

CONSIGLI PRATICI

per la gestione
della terapia oncologica
a domicilio

realizzato con il contributo di



con il patrocinio di



SOCIETÀ ITALIANA DI FARMACIA
OSPEDALIERA E DEI SERVIZI FARMACEUTICI
DELLE AZIENDE SANITARIE



a cura del
Servizio di Farmacia Ospedaliera
dell'Istituto Europeo di Oncologia

III EDIZIONE

“ Soltanto una **CORRETTA INFORMAZIONE**
e conoscenza può promuovere un accesso
consapevole, sicuro e appropriato alle
terapie farmacologiche. ”

PROGETTO EDITORIALE E REALIZZAZIONE

 Editart LASCENZAMEDICA

EDITOR

Emanuela Omodeo Salè
Direttore del Servizio Farmacia dell'Istituto Europeo di Oncologia

REDAZIONE SCIENTIFICA

Daniela Malengo, Federica Carrara

PROGETTO GRAFICO E GRAFICA

Simona Canessa

RIFERIMENTI ICONOGRAFICI

© 2018 iStock by Getty Images

EDIZIONE FUORI COMMERCIO IN NUMERO LIMITATO DI COPIE

REALIZZATA CON IL CONTRIBUTO DI

 **NOVARTIS**

CON IL PATROCINIO DI


SOCIETÀ ITALIANA DI FARMACIA
OSPEDALIERA E DEI SERVIZI FARMACETICI
DELLE AZIENDE SANITARIE

©2018 EDITART

CONSIGLI PRATICI per la gestione della terapia oncologica a domicilio



a cura del
Servizio di Farmacia Ospedaliera
dell'Istituto Europeo di Oncologia

III EDIZIONE

6

COS'È UN FARMACO?

7

I FARMACI ONCOLOGICI

12

FITOTERAPIA, NUTRACEUTICA E OMEOPATIA

19

LE INTERAZIONI

25

FARMACOVIGILANZA

26

CONSIGLI COSMETICI PER IL PAZIENTE ONCOLOGICO

32

REGOLE GENERALI PER IL CORRETTO USO DEI FARMACI

33

METODI PER SEGUIRE

E ADERIRE AL TRATTAMENTO PRESCRITTO

Siamo giunti alla terza edizione di questo manuale pensato appositamente per i pazienti oncologici.

Attraverso questa prefazione, vorrei farvi conoscere un professionista che ancora molti ignorano ma che ha un ruolo chiave nell'accompagnarvi al meglio nel vostro "viaggio di cura": il **Farmacista Ospedaliero**.

Il Farmacista Ospedaliero è un professionista sanitario che promuove attraverso la sua attività di farmacia clinica, di formazione ed informazione diretta, il corretto uso del farmaco e l'ottimizzazione delle terapie.

L'attività di *counseling*, che il farmacista può fornire durante la distribuzione diretta del farmaco al paziente, ha un valore enorme, soprattutto nella gestione dei problemi correlati al trattamento e allo stato di benessere generale.

Inoltre, nell'ambito dell'aderenza al trattamento ed al suo impatto sugli *outcome*, il farmacista ricopre un ruolo fondamentale nell'intercettare interazioni farmacologiche e reazioni avverse attraverso il dialogo che riesce a costruire con il paziente oncologico.

È proprio nell'alleanza "farmacista-paziente" che nasce una grande opportunità; quella di rendere accessibili le cure, garantendo la sostenibilità del sistema.



Il farmaco (o medicinale) è una qualsiasi sostanza o composto usato nella prevenzione, cura e diagnosi delle malattie, da somministrare per ripristinare, correggere o modificare le funzioni dell'organismo. Tre sono le figure professionali su cui potete fare affidamento: il **medico**, il **farmacista** e l'**infermiere**.

SAPEVA CHE...

- ✓ Ogni prescrizione medica è specifica per la persona e, così, l'uso del farmaco: non dia mai ad altri un farmaco prescritto per lei, nemmeno a persone che manifestano i suoi stessi sintomi o che le dicono di avere la sua stessa malattia.
- ✓ Si devono seguire le istruzioni date dal medico e/o dal farmacista se si vuole che il farmaco abbia l'effetto desiderato.
- ✓ È necessario comprendere a pieno la prescrizione: il medico e il farmacista sono a disposizione per chiarire ogni suo dubbio.
- ✓ L'erogazione dei farmaci è sottoposta a regole rigide per una migliore tutela della salute: per questo alcuni farmaci possono essere consegnati per massimo 30 giorni di terapia (deliberazione N°X/7600).
- ✓ Se utilizzati in maniera errata i farmaci possono essere inutili o pericolosi.
- ✓ Assumere maggiori quantità di farmaci e/o usarli quando non serve può causare gravi danni alla salute.
- ✓ I farmaci hanno anche effetti negativi e interazioni con altri farmaci e alimenti.
- ✓ Se ha dimenticato una o più dosi di medicinale fac-

cia riferimento alla scheda relativa al farmaco che sta assumendo ed eventualmente si rivolga al suo medico per un consiglio; se ha assunto più farmaco del dovuto e compaiono effetti indesiderati contatti immediatamente il suo medico o si rechi al più vicino pronto soccorso (ricordi di portare con sé la confezione del farmaco assunto!).

