



ONKOLOŠKI INŠTITUT
INSTITUTE OF ONCOLOGY
LJUBLJANA

Kapecitabin
pri zdravljenju bolnikov z rakom
BOLNIKOV DNEVNIK



Vsebina knjižice

1. Kaj je kapecitabin in zakaj se uporablja?	4
2. Kaj moram vedeti, preden začnem jemati kapecitabin ?	5
3. Kako jemati kapecitabin?	8
4. Kateri so najpogostejši neželeni učinki pri zdravljenju s kapecitabinom?	9
5. Varno ravnanje s kapecitabinom?	13
6. Ob koncu pregleda.....	14

Kapecitabin pri zdravljenju bolnikov z rakom

Bolnikov dnevnik

Druga izdaja

Glavna avtorica: prof. dr. Janja Ocvirk, dr. med.

Soavtorji: doc. dr. Martina Reberšek, dr. med.,

Marko Boc, dr. med.,

Jernej Benedik, dr. med.,

mag. Zvezdana Hlebanja, dr. med.,

dr. Neva Vovk, dr. med.,

doc. dr. Tanja Mesti, dr. med.

Oblikovanje: Barbara Bogataj Kokalj

Izdajatelj in založnik: Onkološki inštitut Ljubljana

Tisk: Tiskarna Koštomaj d.o.o., Celje

Naklada: 2000 izvodov

Ljubljana, 2023

INT/2023/1

Knjižice za bolnike so dosegljive tudi v digitalni obliki na spletnih straneh
www.onko-i.si/za-javnost-in-bolnike/publikacije

DNEVNIK ZDRAVLJENJA

Predlagamo, da natančno preberete knjižico, preden začnete zdravljenje s kapecitabinom.

Glede morebitnih dodatnih vprašanj se posvetujte z zdravnikom onkologom.

Spoštovani!

Knjižica zdravljenja vam bo služila kot pripomoček za vodenje zdravljenja s kapecitabinom, ki vam ga je predpisal zdravnik.

Dnevnik zdravljenja bo v pomoč vam in vašemu lečečemu zdravniku za optimalno vodenje zdravljenja in pregled nad samim zdravljenjem. Kajti uspeh zdravljenja z vsakim zdravilom je v veliki meri odvisen tudi od dobre seznanjenosti zdravnika in bolnika ter njunega medsebojnega sodelovanja.

Ob rednem vodenju dnevnika, boste imeli vi in vaš zdravnik pregled nad celotnim zdravljenjem s kapecitabinom in s tem tudi zagotovljeno prilagojeno in učinkovito zdravljenje.

1. Kaj je kapecitabin in zakaj se uporablja?

Kapecitabin je citostatik v obliki tablet in se uporablja za zdravljenje **raka debelega črevesa, danke, želodca in raka dojk**.

Kapecitabin spada v skupino zdravil, ki jih imenujemo »citostatične učinkovine«, ki zavirajo rast rakavih celic. Zdravilo vsebuje kapecitabin, ki sam nima citostatičnega učinka. Šele po absorpciji se v telesu spremeni v aktivno citostatično učinkovino, in sicer v večji meri v tumorskih celicah kot v zdravem tkivu. Bolj selektivno delovanje omogoča večjo učinkovitost z manj neželenih učinkov.

Kako kapecitabin deluje?

Zdravilna učinkovina kapecitabin je citostatik (zdravilo, ki uničuje celice v fazi delitve, kot na primer rakave celice) iz skupine antimetabolitov. Kapecitabin je „predzdravilo“, ki se v telesu pod vplivom encimov pretvori v 5-florouracil, in sicer v večji meri v tumorskih celicah kot v normalnem tkivu.

