



مجتمع درمانگاهی امام رضا (ع)

و شهید مطهری

تهوع و استفراغ در شیمی درمانی ۱

تهیه کنندگان : خانم اکرم بوستانی

کارشناس ارشد پرستاری

خانم فاطمه روستا کارشناس پرستاری

با نظارت : آقای دکتر رضا وجدانی فوق

تخصص خون و آنکولوژی

واحد آموزش ضمن خدمت

بهار ۱۴۰۴

تهوع و استفراغ چیست و چرا رخ می دهد ؟

برخی از انواع شیمی درمانی می توانند باعث

تهوع، استفراغ یا هر دو شوند.

تهوع : زمانی است که احساس ناراحتی در شکم

دارید، مثل اینکه می خواهید استفراغ کنید.

استفراغ : زمانی است که محتویات داخل شکم

را بالا می آورید شما همچنین ممکن است دچار

خستگی شدید و کم آبی بدن شوید . زمانی که

بدن شما سعی می کند استفراغ کند حتی اگر

معدة شما خالی است.

تهوع و استفراغ ممکن است در حین انجام

شیمی درمانی، بلافاصله پس از آن یا چندین

ساعت یا چند روز بعد رخ دهد، به احتمال زیاد در

روزهایی که شیمی درمانی نمی کنید، احساس

بهتری خواهید داشت.



داروهای ضد تهوع یا ضد استفراغ

داروهای جدید می توانند به جلوگیری از حالت

تهوع و استفراغ کمک کند. اینها داروهای ضد

تهوع یا ضد استفراغ نامیده می شوند، ممکن است

لازم باشد این داروها را یک ساعت قبل از هر

جلسه شیمی درمانی و چند روز بعد از آن مصرف

کنید. مدت زمان مصرف آنها پس از شیمی

درمانی به نوع شیمی درمانی و نحوه واکنش شما

به آن بستگی دارد. اگر یک داروی ضد تهوع برای

شما خوب عمل نکرد، پزشک می تواند داروی

دیگری را تجویز کند. برای کمک به حالت تهوع

ممکن است نیاز به مصرف بیش از یک نوع دارو

داشته باشید.



طب سوزنی نیز ممکن است کمک کننده باشد. با

پزشک یا پرستار خود در مورد درمانهای کنترل

تهوع و استفراغ ناشی از شیمی درمانی صحبت

کنید.

راههای مدیریت پیشگیری از حالت تهوع

یکی از راههای پیشگیری از استفراغ جلوگیری از

حالت تهوع است. در واقع، سعی کنید غذاها و

نوشیدنی های ملایم و آسان هضم داشته باشید

که معده شما را ناراحت نمی کند؛ مثل کراکر

ساده، نان تست و ژلاتین.

زمان مناسبی برای خوردن و آشامیدن خود

برنامه ریزی کنید.

برخی از افراد با خوردن یک وعده غذایی سبک یا

میان وعده دقیقاً قبل از شیمی درمانی احساس

بهتری دارند برخی دیگر هنگامی که شیمی

درمانی را با معده خالی دریافت می کند (۱ تا ۲

ساعت قبل از درمان چیزی نخورند یا ننوشند)

احساس بهتری دارند. پس از درمان نیز حداقل ۱

ساعت قبل از خوردن یا نوشیدن صبر کنید.

منبع:

AMERICAN CANCER SOCIETY

CHEMOTHERAPY FOR YOU