olası Tedaviler
<p><b>Enfeksiyon (Yaygın)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ateş ve üşüme</li> <li>İdrara çıkma sırasında ağrı</li> <li>Boğaz ağrısı ve öksürük</li> <li>Burun tıkanıklığı</li> <li>Yara yerinde deride şişme ya da kızarma</li> </ul> <p><b>Anemi (Yaygın)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Yorgunluk ya da güçsüzlük</li> <li>Baş dönmesi</li> <li>Soluk cilt rengi</li> <li>Soluksuz kalma hissi</li> <li>Üşüme hissi</li> </ul> <p><b>Kanama (Yaygın)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Olağan dışı kanama, kolayca morarma</li> <li>Siyah ya da katrana benzer renkte dışkı</li> <li>İdrarda kan</li> <li>Deride iğne ucu şeklinde kırmızı lekeler</li> <li>Diş etlerinde kanama ya da burun kanamaları</li> </ul> <p><b>Bulantı/Kusma (Yaygın)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Midede bulantı ya da rahatsızlık hissi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bağırsaklarınızın yumuşamasına yardımcı olması için bol sıvı tüketiniz. Ağızınızda yara yoksa ılık ya da sıcak sıvılar tüketiniz.</li> <li>Kepek, sebzeler, tam buğday ekmeği ve meyve gibi lif açısından zengin besinler tüketiniz. Diyetinize laksatif olarak etki gösteren erik ya da erik suyu ilave ediniz.</li> <li>Egzersiz, bağırsaklarınızın yumuşamasına yardımcı olabilir.</li> <li>Küçük, sık öğünlerle ve yumuşak gıdalarla – muz, pilav, elma püresi ve kızarmış ekmeğe gibi – besleniniz.</li> <li>Yiyecek kokusundan rahatsız olmamak için soğuk ya da oda sıcaklığındaki besinleri tüketiniz.</li> <li>Kızarmış, baharatlı ya da yağlı yiyeceklerden kaçınınız.</li> <li>Yavaş yavaş yiyip içiniz.</li> <li>Gün içinde bol sıvı tüketiniz, ancak şişkinliği önlemek için öğünler sırasında sıvı tüketmeyiniz.</li> <li>Üç ana öğün yerine günde altı ila sekiz küçük öğün ya da atıştırma öğünleri yemeye çalışınız.</li> <li>Diyetinizi değiştiriniz ve yeni besinler ve tarifler deneyiniz.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Doktorunuz bir dışkı yumuşatıcı önerebilir.</li> <li>Bulantı ve kusmanın azalmasına yardımcı olacak bir ilaç kullanacaksınız.</li> <li>Pişen yemek kokusunu en düşük düzeye indirmek için yemeklerinizi önceden pişirerek, bunları küçük porsiyonlar halinde dondurunuz.</li> <li>Yemek için başkalarından yardım alınız, ancak yemekleri dondurulabilecek küçük porsiyonlar halinde hazırlamalarını isteyiniz. Ve onlara hangi besinlerden kaçınacaklarını söylemekten çekinmeyiniz.</li> <li>Lezzeti değiştirmek için hafifçe baharat ekleyiniz.</li> <li>Evlere Yemek Servisi gibi size yemek getirecek bir program kullanmanız yararlı olabilir.</li> <li>Doktorunuz kemoterapi dozunuzu azaltabilir ya da bir sonraki kemoterapiyi erteleyebilir.</li> <li>Kırmızı kan hücresi sayınızı arttıracak bir ilaç kullanabilirsiniz.</li> <li>Doktorunuz kemoterapi dozunuzu azaltabilir ya da bir sonraki kemoterapiyi erteleyebilir.</li> <li>Beyaz kan hücresi sayınızı arttıracak bir ilaç kullanabilirsiniz.</li> </ul>