- ✓ Anche i composti considerati "naturali" possono causare effetti collaterali e/o interagire con i farmaci già assunti.
- ✓ Tutti i farmaci devono essere conservati all'interno del loro confezionamento al riparo dalla luce, da fonti di calore e umidità; alcuni farmaci devono essere conservati a T controllate (es: frigorifero tra 2-8°C).

CHE COS'È LA TERAPIA ANTITUMORALE?

L'obiettivo della terapia antitumorale è quello di eradicare la neoplasia e di guarire il paziente. Se questo traguardo non è raggiungibile, lo scopo del trattamento diviene quello di alle-

viare i sintomi, prolungare la sopravvivenza e preservare la qualità della vita. La decisione del trattamento indicato dipende da molti fattori, in primo luogo dallo stadio e dalla patologia, dalle condizioni biologiche (caratteristiche istologiche del tessuto) e cliniche (età, sesso, pre-trattamenti e condizioni generali) del paziente.

“**stadio**: termine per descrivere le dimensioni del tumore e la sua eventuale diffusione a distanza.

QUALI TIPI DI TERAPIA?

Chirurgia

La chirurgia costituisce il trattamento più antico contro il cancro. Ancora oggi rappresenta la miglior garanzia di guarigione per la maggior parte dei pazienti con tumori solidi.

Chemioterapia

È una procedura che consiste nella somministrazione di particolari farmaci, detti citotossici o antiblastici, allo scopo di distruggere le cellule tumorali. Basandosi sul principio che le cellule tumorali si riproducono molto più rapidamente di quelle normali, le sostanze utilizzate per questi trattamenti interferiscono con i meccanismi legati alla replicazione delle cellule, uccidendole durante questo processo.

Obiettivi:

- ❑ eliminare definitivamente la malattia nel caso di tumori molto sensibili a questi trattamenti;
- ❑ ridurre il volume della massa tumorale prima di un'operazione chirurgica o della radioterapia (**chemioterapia neoadiuvante**), così da rendere l'intervento più efficace e meno demolitivo;
- ❑ prevenire il ritorno della malattia trattata con un intervento chirurgico o con la radioterapia, eliminando cellule tumorali che possono essersi staccate dal tumore e diffuse in altre parti del corpo, pur non avendo ancora dato luogo a metastasi rilevabili con gli strumenti diagnostici attualmente a disposizione (**chemioterapia adiuvante o precauzionale**);
- ❑ prolungare la sopravvivenza o ritardare la progressione della malattia quando questa non può essere eliminata del tutto, per esempio perché già diffusa nell'organismo;

- ❑ migliorare i sintomi provocati dalla massa tumorale quando questa non si può asportare chirurgicamente;
- ❑ preparare l'organismo a un trapianto di midollo osseo o di cellule staminali; in questo caso si utilizzano dosi molto alte di farmaci.

Categorie di Chemioterapici:

- 1.** Agenti alchilanti (es. ciclofosfamide, derivati del platino, clorambucile...).
- 2.** Antimetaboliti (es. fluorouracile, methotrexate, capecitabina...).
- 3.** Antimitotici (es. vincristina, vinblastina).
- 4.** Antibiotici (es. adriamicina, daunomicina, bleomicina...).
- 5.** Enzimi (es. L-asparaginasi).

Terapie mirate (Target Therapy)

Rappresentano uno dei più importanti strumenti della medicina personalizzata in quanto la cura non è più scelta solo in base alla sede di sviluppo del tumore, ma anche in relazione alle sue caratteristiche molecolari, che possono essere diverse da paziente a paziente. Il loro utilizzo nella pratica clinica è sottoposto a un severo monitoraggio, anche alla luce del rapporto tra i costi molto elevati e i benefici. Le terapie mirate interagiscono in maniera ancor più precisa con una molecola o un processo specifico delle cellule tumorali, senza provocare danni alle cellule normali e riducendo così gli effetti collaterali.

Obiettivi:

- ❑ diminuire la proliferazione delle cellule cancerose, ossia la loro incontrollata capacità di crescere e dividersi;
- ❑ ostacolare l'angiogenesi, ossia lo sviluppo di nuovi vasi sanguigni indispensabili a nutrire il tumore;
- ❑ promuovere l'apoptosi delle cellule tumorali, ossia la loro morte programmata;
- ❑ liberare sostanze tossiche che agiscono sulle cellule cancerose;
- ❑ stimolare il sistema immunitario, cioè le difese dell'organismo, a identificare e distruggere le cellule tumorali; la capacità del sistema immunitario di agire come difesa nei confronti delle cellule tumorali trasformate emerge da una serie di osservazioni: le cellule tumorali differiscono dalle cellule sane per la loro composizione antigenica e per il loro comportamento biologico e possono, quindi, essere riconosciute come "estrane" all'organismo. L'immunoterapia, pertanto, si prefigge di combattere la malattia tumorale sfruttando le potenzialità stesse del sistema immunitario.

