

ابر حامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی
www.abrhami.ir

مدیریت دیابت در صورت ابتلا به سرطان





مدیریت دیابت در صورت ابتلا به سرطان

اگر دیابت دارید، مهم است که بیماری را در طول درمان سرطان و بعد از آن به دقت مدیریت کنید. شما ممکن است تمرکز بیشتری روی مقابله با تشخیص سرطان خود داشته باشید، اما نحوه مراقبت از دیابت برای سلامتی شما بسیار مهم است و می‌تواند بر موفقیت برنامه درمانی شما تأثیر بگذارد.

دیابت چیست؟

دیابت زمانی رخ می‌دهد که بدن نتواند انسولین کافی بسازد یا از انسولین به خوبی استفاده کند. انسولین هورمونی است که توسط پانکراس ساخته می‌شود و میزان گلوکز یا قند خون را کنترل می‌کند. قند بیش از حد در خون برای مدت طولانی می‌تواند منجر به مشکلات جدی سلامتی شود. این مشکلات ممکن است شامل بیماری قلبی، نارسایی کلیه، مشکلات چشمی و مشکلات عصبی باشد.

قند خون بالا هیپرگلیسمی نامیده می‌شود. برخی از افراد مبتلا به دیابت برای کنترل آن نیاز به دارو دارند. انواع زیادی از داروهای دیابت و انسولین وجود دارد که به تنهایی یا با هم استفاده می‌شوند.

دیابت چه خطراتی برای درمان سرطان می‌تواند ایجاد کند؟

دیابت می‌تواند خطرات درمان سرطان را افزایش دهد زیرا:

- برخی از درمان‌های سرطان و عوارض جانبی آن‌ها می‌توانند باعث افزایش یا کاهش سطح قند خون شوند.

- برخی از درمان‌های سرطان می‌توانند مشکلات سلامتی شما را در اثر دیابت بدتر کنند.

- افراد مبتلا به دیابت کنترل نشده ممکن است عوارض جانبی درمان سرطان شدیدتری داشته باشند. به عنوان مثال، احتمال ابتلای آنها به عفونت بیشتر است و در طول درمان نیاز به بستری شدن در بیمارستان دارند.

این چالش‌ها می‌تواند تکمیل درمان سرطان طبق برنامه را دشوار کند. تیم مراقبت‌های سلامتی برای کاهش خطرات درمانی با شما همکاری خواهد کرد. از سوابق پزشکی شخصی خود برای به اشتراک گذاشتن داروهای دیابت که مصرف می‌کنید و مشکلات ناشی از دیابت استفاده کنید. همچنین مطمئن شوید که اگر چیزی در مورد علائم یا نسخه شما برای داروهای دیابت تغییر کرد، به تیم مراقبتی خود اطلاع دهید.

کدام درمان‌های سرطان می‌تواند بر دیابت تأثیر بگذارد؟

برخی از درمان‌های سرطان می‌توانند بر سطح قند خون تأثیر بگذارند. از تیم مراقبت‌های سلامتی در مورد تأثیرات دیابت، برای برنامه درمانی خاص سرطان خود و نحوه مدیریت آن سؤال کنید.

تیم مراقبت‌های سلامتی همچنین می‌تواند به شما در ایجاد برنامه‌ای برای نظارت و مدیریت سطح قند خون خود در طول درمان سرطان کمک کند. این روند ممکن است به این معنی باشد:

- مرتباً سطح قند خون خود را چک کنید
- تنظیم دوز داروی فعلی
- شروع یک داروی جدید دیابت

شیمی‌درمانی انواع خاصی از شیمی‌درمانی با قند خون بالا مرتبط هستند. آنها شامل شیمی‌درمانی مبتنی بر ۵-فلوراوراسیل (FU-۵)، آسپارازیناز (Elspar)، بوسولفان (Busulfex ، Myleran) و شیمی‌درمانی مبتنی بر پلاتین، مانند سیس پلاتین (Platinol) هستند. همچنین اگر از قبل آسیب عصبی ناشی از دیابت دارید، برخی از داروهای شیمی‌درمانی می‌توانند آن را بدتر کنند.

