

تغییرات وزن در طول درمان بیماران رایج است .

کاهش وزن میتواند به علل زیر باشد:

- تغذیه کم به علت تهوع و بی اشتهایی
- اسهال
- استفراغ
- کم آبی

افزایش وزن میتواند به دلایل زیر باشد:

- کم تحرکی
- خوردن بیشتر
- تجمع آب
- استفاده برخی داروهای خاص

تغییرات وزن بیش از 2/5 کیلوگرم در هفته را باید به پزشک گزارش دهید. کاهش وزن به مرور زمان روی فعالیتهای فرد تاثیر میگذارد و موجب میشود تا فرد □ساز ضعف کرده، توانایی انجام فعالیتهای روزمره را نداشته باشد. کاهش وزن ناگهانی معمولاً نشانه کم آبی بدن است. افزایش وزن طی زمان میتواند نشانه‌های از یک اختلال جدی سلامتی مانند دیابت یا 1. مقدار بیشتری مایعات پرکالری و پر فشارخون بالا باشد. شما میتوانید بر اساس سایز پروتئین ما بین وعده‌های غذایی میل لباسهائتان، یا با اندازه گیری هفتگی وزن کنید.

متوجه تغییرات وزن خود بشوید. 2. به میزان کافی آب و سایر نوشیدنیهای چه علائمی را باید دنبال کرد: فاقد کافئین مصرف کنید.

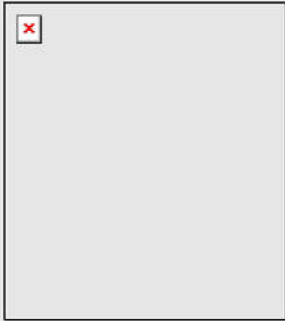
3. غذاهای پر پروتئین بخورید.

- کاهش وزن 2/5 کیلوگرم یا بیشتر در یک 4. یک قرار ملاقات با متخصص تغذیه ترتیب

هفته یا کمتر.

- خشکی پوست
- ضعف و خستگی اگر دچار افزایش وزن هستید:

- □ساز تشنگی شدید 1. اگر دچار تورم در □یه مچ پا شده‌اید
- سرگیجه در باره محدود کردن مایعات مصرفی با
- بزرگ شدن سایز لباسها یا □لقه پزشک یا پرستار خود صحبت کنید.
- تورم مچ پا 2. مصرف نمک را محدود کنید.
- تنگی نفس 3. مصرف غذاهای پر کالری را محدود کنید.
- □ساز پف کردن یا نفخ 4. یک قرار ملاقات با متخصص تغذیه ترتیب



مجتمع تخصصی و فوق تخصصی شهید مطهری

تهیه کننده نیلوفر کریمیان فرد

رابط آموز □ بخش شیمی درمانی

تایید کننده سرکار خانم توکلی

سوپروایزر آموز □

**تغییرات وزن در بیماران تحت شیمی
درمانی**

بهار ۱۴۰۱

منابع:

American cancer society2018.webMD

□ ساس تنگ شدن کفشها، لباسها و
دهید.

□ لقه.

بیمار چه اقداماتی میتواند انجام دهد:

اگر دچار کاهش وزن هستید:

- هر روز بیمار را وزن کنند و تاریخ و وزن بیمار را یادداشت کنند.
- بهترین زمان برای وزن کردن بیمار صبحها قبل از خوردن غذا یا نوشیدن.
- اگر مسئول کنترل کردن کاهش یا افزایش وزن بیمار هستید □ تما با تیم درمان مشورت کنید.
- سایر علائم بیمار را با دقت بررسی کنید.

در موارد زیر با تیم درمان تماس
بگیرید:

- کاهش وزن یا افزایش وزن تقریبی
5/2 کیلوگرم در یک هفته