Zaradi posebnega mehanizma delovanja kapecitabin deluje predvsem na celice tumorja in manj na zdrave celice v telesu, saj se v aktivno obliko 5-florouracil spremeni v samem tumorju. Zato povzroča manj neželenih učinkov kakor kemoterapija s 5-florouracilom. Prednost kapecitabina pa je tudi v tem, da je v obliki tablet. Bolnik lahko jemlje zdravilo doma in pride na pregled v bolnišnico samo ob koncu cikla zdravljenja, kar dodatno prispeva k boljšem počutju in večji kakovosti življenja bolnikov.

Kakšne so tablete kapecitabina?

Kapecitabin filmsko obložene tablete so v dveh različnih jakostih po **150 mg** in **500 mg**. Tablete 150 mg so pakirane v škatlicah po 60 tablet, 500 mg tablete pa v škatlicah po 120 tablet. Na trgu obstajajo tudi 300 mg tablete različnih pakiranj.

2. Kaj moram vedeti, preden začnem jemati kapecitabin?

Koga zdravimo s kapecitabinom?

Zdravilo uporabljamo pri zdravljenju bolnikov z rakom dojk in prebavil.

Koga ne zdravimo s kapecitabinom?

Zdravila **ne predpisujemo**:

- ✗ bolnikom, ki so alergični ali preobčutljivi na kapecitabin, 5-florouracil, ali katerokoli pomožno snov v tabletah kapecitabina,
- ✗ nosečnicam in doječim materam,
- ✗ bolnikom z nepravilnostmi v krvni sliki ali delovanju ledvic in /ali jeter,
- ✗ bolnikom z znanim pomanjkanjem encima dihidropirimidin dehidrogenaze (DPD),
- ✗ bolnikom, ki se zdravijo s sorivudinom ali kemično podobnimi učinkovinami kot je brivudin.

Bolniki, pri katerih smo posebno previdni pri predpisovanju kapecitabina

Pred začetkom zdravljenja se posvetujte s svojim zdravnikom če imate, ali ste imeli:

- ✓ bolezni jeter ali ledvic,
- ✓ druge bolezni, kot so težave s srcem (npr: nereden srčni utrip ali bolečine v prsih),
- ✓ bolezni živčevja,
- ✓ neravnotežje kalcija v krvi,
- ✓ sladkorno bolezen,
- ✓ bolezni oči v preteklosti.

3. Kako naj jemljem kapecitabin?

Vaš zdravnik vam bo povedal, kolikšen odmerek morate jemati, kdaj ga vzeti in kako dolgo bo zdravljenje trajalo. Zdravilo je na voljo v različnih jakostih **150 mg** in **500 mg**, lahko tudi 300 mg.

Zdravnik vam bo predpisal dnevni odmerek in režim zdravljenja, ki bo namenjen le vam. Dnevni odmerek zdravila je določen glede na vašo telesno površino (telesno maso in višino).

Če vam bo zdravnik predpisal jemanje **kombinacije 150 mg in 500 mg** ali 300 mg tablet pri vsakem odmerku, je zelo pomembno, da vedno, preden vzamete tableto, preverite odmerek napisan na njih.

- ! Dnevni odmerek zdravila razdelimo na **jutranji** in **večerni**. Med njima naj bo 12 ur časovne razlike (na primer ob 8.00 in ob 20.00).
- ! Zdravilo vzemite po obroku hrane, **najkasneje v roku 30 min po koncu obroka**, s kozarcem vode in ga **pogoltnite**. Zdravila ne drobite in ne raztapljajte.
- ! Vedno vzemite vsa zdravila natančno tako, kot vam je predpisal zdravnik.

Koliko časa naj jemljem kapecitabin?

Zdravilo boste jemali dvakrat dnevno 14 dni, čemur bo sledilo obdobje 7-dni brez jemanja zdravila.

To 21-dnevno obdobje (14 dni zdravljenja in 7 dni brez zdravljenja) imenujemo en **cikel zdravljenja**.

Po kliničnem pregledu, kontroli krvne slike in biokemičnih preiskavah krvi ter po pogovoru s svojim zdravnikom, boste zdravljenje nadaljevali z novim ciklusom.