داروهای استروئیدی استروئیدها می‌توانند با افزایش مقاومت به انسولین باعث افزایش قند خون شوند. این بدان معناست که بدن به‌درستی به انسولین پاسخ نمی‌دهد. به استروئیدها کورتیکواستروئید یا گلوکوکورتیکوئید نیز گفته می‌شود. پزشک ممکن است برای درمان عوارض جانبی سرطان و درمان آن، مانند حالت تهوع و درد، استروئید تجویز کند. یا، استروئیدها ممکن است بخشی از درمان خود سرطان باشند. استروئیدهای رایج مورد استفاده شامل دگزامتازون، هیدروکورتیزون، پردنیزون و متیل پردنیزولون هستند (همه این استروئیدها دارای چندین نام تجاری هستند).

برای کمک به ثابت نگه داشتن قند خون، ممکن است استروئیدها را در چند دوز کوچک‌تر به جای ۱ دوز بزرگ دریافت کنید. یا ممکن است آن را در مدت زمان طولانی‌تری از طریق یک لوله داخل وریدی (IV) دریافت کنید. همچنین ممکن است به انسولین بیشتری نیاز داشته باشید یا نیاز به استفاده از آن در حین مصرف استروئید داشته باشید.



درمان‌های هدفمند چندین درمان هدفمند می‌توانند مسیرهای سلولی که نحوه استفاده از انسولین در بدن را کنترل می‌کنند، تحت تأثیر قرار دهند. به عنوان مثال، مهارکننده‌های کیناز mTOR، مانند اورولیموس (Afinitor)، Zortress و مهارکننده‌های ABL کیناز، مانند nilotinib (Tasigna) می‌شوند.

ایمونوتراپی برخی از داروهای ایمونوتراپی می‌توانند بر قند خون شما تأثیر بگذارند. اینها شامل داروهایی هستند که پروتئینی به نام ۱-PD را مسدود می‌کنند. آنها عبارت‌اند از نیولوماب و پمپرولیزوماب.

هورمون درمانی. هورمون درمانی برای سرطان، هورمون‌ها را حذف، مسدود یا به آن‌ها اضافه می‌کند تا رشد سلول‌های سرطانی را از بین ببرد یا سرعت آن را کاهش دهد. اغلب برای درمان سرطان پروستات و برخی از انواع سرطان سینه استفاده می‌شود. برخی از این داروها می‌توانند قند خون را افزایش دهند.

عمل جراحی. پزشک می‌خواهد مطمئن شود که قند خون شما قبل از جراحی تحت کنترل است. اگر قند خون شما بیش از حد بالا باشد، زخم‌ها کندتر بهبود می‌یابند. این خطر عفونت شما را افزایش می‌دهد.

چه عوارض جانبی مرتبط با سرطان می‌تواند بر دیابت تأثیر بگذارد؟

برخی عوارض جانبی ناشی از سرطان یا درمان سرطان می‌تواند تعادل قند خون را دشوار کند. در صورت بروز هر یک از این عوارض جانبی، پزشک ممکن است تغییر دوز داروهای دیابت را توصیه کند.

تسکین عوارض جانبی بخش مهمی از مراقبت از سرطان و مراقبت از دیابت است. این مراقبت تسکینی یا مراقبت حمایتی نامیده می‌شود. این می‌تواند به افراد مبتلا به تمام مراحل سرطان کمک کند تا احساس بهتری داشته باشند.

تهوع و استفراغ. تهوع و استفراغ از عوارض جانبی رایج شیمی‌درمانی، پرتودرمانی و سایر درمان‌های سرطان هستند. این شرایط می‌تواند بر توانایی شما برای خوردن یا نوشیدن، همان‌طور که معمولاً دارید، تأثیر بگذارد. اگر انسولین خود را تنظیم نکنید، این می‌تواند منجر به قند بسیار کم در خون شود. قند خون پایین به عنوان هیپوگلیسمی شناخته می‌شود. مانند قند خون بالا، می‌تواند مشکلات جدی برای سلامتی ایجاد کند.

کم‌آبی بدن. عوارض جانبی درمان؛ مانند تهوع، استفراغ و اسهال می‌تواند باعث کم‌آبی بدن شود. قند خون



بالا نیز می‌تواند باعث آن شود و کم‌آبی بدن را بدتر کند. به‌عنوان مثال، افراد مبتلا به دیابت کنترل نشده به طور مکرر ادرار می‌کنند. حتی سطوح پایین کم‌آبی نیز می‌تواند بر بهبود درمان شما تأثیر بگذارد. کم‌آبی شدید می‌تواند زندگی را تهدید کند.