Radioterapia

La radioterapia è un particolare tipo di terapia fisica che utilizza le radiazioni, in genere i raggi X, nella cura dei tumori. Queste radiazioni sono dette radiazioni ionizzanti. I raggi X sono noti in medicina da tempo: sono stati scoperti più di un secolo fa e, da allora, sono utilizzati sia a scopo diagnostico, come nel caso delle radiografie, sia a scopo terapeutico, nel caso appunto della radioterapia. Le dosi di raggi X utilizzate nei due casi e le modalità di somministrazione sono differenti:

✕ gli esami diagnostici permettono di "vedere" all'interno del corpo umano (per esempio per accertare se vi sia una

frattura di un osso), provocando danni minimi ai tessuti; ✕ la radioterapia, invece, colpisce e distrugge le cellule tumorali cercando di risparmiare quelle sane.



Radiazioni ionizzanti:

radiazioni ad alta energia impiegate per bloccare o distruggere le cellule cancerose, generando radicali liberi e rottura delle catene di DNA.

Obiettivi:

a seconda del tipo di tumore e delle condizioni cliniche del paziente la radioterapia può avere diversi obiettivi:

- ❑ radioterapia radicale: ha lo scopo di eliminare completamente il tumore;
- ❑ radioterapia palliativa: può essere consigliata per alleviare alcuni sintomi provocati dal tumore;
- ❑ radioterapia preoperatoria (trattamento neoadiuvante): è da eseguire prima dell'intervento chirurgico di asportazione del tumore per ridurre le dimensioni e rendere, così, più semplice l'operazione; serve, inoltre, a ridurre il rischio che un piccolo numero di cellule malate possa eventualmente diffondersi durante l'intervento;
- ❑ radioterapia postoperatoria (trattamento adiuvante): può essere consigliata dopo un intervento chirurgico di asportazione del tumore per aumentare le probabilità di eliminare ogni cellula malata.

FITOTERAPIA, NUTRACEUTICA E OMEOPATIA

Prima di spiegare in breve cosa significhino i termini fitoterapia, nutraceutica e omeopatia è bene ricordare che l'assunzione di qualsiasi sostanza, sia questa un'erba, un integratore o altro, deve essere sempre discussa con l'oncologo: un impiego non controllato può compromettere l'attività terapeutica dei farmaci già assunti con il risultato di una riduzione o talvolta di un potenziamento dell'azione con possibili effetti collaterali.

PRESTI ATTENZIONE CHE

- ✓ I prodotti di origine naturale o animale non sono necessariamente sicuri.
- ✓ Non sono privi di effetti avversi.
- ✓ Possono interagire in modo negativo con i farmaci già assunti.

COSA FARE

- ✓ Le fonti d'informazione a cui poter accedere sono tante (internet, riviste, libri, pareri di conoscenti...), ma è fondamentale accertarsi della loro credibilità e dell'affidabilità. Parlate con l'oncologo prima di intraprendere qualunque decisione in merito ai trattamenti non convenzionali.
- ✓ Se intendete rivolgervi ad un esperto in medicina non convenzionale, usate cautela nella scelta.

COSA CHIEDERE ALL'ONCOLOGO

- ◆ Il trattamento "naturale" che ho intenzione di iniziare potrà interferire con i farmaci che assumo?
- ◆ Esistono delle controindicazioni?
- ◆ Quali sono i rischi e gli effetti collaterali?

Se state già assumendo dei fitoterapici, integratori o omeopatici chiedete all'oncologo se dovete sospendere o ridurre la posologia prima, durante o dopo la chemioterapia.

Fitoterapia

La fitoterapia, dal greco *phytón* (pianta) e *therapéia* (cura), è una disciplina che si fonda sull'uso di piante medicinali e derivati a scopo preventivo, curativo o per il mantenimento del benessere psico-



fisico. La maggior parte delle piante medicinali ha una lunga storia di utilizzo in medicina tradizionale per disturbi specifici ed è commercializzata per lo più sulla base di queste conoscenze.

Una pianta viene definita come medicinale quando contiene in una o più delle sue parti (foglie, radici, fiori, gemme...), sostanze che possono essere impiegate a scopo terapeutico o preventivo o che sono precursori di sostanze utilizzate anche in ambito farmaceutico. Molti dei farmaci che sono impiegati in terapia derivano da sostanze vegetali oppure sono stati elaborati a partire da esse: classi importanti di farmaci di origine vegetale sono, ad esempio, quelle degli antiinfiammatori non steroidei derivati dall'acido salicilico, degli antitumorali o dei narcotici analgesici.

In commercio esistono molti farmaci il cui principio attivo è una sostanza vegetale.

Questi medicinali sono stati ufficialmente approvati dal-

l'AIFA (Agenzia Italiana del Farmaco), che ne ha verificato la loro qualità, efficacia e sicurezza e sono venduti esclusivamente nelle farmacie, alcuni dietro presentazione di ricetta medica e, altri, come medicinali senza obbligo di prescrizione o medicinali da banco.



AIFA

L'Agenzia Italiana del Farmaco è l'autorità nazionale competente per l'attività regolatoria dei farmaci in Italia.