O številu ciklov oziroma trajanju zdravljenja se boste pogovorili s svojim zdravnikom, ki bo odločil o tem.

Kaj naj naredim, če vzamem preveč tablet kapecitabina?

Če ste vzeli večji odmerek kapecitabina kot bi smeli, se morate pogovoriti s svojim zdravnikom, preden boste zaužili naslednji odmerek.

Kaj naj naredim, če pozabim vzeti zdravilo?

Če ste pozabili vzeti zdravilo, ne zaužijte izpuščenega odmerka in **naslednjič ne vzemite dvojnega odmerka**. Nadaljujte z rednim urnikom jemanja (kot je predvideno po shemi), o izpuščenem odmerku pa se posvetujte s svojim zdravnikom.

Kako pogosto bom moral na preglede k zdravniku ali v bolnišnico med jemanjem kapecitabina?

Med jemanjem zdravila so potrebni redni pregledi in kontrole krvi. Kako pogosti so pregledi, vam bo povedal zdravnik. Zdravilo lahko jemljete doma ali kjerkoli drugje in zato ni treba biti v bolnišnici.

Kako dolgo traja zdravljenje s kapecitabinom?

Čas zdravljenja bo določil vaš zdravnik v sodelovanju z vami.

4. Kateri so najpogostejši neželeni učinki pri zdravljenju s kapecitabinom?

Bolniki zdravljenje s kapecitabinom običajno zelo dobro prenašajo, vendar pa se lahko, tako kot pri vseh zdravilih, pojavijo tudi neželeni učinki.

Najpogostejši neželeni učinki pri zdravljenju s kapecitabinom so:

- ✓ driska, slabost, bruhanje, vnetje v ustih, bolečine v trebuhu, izpuščaji, utrujenost, izguba apetita (anoreksija), astenija, kardiotsičnost, poslabšanje ledvične disfunkcije pri bolnikih z že obstoječo motnjo ledvičnega delovanja in tromboza,
- ✓ poškodba kože na dlaneh in stopalih (sindrom roka-noga: rdečina na dlaneh in stopalih, ki jo lahko spremlja pekoča bolečina),
- ✓ suha in/ali srbeča koža po telesu, izpuščaji,
- ✓ splošna utrujenost,
- ✓ mrzlica, vrtoglavica, glavobol.



Ti neželeni učinki lahko postanejo resni, zato je pomembno, da se **takoj, ko se pojavijo, posvetujete s svojim zdravnikom**. Zdravnik vam bo morda zmanjšal odmerek in/ali začasno prekinil zdravljenje z zdravilom kapecitabin. To bo pomagalo zmanjšati verjetnost, da bi se neželeni učinki nadaljevali ali postali resni.

Koristni nasveti ob pojavu stranskega učinka:

Driska

- ✓ Dieta: V času hude driske jejte prežganko, pretlačen krompir, prepečenec, beli kruh, beli riž, zrele banane, jogurt, piščančje in puranje meso, ribe, skuto... Odpovejte se začinjeni, mastni hrani in z vlakninami bogatimi živili (žitarice, fižol, polnozrnatih izdelki, sadje...).
- ✓ Užijte zadostno količino tekočine (tudi rehidracijske raztopine se priporočajo).
- ✓ Posvetite pozornost izločenemu blatu in pogostnosti odvajanj. Če **pogostnost odvajanj blata preseže število, ki je za vas običajno, 5 ali več odvajanj na dan, nemudoma kontaktirajte zdravnika**.
- ✗ Ne pijte sveže iztisnjenih sadnih sokov, pijte čaje.
- ✓ Izvajajte skrbno nego zadnjika (umivanje s hladno vodo, uporaba hladilnih mazil).