از دست دادن اشتها. کاهش اشتها به این معنی است که ممکن است کمتر از حد معمول غذا بخورید. یا ممکن است بعد از صرف مقدار کمی غذا اصلاً احساس گرسنگی نکنید یا احساس سیری کنید. خوردن کربوهیدرات کمتر بدون کاهش میزان انسولین مصرفی می‌تواند منجر به کاهش قند خون شود.

افزایش وزن. برخی از درمان‌های سرطان، مانند استروئیدها و شیمی‌درمانی، می‌توانند منجر به افزایش وزن شوند. اضافه‌وزن می‌تواند باعث افزایش قند خون شود.

خستگی. خستگی ناشی از سرطان می‌تواند شما را کم‌تحرک کند. این باعث کاهش حساسیت بدن شما به انسولین می‌شود و قند بیشتری در خون شما باقی می‌ماند.

چگونه می‌توانم دیابت خود را در طول درمان سرطان مدیریت کنم؟

با تیم مراقبت‌های سلامتی خود در مورد نحوه مدیریت دیابت در طول درمان سرطان صحبت کنید. آنها می‌توانند اطلاعاتی را ارائه دهند، سلامت شما را تحت نظر داشته باشند و به شما کمک کنند تا بهترین پشتیبانی و منابع موردنیاز خود را پیدا کنید.

از یک برنامه غذایی سالم پیروی کنید. خوردن وعده‌های غذایی سالم و به‌موقع به حفظ تعادل قند خون کمک می‌کند. خوب غذاخوردن نیز مواد مغذی ضروری بدن را که در طول درمان سرطان به آن نیاز دارد، برای شما تأمین می‌کند. یک متخصص تغذیه انکولوژی می‌تواند به شما کمک کند تا برنامه غذایی خود را بر اساس مسائل و نیازهای سلامتی خود ایجاد کنید.

ورزش منظم داشته باشید. ورزش در طول درمان سرطان به بدن شما کمک می‌کند تا از قند خون استفاده کند. فعالیت بدنی همچنین می‌تواند به شما کمک کند وزن سالمی داشته باشید که بخش مهمی از مدیریت دیابت است.



سلامتی خود را پیگیری کنید. از یک دفترچه برای ردیابی درمان‌های سرطان، سطح قند خون، داروهای دیابت، سایر داروها و عوارض جانبی استفاده کنید. این اطلاعات می‌تواند به شما و پزشکتان کمک کند تا مشکلات سلامتی و علل آنها را مشخص کنید.

استرس را مدیریت کنید. استرس ناشی از سرطان و درمان‌های آن می‌تواند باعث شود بدن شما هورمون‌های مختلفی ترشح کند که قند خون را افزایش می‌دهد. این می‌تواند سیستم ایمنی بدن شما را ضعیف کند. استراتژی‌های مدیریت استرس می‌تواند به شما کمک کند احساس آرامش بیشتری داشته باشید و کمتر مضطرب شوید.

سؤالاتی که باید از تیم مراقبت‌های سلامتی خود بپرسید

- آیا درمان سرطان توصیه شده می‌تواند بر سطح قند خون من تأثیر بگذارد؟
- چرا ادامه مدیریت دیابت در طول درمان سرطان مهم است؟
- در طول درمان سرطان چند بار باید قند خونم را چک کنم؟ بهترین راه برای انجام این کار چیست؟
- از کجا می‌توانم یک مانیتور قند خون یا سایر تجهیزات مدیریت دیابت موردنیاز خود را تهیه کنم؟
- آیا باید داروهای دیابت را که در طول درمان مصرف می‌کنم تغییر دهم یا داروهای جدید اضافه کنم؟
- آیا می‌توانید یک متخصص آموزش و مراقبت از دیابت را معرفی کنید تا به من کمک کند تا با تغییرات مراقبت از دیابت خود سازگار شوم؟
- چه دوزی از داروهای دیابت را باید مصرف کنم؟ چه مدت؟
- قبل، در طول و بعد از هر درمان سرطان، قند خون من باید چقدر باشد؟
- علائم قند خون بالا و قند خون پایین چیست؟
- اگر قند خونم خیلی بالا یا خیلی پایین باشد چه باید بکنم؟
- آیا آزمایش یا اسکن سرطان می‌تواند بر قند خون من تأثیر بگذارد؟ اگر چنین است، چگونه می‌توانم آن را هنگام انجام آن آزمایش‌های خاص مدیریت کنم؟
- آیا دیابت خطر عود سرطان را افزایش می‌دهد؟