I preparati erboristici sono, invece, delle formulazioni a base di piante non addizionate con prodotti di sintesi o semisintesi tali da poter essere definiti 'naturali'. Sono presenti sul mercato come prodotti di libera vendita ed indicati per avere effetti salutari o coadiuvanti le normali funzioni dell'organismo; tali preparati non possono vantare, dunque, proprietà terapeutiche.

È importante prestare particolare attenzione a questa tipologia di prodotti per diversi motivi:

- ✓ la quantità di prodotto assunto deve essere diversa a seconda delle caratteristiche della persona (peso, età, condizioni di salute, ecc.);
- ✓ i loro principi attivi possono avere degli effetti collaterali o delle controindicazioni;
- ✓ possono causare delle reazioni allergiche, non prevedibili;
- ✓ possono provocare delle interazioni farmacologiche dannose con altri medicinali o con gli alimenti;
- ✓ il loro uso può essere pericoloso durante la gravidanza e l'allattamento, periodi in cui il corpo della donna è in un momento delicato.

Tra le piante di maggiore interesse per l'oncologia riportiamo alcuni esempi:

Artemisia conosciuta da tempo per la sua attività antimalarica, può prevenire alcuni tumori dell'utero.

Ginseng si usa per potenziare l'attività del sistema immunitario.

Soia si usa nella prevenzione dei tumori della mammella.

Viscum album usato in associazione alla chemioterapia per alcuni tipi di tumori come stimolante del sistema immunitario.

Nutraceutica

Nutraceutica: neologismo coniato nel 1989 dal Dr. Stephen De Felice unendo i termini «nutrizione» e «farmaceutica» con cui si indica la disciplina che studia i componenti alimentari o i principi attivi presenti negli alimenti che hanno effetti positivi per il benessere e la salute, ivi inclusi la prevenzione ed il trattamento delle malattie.

I nutraceutici costituiscono un valido ausilio nella nutrizione del paziente oncologico: quelli raccomandati nei soggetti con tumore sono aminoacidi a catena ramificata, acido eicosapentaenoico (EPA) e carnitina.

Amminoacidi a catena ramificata: gli aminoacidi a catena ramificata (acronimo inglese BCAA) sono un gruppo di tre aminoacidi essenziali, rispettivamente L-Leucina, L-Isoleucina e L-Valina. La loro somministrazione è risultata efficace nell'aumentare l'appetito e nel favorire lo sviluppo muscolare.



DOVE SI TROVANO?

All'interno di specifici integratori acquistabili in farmacia, ma anche in molti cibi di tutti i giorni quali:



Aminoacidi ramificati (mg/100 gr di prodotto)

	Valina	Isoleucina	Leucina
Bresaola	1687	1608	2651
Uovo	823	657	1041
Tonno all'olio	1392	1198	2029
Parmigiano	1800	1421	2450
Petto di pollo	1384	1153	1955

Acido eicosapentaenoico (EPA): è un acido grasso della serie degli omega 3 in grado di ridurre la perdita di peso e di massa muscolare. Questo acido grasso, inoltre, contribuisce al normale funzionamento del cuore, al mantenimento di una corretta pressione sanguigna e di normali valori di trigliceridi nel sangue.

DOVE SI TROVA?

All'interno di specifici integratori acquistabili in farmacia, ma anche in molti cibi di tutti i giorni quali:

Acido eicosapentaenoico EPA (mg/100 gr di prodotto)

Merluzzo	11
Sardina	660
Sogliola	72,5
Tonno	180

ATTENZIONE! L'EPA può abbassare la pressione sanguigna: fare attenzione nel caso in cui si sia in trattamento con farmaci antipertensivi; l'EPA potrebbe, inoltre, interferire con l'assunzione di anticoagulanti e antiaggreganti. In caso di dubbio è bene chiedere consiglio al proprio medico.



Carnitina: la carnitina sarebbe in grado di favorire una maggior produzione di energia attingendo dalle riserve di grasso dell'organismo generando meno affaticamento e più efficienza. Risulta, quindi, utile nel paziente oncologico per ridurre il sintomo *fatigue*, aumentare l'appetito e la massa magra.

DOVE SI TROVA?

All'interno di specifici integratori acquistabili in farmacia, ma anche in molti cibi di tutti i giorni quali:

Carnitina (mg/100 gr di prodotto)

Carne di pecora	210
Carne di agnello	80
Carne di manzo	60
Carne di maiale	32,5
Carne di pollo	7,5
Latte di vacca	3
Uova	0,8

ATTENZIONE! Non superare i 1000mg di carnitina al giorno: in caso di iperdosaggio gli effetti avversi che possono comparire sono nausea, vomito, diarrea e crampi addominali.



Omeopatia

È una pratica terapeutica (dal greco ὅμοιος, simile, e πάθος, sofferenza) il cui principio può essere spiegato in questo modo: “ogni sostanza farmacologica attiva capace di provocare, a dose ponderale nell’individuo sano, determinati sintomi,

può anche eliminare sintomi simili nell’individuo malato, a condizione di essere utilizzata a debole dose”.

I principi dell’omeopatia possono essere riassunti con tre termini: similitudine, globalità e infinitesimalità.