Potansiyel Yan Etkiler	Yan Etkileri En Düşük Düzeye İndirme Yöntemi	Olası Tedaviler
<p><b>Alopesi ya da Saç Dökülmesi (Yaygın)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Saç fırçanızda, duşta ya da uyku sonrası yastığınızda normalden fazla miktarda dökülmüş saç bulunması</li> <li>Vücut tüylerinin dökülmesi</li> </ul> <p><b>İshal (Az Yaygın)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Günde birkaç kez yumuşak ya da sulu dışkılama</li> <li>Karında kramplar, gaz ve şişkinlik</li> </ul> <p><b>Anoreksi ya da İştah Kaybı (Yaygın)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>İştahın olmaması</li> <li>Yemeği fazlasıyla iğrenç bulma</li> <li>Metalik ya da ilaca benzer tat</li> <li>Bazı besinlerden hoşlanmamanın neden olduğu tat değişikliği</li> </ul> <p><b>Ağız Yaraları ve Ağrı (Az Yaygın)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ağız, dil ve boğazda ağrı, şişme ve kızarıklık</li> <li>“Paslı dil”</li> <li>Konuşma, yutkunma ya da yemek yeme güçlüğü</li> <li>Kanayan ülserler ve enfeksiyon</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mümkün olduğunda, yemekten önce yürüyüş yapınız. Bu, kendinizi daha aç hissetmenizi sağlayabilir.</li> <li>Arkadaşlarınız ya da ailenizle birlikte yemek yiyiniz. Yalnız yediğinizde, radyo dinleyiniz ya da TV izleyiniz.</li> <li>Soğuk ya da aşırı sıcaktan kaçınmaya çalışınız.</li> <li>Tek parmaklı ya da normal eldiven, çorap ve atkı kullanınız.</li> <li>Parmaklarınız hissizse, keskin objeler konusunda dikkatli davranınız.</li> <li>Sıcak kahve fincanları, demlik ve tavalarda ve bulaşık suyuna dikkat ediniz – yanıcaya kadar sıcaklığı hissetmeyebilirsiniz.</li> <li>Kendinizi dengesiz hissediyorsanız, merdivenlerde ve duşta dikkatli davranınız.</li> <li>Gün içinde dinlenme saatleri planlayınız.</li> <li>Günlük aktivitelerinizi, enerjinizi koruyacak şekilde düzenleyiniz.</li> <li>İyi dengelenmiş bir diyetle beslenmeye ve bol sıvı tüketmeye çalışınız.</li> <li>Baş dönmesini önlemek için yavaşça ayağa kalkınız.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Enfeksiyonu tedavi etmek ya da önlemek için bir antibiyotik kullanabilirsiniz.</li> <li>Doktorunuz kemoterapi dozunuzu azaltabilir ya da bir sonraki kemoterapiyi erteleyebilir.</li> <li>Her gün sekiz ila on bardak berrak sıvı tüketiniz.</li> <li>Doktorunuz ishal tedavisine yardımcı olacak bir ilaç reçete edebilir.</li> <li>Ağrının giderilmesine yardımcı olacak bir ilaç kullanabilirsiniz.</li> <li>Mantar enfeksiyonlarının ya da viral enfeksiyonların tedavisi için bir ilaç kullanabilirsiniz.</li> <li>Trombosit sayınızı arttıran bir ilaç kullanabilirsiniz.</li> <li>Doktorunuz kemoterapi dozunuzu azaltabilir ya da bir sonraki kemoterapiyi erteleyebilir.</li> </ul>



Potansiyel Yan Etkiler	Yan Etkileri En Düşük Düzeye İndirme Yöntemi	Olası Tedaviler
<p><b>Kabızlık (Yaygın)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dışkı geçişinde güçlük</li> <li>• Normal bağırsak hareketi sıklığında azalma</li> <li>• Küçük, sert, kuru dışkı</li> <li>• Şişkinlik, gaz, kramplar ve ağrı</li> </ul> <p><b>Nöropati (Yaygın)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eller ya da ayaklarda hissizlik ya da karıncalanma hissi</li> <li>• Kas krampları</li> <li>• Denge kaybı</li> <li>• Düğmelere basma ya da objeleri kaldırma güçlüğü</li> <li>• El ve ayak parmağı uçlarının sıcak ya da soğuşu ayırt etme yeteneğinde azalma</li> <li>• İşitme güçlüğü</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Yumuşak bir saç fırçası kullanınız. Yuvarlak saç fırçası kullanmayınız, saçınızı boyatmayınız ya da perma yaptırmayınız.</li> <li>• Her gün saç yıkamaktan kaçınınız, hafif bir şampuan kullanınız ve saç kurutma makinesi kullanmaktan kaçınınız ya da kullanmak zorundaysanız düşük bir derecede çalıştırınız.</li> <li>• Saçınızı kısa kestiriniz; bu, saçınızın daha dolgun görünmesini sağlayacaktır.</li> <li>• Sigortanız bir peruğu kapsıyor olabilir. Bir peruk istiyorsanız, doktorunuzdan bir "saç protezi" reçete etmesini isteyiniz. Peruk alışverişini çok fazla saç kaybetmeden önce yaparsanız, saç renginiz ve şekliniz, kendi saçınıza daha uygun olabilir.</li> <li>• Başınızı güneşten korumak için güneş losyonu kullanınız ya da bir şapka veya eşarp takınız.</li> <li>• Ellerinizi sık sık yıkayınız.</li> <li>• Dişlerinizi her gün fırçalayınız ve diş ipi kullanınız.</li> <li>• Kesikleri hemen sıcak su, sabun ve antiseptikle temizleyiniz.</li> </ul>	