Slabost, bruhanje

- ✗ Ne pijte med obrokom, ampak eno uro pred ali po njem (pijte po požirkih in večkrat dnevno).
- ✓ Vsak obrok hrane dobro prežvečite in jo uživajte večkrat dnevno v majhnih količinah in počasi.
- ✓ Uživajte hrano brez motečega vonja, ki bi lahko sprožila slabost.
- ✗ Izogibajte se ocvrte, sladke ali mastne hrane.
- ✓ Pijte nesladkane, hladne bistre sokove.
- ✗ Izogibajte se vonjem, kot je vonj po kuhani hrani, dimu, parfumu.
- ✓ Koristne so tudi sprostivne vaje, počasno in globoko dihanje.

Poškodba kože na dlaneh in stopalih (sindrom roka-noga)

- ✓ Namažite dlani in stopala večkrat na dan z vlažilno kremo.
- ✓ Uporaba blagih mil pri negi.
- ✓ Namakanje nog in rok v hladni vodi (izogibajte se vroče kopeli).
- ✓ Nošenje mehkih (bombažnih) rokavic, nogavic in udobnih čevljev.

Vnetje v ustih (stomatitis)

- ✓ Redna nega ustne votline (uporabljajte mehkejšo zobno ščetko in povečajte število izpiranj ustne votline z žajbljevim ali kamiličnim čajem).
- ✓ Popijte veliko količine (spremljajte količino tekočine na dan: spijte vsaj dva litra tekočine).
- ✓ Uživanje pasirane in tekoče hrane.

Izguba apetita

- ✓ Pogosti obroki (obroki naj bodo majhni in hranljivi ter privlačni za oko).
- ✓ Jejte počasi in vzemite si dovolj časa.
- ✓ Hrana ohlajena na sobno temperaturo.
- ✓ Lažja telesna aktivnost za spodbujanje apetita.

Utrujenost

- ✓ Gibanje na svežem zraku (sprehodi v naravi).
- ✓ Prilagodite dnevna opravila svojim zmožnostim.
- ✓ Poskrbite za dober spanec ponoči.
- ✓ Izboljšajte prehranjevanje (uživajte energijsko in hranilno bogato hrano).

Izpuščaji in kožne spremembe

- ✗ Izpuščajev ne iztiskajte.
- ✓ Kožo (obraza in telesa) negujte z vlažilnimi mazili.
- ✗ Izogibajte se soncu, zaščitite kožo pred soncem z uporabo zaščitnih



krem z visokim faktorjem, uporabljate zaščitna pokrivala in sončna očala.

- ✓ Pri negi kože uporabljajte blaga mila.

Če boste med zdravljenjem vodili dnevnik zdravljenja in beležili neželene učinke, bo to vam in vašemu zdravniku v pomoč pri obladovanju neželenih učinkov. Nadzorovanje neželenih učinkov bo vplivalo na vaše zdravljenje in kakovost življenja.

Kdaj moram nemudoma kontaktirati zdravnika in takoj prenehati z zdravljenjem?

Nemudoma pokličite svojega lečečega zdravnika in takoj **PRENEHAJTE** z jemanjem zdravila, kadar se pojavijo spodaj naštetih neželenih učinkov:

- ✓ Driska; če pogostnost odvajanj blata preseže število, ki je za vas običajno, 5 ali več odvajanj na dan,
- ✓ Bruhanje; 2- ali večkrat v obdobju 24 ur,
- ✓ Slabost; če izgubite tek in če je količina hrane, ki jo zaužijete vsak dan mnogo manjša kot ponavadi.
- ✓ Stomatitis; če imate rdečino, otekanje ali ranice v ustih,
- ✓ Kožna reakcija na rokah in nogah; če imate rdečo, oteklo in skelečo kožo na dlaneh in/ali stopalih,
- ✓ Zvišana telesna temperatura; če imate telesno temperaturo nad 38 °C ali druge znake okužbe
- ✓ Bolečina v prsnem košu; če občutite bolečino, omejeno na sredino prsnega koša, še posebno, če se pojavi med naporom.

Če ukrepamo takoj in neželene učinke pravočasno prepoznamo, lahko minejo v dveh do treh dneh po prekinitvi zdravljenja.