1. Il principio di “similitudine”: una persona affetta da una data patologia può essere curata per mezzo di una sostanza che induce nelle persone in buona salute sintomi simili a quelli della patologia in oggetto. La sostanza in questione può essere d’origine vegetale, minerale o animale.

2. Il principio di “globalità”: l’omeopata cerca di identificare la globalità dei sintomi presenti nel suo paziente e non solamente quelli propri della malattia.

3. Il principio di “infinitesimalità”: prima di essere somministrata al paziente, la sostanza è diluita seguendo un metodo preciso di diluzioni successive; dopo ogni fase di diluzione, il preparato è agitato molto vigorosamente a mano o in modo meccanico: sono le cosiddette “succussioni” o “dinamizzazioni”.

I medicinali omeopatici sono riconoscibili perché riportano sulla confezione esterna la seguente dicitura: “medicinale omeopatico”, seguito dalla frase “senza indicazioni terapeutiche approvate”. Ciò significa che nessuna valutazione dell’efficacia del prodotto è stata effettuata dall’autorità competente (AIFA). In ambito oncologico, l’omeopatia può essere utilizzata come supporto

ai protocolli convenzionali al fine di ridurne e alleviarne gli eventi avversi.

Tra i rimedi di maggiore interesse in ambito oncologico, riportiamo di seguito alcuni esempi:

Rimedi di derivazione vegetale

Ipeca: nausea e vomito.

Nux vomica: intossicazione da farmaci.

Arnica montana: congestione vascolare causata dalle ripetute somministrazioni di farmaci per via endovenosa.

Rimedi di derivazione minerale

Kalium carbonicum: stati di esaurimento, astenia e debilitazione.

Magnesium: stati di ansia, debilitazione, crampi muscolari.

Natrum muriaticum: malinconia e stati depressivi, secchezza delle mucose, disturbi dell’appetito.

Rimedi di derivazione animale

Lachesis mutus, apis mellifica: infiammazioni acute, riassorbimento di edemi.

LE INTERAZIONI

L’effetto terapeutico di un farmaco può avere risvolti differenti da quelli voluti, perché può interagire con un altro farmaco assunto (interazione farmaco-farmaco), ma anche con alimenti e/o bevande (interazione farmaco-alimento), integratori alimentari, prodotti fitoterapici e omeopatici. Le interazioni possono avere diversi esiti: si può assistere ad un potenziamento dell’azione del farmaco, che può portare ad un evento collaterale nocivo o ad una diminuzione della sua azione con possibile inefficacia terapeutica.

L’unico modo per prevenire questi inconvenienti è elen-

care in maniera accurata tutti i farmaci che si stanno assumendo, compresi i farmaci di libera vendita, al medico che sta effettuando una nuova prescrizione.

Prima di assumere qualsiasi sostanza, in ogni caso, è necessario richiedere esplicitamente il consiglio del medico e/o del farmacista.

L'assunzione contemporanea di più farmaci e/o integratori, fitoterapici ed omeopatici può richiedere:

- l'interruzione e l'eventuale sostituzione di uno o più farmaci o alimenti;
- l'aggiustamento della posologia di uno o più farmaci;
- nessuna modifica: si possono avere effetti indesiderati che talvolta non possono essere separati dal beneficio del farmaco e devono essere tollerati se non sono gravi.

Interazione Farmaco-Farmaco

Le interazioni farmaco-farmaco possono essere suddivise principalmente in 2 categorie: interazioni farmacocinetiche e interazioni farmacodinamiche.

Interazioni farmacocinetiche: con interazione farmacocinetica si intende un'interazione tra farmaci in cui il primo modifica l'assorbimento, la distribuzione, il metabolismo e/o l'escrezione del secondo.

Proprietà farmacocinetiche:

riguardano la descrizione del percorso del farmaco nell'organismo ovvero l'assorbimento, la distribuzione, il metabolismo e l'eliminazione.



Alterazioni dell'assorbimento: le alterazioni dell'assorbimento di un farmaco possono essere dovute a diversi fattori quali il pH gastrico, la presenza di sostanze complessanti il principio attivo e/o l'assunzione di farmaci che aumentino o riducano la motilità gastrointestinale.

✓ *Alterazioni del pH:* farmaci ad azione antiacida come l'omeprazolo, la ranitidina e simili possono ridurre l'assorbimento di farmaci che si solubilizzano a pH acido come il gefitinib, farmaco utilizzato per il carcinoma polmonare.

✓ *Formazione di complessi e assorbimento:* nel tubo digerente, alcuni antibiotici come ad esempio le tetracicline possono combinarsi con ioni metallici (per es. calcio, magnesio, alluminio, ferro) per formare complessi che riducono l'assorbimento del farmaco.

✓ *Alterazioni della motilità:* alcuni farmaci come la metoclopramide causano un incremento della motilità gastrointestinale, accelerando il transito dei farmaci lungo il canale digerente e provocandone una riduzione dell'assorbimento.