Potansiyel Yan Etkiler	Yan Etkileri En Düşük Düzeye İndirme Yöntemi	Olası Tedaviler
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ellerinizi sık sık yıkayınız.</li> <li>• Dişlerinizi her gün fırçalayınız ve diş ipi kullanınız.</li> <li>• Kesikleri hemen sıcak su, sabun ve antiseptikle temizleyiniz.</li> <li>• Beyaz kan hücresi sayınız düşük olduğunda, kalabalık yerlerden ve soğuk algınlığı ya da diğer hastalıkların bulunduğu kişilerden uzak durunuz.</li> <li>• Küçük, sık öğünlerle ve yumuşak gıdalarla – muz, pilav, elma püresi ve kızarmış ekmek gibi – besleniniz.</li> <li>• Kafein; alkol; çiğ sebze ve meyve; çiğ yumurta; az pişmiş et; baharatlı ve yağlı yemekler; süt ve süt ürünleri; fasulye ve diğer baklagiller gibi gaz yapan besinler; bol lifli ve fazla miktarda yağ içeren besinler; iki saatten uzun süre soğutucunun dışında kalmış yiyecekler (yumurta içeren yemekler ve krema ya da mayonez bazlı yiyecekler için bir saat); kitle oluşturan laksatifler ve dışkı yumuşatıcılardan kaçınınız.</li> <li>• Sert kıllı bir fırça ve florürlü diş macunu kullanarak, dişlerinizi günde iki ila dört kez fırçalayınız.</li> </ul>	

Potansiyel Yan Etkiler	Yan Etkileri En Düşük Düzeye İndirme Yöntemi	Olası Tedaviler
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Her gün mumlu olmayan bir diş ipi kullanınız.</li><li>• Doktorunuzdan, alkol içermeyen bir ağız gargarası önermesini isteyiniz.</li><li>• Ağızınızı nemli tutmak için gün boyunca su yudumlayınız ve şekersiz tatlandırıcı şeker ya da sakız kullanınız.</li><li>• Besinleri soğuk olarak ya da oda sıcaklığında tüketiniz.</li><li>• Yumuşak ya da püre haline getirilmiş besinler tüketiniz.</li><li>• Asitli, baharatlı, tuzlu, kızarmış ekmek gibi kuru ya da pütürlü besinlerden kaçınınız.</li><li>• Aspirinden ve ibuprofen gibi aspirin benzeri ilaçlardan kaçınınız.</li><li>• Tıraş bıçakları ve tırnak makası gibi keskin objeleri dikkatle kullanınız.</li><li>• Kesikler, darbeler ve çürüklere neden olabilecek aktivitelerden kaçınınız.</li></ul>	

## Başka Olası Yan Etkiler Var Mı?

Aşağıdaki tabloda, bu tedaviyle saptanan ilave yan etkiler sıralanmaktadır. Listede olası tüm yan etkiler yer almamaktadır. Daha ayrıntılı bilgi için doktorunuzla görüşünüz.

Yaygın Yan Etkiler	Az Yaygın Yan Etkiler	Nadir Yan Etkiler
<ul style="list-style-type: none"> <li>Tat değişiklikleri</li> <li>Anormal karaciğer fonksiyonu testleri</li> <li>Ajitasyon, konfüzyon, halüsinasyonlar</li> <li>Deri renginin koyulaşması</li> <li>Bitkinlik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Güçsüzlük</li> <li>Anormal böbrek fonksiyon testleri</li> <li>Öksürük</li> <li>Ateş ya da ürperme</li> <li>Baş dönmesi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Döküntü ya da kaşıntı</li> <li>İşitme kaybı, kulak çınlaması</li> <li>Düşük kan basıncı</li> <li>Nöbetler</li> <li>Nefes darlığı</li> </ul>

**Adres :** Atatürk Bulvarı 169/40 Bakanlıklar Ankara

**Tel :** 0-312-4257952

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

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