Če v tem času ne minejo, se bo o nadaljevanju zdravljenja odločil vaš zdravnik. Morda vam bo predpisal nadaljevanje zdravljenja z nižjimi odmerki zdravila ali prekinil zdravljenje.

Če ste prenehali jemati zdravilo kapecitabin

Po prenehanju zdravljenja s kapecitabinom se ne pojavijo neželeni učinki. Če sočasno jemljete kumarinske antikoagulate (ki vsebujejo na primer fenprokumon - Marevan), vam bo zdravnik v primeru prekinitve zdravljenja s kapecitabinom morda moral prilagoditi odmerek antikoagulanta.

Če imate dodatna vprašanja o uporabi zdravila, se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom.

5. Varno ravnanje s kapecitabinom?

Zdravila nikoli ne delite ali menjajte z nikomer. Tablete zdravila hranite v hladnem, suhem prostoru, kjer ne bodo izpostavljene temperaturam višjim od 30 °C. Zdravilo shranjujte v originalni ovojnjini za zagotovitev zaščite pred vlago. Zdravilo shranjujte nedosegljivo otrokom! Zdravila ne smete uporabljati po datumu izteka roka uporabnosti, ki je naveden na ovojnjini in nalepki poleg oznake Uporabno do.

6. Ob koncu pregleda

Spodnja vprašanja so v pomoč zdravniku, da preveri, če ste res razumeli dana navodila za jemanje tablet kapecitabina:

Navodila zdravnika o terapiji	Bolnik je razumel
Jemanje 2x na dan/14 dni (če zdravnik ne določi drugače)	
1 teden premora (če zdravnik ne določi drugače)	
Pozabljen odmerek se ne podvaja	
Zadostno pitje tekočine	
Prepoznavanje neželenih učinkov	
Rdečina dlani in podplatov	
Driska, slabost, bruhanje	
Kdaj poklicati zdravnika	
Ob pojavu neželenih učinkov	
Prekiniti/spremeniti odmerjanje	

Vodenje dnevnika

Med zdravljenjem s kapecitabinom vodite dnevnik, ki vam bo omogočil varno in zanesljivo jemanje zdravila.

V dnevnik vpišite datum začetka in predvidenega konca zdravljenja.

Vsak dan vpisujte čas jemanja zdravila zjutraj in zvečer ter število vzetih tablet. Tako se boste izognili napakam pri dnevni in skupni odmerkih.

Če se pojavijo neželeni učinki, jih vpišite v dnevnik ob odgovarjajočih datumih.

Pomembni podatki

Bolnikovo ime

Telefonska številka

Zdravstvena ustanova

Zdravnik

Telefonska številka

Predpisan odmerek kapecitabina: mg/dan

Jutranji tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

Večerni tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

2. CIKEL

Datum

Jutranji odmerek
(število tablet)

Večerni odmerek
(število tablet)

Neželeni učinki in beležke - V primeru, da se pojavijo neželeni učinki,
se pogovorite z zdravnikom, ki vam je zdravilo predpisal

500 mg

300 mg

150 mg

500 mg

300 mg

150 mg

STOP

Po 14. dneh prenehate z jemanjem zdravila.

Naslednji cikel pričnete po navodilih zdravnika.

Predpisan odmerek kapecitabina: mg/dan

Jutranji tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

Večerni tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

3. CIKEL

Datum

Jutranji odmerek
(število tablet)

Večerni odmerek
(število tablet)

Neželeni učinki in beležke - V primeru, da se pojavijo neželeni učinki,
se pogovorite z zdravnikom, ki vam je zdravilo predpisal

500 mg

300 mg

150 mg

500 mg

300 mg

150 mg

STOP

Po 14. dneh prenehate z jemanjem zdravila.

Naslednji cikel pričnete po navodilih zdravnika.