Modifiche del metabolismo: un farmaco può aumentare (induzione enzimatica) o ridurre (inibizione enzimatica) l'attività degli enzimi epatici coinvolti nel metabolismo di un altro farmaco prolungandone, intensificandone o riducendone l'azione a seconda dei casi. Questo tipo di interazione è quella maggiormente significativa da un punto di vista clinico. Un esempio è l'interazione tra tamoxifene e paroxetina: il tamoxifene, farmaco utilizzato per il carcinoma mammario, non deve essere assunto in contemporanea alla paroxetina in quanto questa, inibendone il metabolismo, può ridurne l'efficacia e portare a insuccesso terapeutico.

Interazioni farmacodinamiche: un'interazione farmacodinamica si verifica, invece, quando un farmaco altera l'effetto di un altro farmaco senza interferire con la sua farmacocinetica, ossia senza influenzarne il processo di assorbimento, distribuzione, metabolismo o escrezione.

I farmaci coinvolti nell'interazione possono avere effetti farmacologici opposti oppure additivi. Un esempio è l'interazione tra farmaci, quali ansiolitici, antipsicotici o alcuni antistaminici, che hanno tutti effetto sedativo sul sistema nervoso centrale:

questi, se assunti contemporaneamente, possono provocare una sedazione e una stanchezza eccessive, particolarmente evidenti nei pazienti anziani, con conseguente rischio di cadute e di traumi.

Proprietà farmacodinamiche: questi si riferiscono agli effetti clinici e fisiologici indotti dal farmaco.

COSA FARE

- ✓ Elencare sempre al medico prescrittore tutto ciò che si sta assumendo: per evitare di dimenticare qualcosa sarebbe utile presentarsi alla visita oncologica con un elenco scritto di tutti i farmaci, fitoterapici, integratori e omeopatici che si assumono. Utilizzi l'ultima pagina del seguente libricino a questo scopo!
- ✓ Evitare di assumere di propria iniziativa farmaci che non siano strettamente necessari (inclusi fitoterapici, omeopatici ed integratori), in particolare se si sta già seguendo una cura.
- ✓ Chiedere sempre al medico e/o al farmacista informazioni sulle possibili interazioni dei farmaci assunti e prenderne nota.
- ✓ Ricordare al farmacista quali altre terapie si stanno se-

guendo nel momento in cui si acquista un farmaco di libera vendita.

- ✓ Consultare il foglietto illustrativo alla voce "interazioni"; non prendere decisioni autonome, ma interpellare il medico o il farmacista. Spesso i termini riportati risultano troppo tecnici o le indicazioni difficili da interpretare o addirittura troppo allarmanti e il medico o il farmacista possono aiutare nella loro corretta interpretazione e comprensione.
- ✓ Se all'aggiunta di un nuovo farmaco alla terapia abituale si nota la comparsa di qualche disturbo insolito, riferirlo prontamente al medico che valuterà quali provvedimenti prendere.

Interazione Farmaco-Cibo

Un'interazione di questo tipo si verifica quando il cibo o parte dei suoi costituenti interferiscono con un principio attivo. Chi assume un medicinale dovrebbe,



quindi, seguire attentamente le avvertenze contenute nel foglietto illustrativo e le raccomandazioni del medico prescrittore e rivolgersi al medico e/o al farmacista per qualsiasi dubbio che riguardi le modalità di assunzione del farmaco e le possibili interazioni con cibi e bevande nel corso del trattamento. Il medico e/o il farmacista indicherà se il farmaco va assunto a stomaco vuoto (un'ora prima o due ore dopo i pasti) o a stomaco pieno, ed eventualmente specificherà la necessità di escludere temporaneamente dalla dieta particolari alimenti o bevande. Un regime alimentare adeguato consentirà di ridurre gli effetti collaterali associati all'interazione farmaco-alimento e di massimizzare l'efficacia della terapia. Alcuni farmaci agiscono più rapidamente (o lentamente), meglio (o peggio) se assunti a stomaco vuoto (o pieno).

COSA FARE

- ✓ In caso di assunzione di farmaci orali, ricordare di deglutire le compresse e capsule con almeno mezzo bicchiere di acqua per evitare effetti collaterali all'esofago e per facilitarne l'assorbimento. Di norma i farmaci sono meglio assorbiti se ingeriti con acqua; se possibile evitare di assumere i farmaci con latte, succhi di frutta o di verdure e bevande contenenti caffeina, che possono alterarne l'assorbimento.
- ✓ Mai assumere farmaci insieme a bevande alcoliche.
- ✓ Non mescolare il farmaco con cibi o svuotare il contenuto delle capsule (a meno che non vi siano indicazioni precise del medico): questa azione può cambiare le modalità con cui il farmaco agisce.
- ✓ Non mescolare il farmaco dentro bevande calde, poiché l'elevata temperatura può compromettere l'efficacia del medicinale.

Un esempio di interazione negativa farmaco-alimento: il succo di pompelmo ha la capacità di inibire il metabolismo epatico comportando un aumento della concentrazione plasmatica di alcuni farmaci. La severità dell'interazione dipende dall'individuo, dal farmaco e dalla quantità di succo bevuto. Leggere il foglietto illustrativo dei farmaci che si stanno assumendo per sapere se il succo di pompelmo può alterarne l'effetto.

Un esempio di interazione positiva farmaco-alimento: il palbociclib (farmaco utilizzato nel trattamento dei pazienti con carcinoma mammario metastatico) va assunto in concomitanza dei pasti per aumentarne l'assorbimento e ridurre la variabilità intersoggetto e intrasoggetto dell'esposizione.

FARMACOVIGILANZA

Tutti i farmaci presenti in commercio sono controllati dalla farmacovigilanza. Con farmacovigilanza si intende una serie di attività che hanno l'obiettivo di tenere sotto costante controllo e sorveglianza i medicinali già immessi in commercio, per tutelare in modo costante la salute e la sicurezza del cittadino. Proprio il cittadino è chiamato a essere parte attiva di questo importante controllo. Grazie a una direttiva dell'Unione Europea (2010/84/CE), anche i pazienti (e non solo gli operatori sanitari) possono segnalare effetti avversi provocati da farmaci.

Il cittadino assume, dunque, un ruolo attivo per la tutela della propria salute e di quella altrui. La segnalazione può riguardare disturbi propri, di un proprio familiare o di un conoscente, conseguenti all'assunzione di medicinali. È necessario ricordare che qualsiasi sospetta reazione avversa da farmaco (grave e non grave, nota e non nota) andrebbe segnalata: si chiede di segnalare una sospetta reazione avversa, ben sapendo che il sospetto non è certezza.

Come segnalare una sospetta reazione avversa?

1. Accedendo al sito www.vigifarmaco.it: entrando nel sito è possibile cliccare sul banner "invia una segnalazione di reazione avversa"; nella pagina che si aprirà cliccare "sono un cittadino" e compilare i diversi campi richiesti. La scheda di VigiFarmaco è costituita da cinque sezioni (paziente, reazione avversa, farmaci, dettagli aggiuntivi e anteprema); tutti i campi contrassegnati con l'asterisco (*) sono obbligatori. Per qualsiasi problema è possibile scrivere all'indirizzo info@vigifarmaco.it.

2. Accedendo al sito <http://www.agenziafarmaco.gov.it/content/come-segnalare-una-sospetta-reazione-avversa> è possibile compila-

lare la scheda cartacea o telematica "scheda di segnalazione per i cittadini". Le schede compilate vanno inviate via fax o mail ai responsabili di farmacovigilanza, reperibili sempre sul sito AIFA.

L'AIFA ha attivato anche un Servizio d'Informazione sul Farmaco denominato farmaci-line che comprende un numero verde 800 571661 ed una casella di posta (e-mail: farmaciline@aifa.gov.it) a cui tutti si possono rivolgere direttamente per porre quesiti sui farmaci a cui rispondono esperti del settore.

CONSIGLI COSMETICI PER IL PAZIENTE ONCOLOGICO

Attraverso l'utilizzo di prodotti specifici si possono prevenire, contenere e persino evitare i danni estetici che possono manifestarsi durante il percorso terapeutico: controllare la tossicità cutanea delle terapie oncologiche permette di portare a termine il programma farmacologico e radioterapico e di mantenere una buona qualità di vita.

La pelle (con peli, capelli e unghie) risente immancabilmente degli effetti collaterali delle terapie ricevute.

Di quali effetti stiamo parlando?

Alterazioni della pelle e degli annessi in corso di chemioterapia

Le alterazioni della pelle durante un trattamento chemioterapico possono essere molteplici.

Tra queste l'alopecia, cioè la perdita parziale o totale dei



capelli, è la forma più nota. La perdita dei capelli è legata all'attività dei chemioterapici, che agiscono sulle cellule in via di proliferazione: le cellule del bulbo pilifero sono in perenne ricambio e vengono, quindi, danneggiate da questi farmaci. Molti fattori possono influenzare l'alopecia e la sua gravità: oltre al tipo di farmaco concorrono la dose, la modalità di somministrazione, il numero e la frequenza dei cicli, la combinazione dei farmaci utilizzati e le caratteristiche del singolo individuo.

COSA FARE

- ✓ Utilizzare federe di raso, shampoo delicati e spazzole morbide per ridurre al minimo la perdita dei capelli.
- ✓ Lavare i capelli il giorno prima della sessione e non lavarli per i 3-8 giorni successivi.
- ✓ Evitare, se possibile, l'uso dell'asciugacapelli, di piastre e/o bigodini.
- ✓ In caso di alopecia continuare a lavare la testa con uno shampoo dolce ed idratare con una crema o un olio per evitare pruriti.
- ✓ Massaggiare il cuoio capelluto con olio di mandorle dolci, di argan o di germe di grano per stimolare la circolazione sanguigna.

Così come per i capelli, alcuni chemioterapici possono ugualmente colpire le unghie che potrebbero risultare fragili, molli e spezzarsi; il contorno potrebbe seccarsi e le cuticole danneggiarsi. L'effetto è reversibile e alla fine del trattamento le unghie torneranno al loro aspetto naturale.

COSA FARE

- ✓ Tagliare le unghie corte per evitare che si spezzino, non tagliare le cuticole.
- ✓ Indossare i guanti per le faccende domestiche ed evi-

tare l'uso di acqua calda.

✓ Massaggiare con un olio o una crema idratante unghie e cuticole per evitare che si seccino.