Predpisan odmerek kapecitabina: mg/dan

Jutranji tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

Večerni tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

4. CIKEL

Datum

Jutranji odmerek
(število tablet)

Večerni odmerek
(število tablet)

Neželeni učinki in beležke - V primeru, da se pojavijo neželeni učinki,
se pogovorite z zdravnikom, ki vam je zdravilo predpisal

500 mg

300 mg

150 mg

500 mg

300 mg

150 mg

STOP

Po 14. dneh prenehate z jemanjem zdravila.

Naslednji cikel pričnete po navodilih zdravnika.

Predpisan odmerek kapecitabina: mg/dan

Jutranji tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

Večerni tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

5. CIKEL

Datum

Jutranji odmerek
(število tablet)

Večerni odmerek
(število tablet)

Neželeni učinki in beležke - V primeru, da se pojavijo neželeni učinki,
se pogovorite z zdravnikom, ki vam je zdravilo predpisal

500 mg

300 mg

150 mg

500 mg

300 mg

150 mg

STOP

Po 14. dneh prenehate z jemanjem zdravila.

Naslednji cikel pričnete po navodilih zdravnika.

Predpisan odmerek kapecitabina: mg/dan

Jutranji tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

Večerni tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

6. CIKEL

Datum

Jutranji odmerek
(število tablet)

Večerni odmerek
(število tablet)

Neželeni učinki in beležke - V primeru, da se pojavijo neželeni učinki, se pogovorite z zdravnikom, ki vam je zdravilo predpisal

500 mg

300 mg

150 mg

500 mg

300 mg

150 mg

STOP

Po 14. dneh prenehate z jemanjem zdravila.

Naslednji cikel pričnete po navodilih zdravnika.

Predpisan odmerek kapecitabina: mg/dan

Jutranji tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

Večerni tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

8. CIKEL

Datum

Jutranji odmerek
(število tablet)

Večerni odmerek
(število tablet)

Neželeni učinki in beležke - V primeru, da se pojavijo neželeni učinki,
se pogovorite z zdravnikom, ki vam je zdravilo predpisal

500 mg

300 mg

150 mg

500 mg

300 mg

150 mg

STOP

Po 14. dneh prenehate z jemanjem zdravila.

Naslednji cikel pričnete po navodilih zdravnika.

Predpisan odmerek kapecitabina: mg/dan

Jutranji tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

Večerni tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

10. CIKEL

Datum

Jutranji odmerek
(število tablet)

Večerni odmerek
(število tablet)

Neželeni učinki in beležke - V primeru, da se pojavijo neželeni učinki,
se pogovorite z zdravnikom, ki vam je zdravilo predpisal

500 mg

300 mg

150 mg

500 mg

300 mg

150 mg

STOP

Po 14. dneh prenehate z jemanjem zdravila.

Naslednji cikel pričnete po navodilih zdravnika.

Predpisan odmerek kapecitabina: mg/dan

Jutranji tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

Večerni tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

11. CIKEL

Datum

Jutranji odmerek
(število tablet)

Večerni odmerek
(število tablet)

Neželeni učinki in beležke - V primeru, da se pojavijo neželeni učinki,
se pogovorite z zdravnikom, ki vam je zdravilo predpisal

500 mg

300 mg

150 mg

500 mg

300 mg

150 mg

STOP

Po 14. dneh prenehate z jemanjem zdravila.

Naslednji cikel pričnete po navodilih zdravnika.

Predpisan odmerek kapecitabina: mg/dan

Jutranji tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

Večerni tbl. po 500 mg tbl. po 300 mg tbl. po 150 mg

12. CIKEL

Datum

Jutranji odmerek
(število tablet)

Večerni odmerek
(število tablet)

Neželeni učinki in beležke - V primeru, da se pojavijo neželeni učinki,
se pogovorite z zdravnikom, ki vam je zdravilo predpisal

500 mg

300 mg

150 mg

500 mg

300 mg

150 mg

STOP

Po 14. dneh prenehate z jemanjem zdravila.

Naslednji cikel pričnete po navodilih zdravnika.