✓ Utilizzare lo smalto: usare smalti fortificanti al silicio o al calcio, senza formaldeide, colofonia e con dei filtri anti-UV; rimuovere lo smalto (solo quando strettamente necessario) con solventi senza acetone.



Allo stesso modo, anche la cute può essere danneggiata dal trattamento chemioterapico. Una particolare forma di tossicità cutanea è la **sindrome mano-piede** o **eritrodisestesia** palmo-plantare (*hand-foot syndrome*) che si manifesta con gonfiore (edema) delle dita, cute traslucida ed eritematosa, desquamazione e, nelle forme più gravi, formazione di vescicole e fessurazioni della cute delle mani e dei piedi. È legata, in genere, alla somministrazione di fluorouracile, capecitabina e doxorubicina, ma può essere provocata anche da altri trattamenti chemioterapici.

COSA FARE

✓ Evitare di utilizzare acqua calda e detergenti aggressivi, fare la doccia con acqua tiepida utilizzando detergenti oleosi.

✓ Applicare (senza sfregare) una crema emolliente 2-3 volte al giorno, sia sul palmo delle mani che dei piedi concentrandosi particolarmente sulle pieghe della pelle.

✓ Immergere mani e piedi in una bacinella di acqua fredda per 15-20 minuti.

✓ Evitare di utilizzare calzini, scarpe e guanti troppo stretti.

✓ Parlare con il proprio medico della possibilità di integrare nella dieta la vitamina B6.

✓ Quando il danno cutaneo è particolarmente presente, discutere con il proprio medico la possibilità di utilizzare una crema a base di urea.

Anche le terapie biologiche quali cetuximab, panitumumab ed erlotinib si caratterizzano per effetti collaterali prevalentemente a livello cutaneo. La manifestazione più frequente è un'eruzione di tipo acneiforme, soprattutto al volto e al tronco, che compare nella maggior parte dei casi entro 2-3 settimane dall'inizio della terapia. La sua espressione è estremamente variabile: spesso si attenua dopo i primi 2 mesi di trattamento, altre volte, invece, può continuare ad aggravarsi nel corso dello stesso, sino a rendere necessaria la sospensione della terapia o la riduzione della sua dose. In ogni caso l'eruzione si risolve, in genere, senza lasciare tracce, dopo il completamento del trattamento. Più tardive, ma altrettanto rappresentative, sono altre reazioni cutanee, quali il prurito, la xerosi (secchezza della cute), lo sviluppo di fessurazioni e di alterazioni a carico della regione periungueale.

COSA FARE

✓ Non usare saponi o detergenti sintetici che sottraggono la parte lipidica della cute, ma utilizzare preparati oleosi.

✓ Idratare costantemente la pelle, più volte al giorno.

✓ Per l'igiene usare acqua tiepida o emulsioni con basi lavanti ricche di lipidi.

✓ Per ritardare l'esfoliazione della cute è consigliabile non usare profumi, alcol e altri irritanti liquidi.

✓ Non usare indumenti di tessuto sintetico o elastici che possano irritare o esercitare uno strofinio continuo sulla parte interessata.

Alterazioni da radioterapia

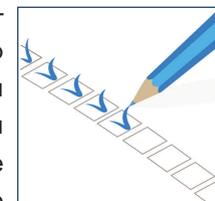
Gli effetti delle radiazioni ionizzanti sulla cute dipendono dal volume irradiato e dalla regione trattata. Questi si manifestano solo a livello delle zone trattate, essendo la radioterapia un trattamento locale. Le manifestazioni più frequenti sono dermatiti, rossori, irritazioni, dolori e vesciche, ma si può avere anche una forte secchezza delle zone trattate che, alla fine del trattamento, potrebbero avere un colore più scuro. In genere, il danno da radioterapia non si manifesta subito, ma compare a partire dalla seconda metà del trattamento, per poi regredire poco dopo la fine. È importante iniziare a proteggere la cute sin da prima dell'inizio del trattamento.

COSA FARE

- ✓ Utilizzare quotidianamente almeno una settimana prima dell'inizio della radioterapia una crema a base di calendula o di urea, ma non applicare nessun tipo di crema sulla zona da trattare nelle 24 ore prima della sessione.
- ✓ In caso di irradiazione del cuoio capelluto, detergere la cute con un detergente delicato a pH isodermico.
- ✓ Non usare prodotti oleosi, evitare profumi e/o deodoranti a base alcolica.
- ✓ In caso di comparsa di eritema utilizzare creme idrattanti, emollienti, lenitive (olio di germe di grano o preparazioni con vitamina E); evitare l'impiego di creme contenenti metalli come argento e zinco.
- ✓ Evitare qualsiasi sfregamento ed irritazione della zona trattata: indossare abiti ed intimo elastici in cotone che non stringono ed evitare i materiali sintetici.

RICORDI CHE

I danni alla pelle, dovuti alla chemioterapia o radioterapia, non possono essere evitati, ma un intervento prima e durante il trattamento può aiutare a contenerne tali effetti. La prevenzione e il trattamento prevedono le stesse modalità, ma non bisogna attendere che i sintomi si manifestino per agire.



RIASSUMENDO

Detersione: è importante utilizzare detergenti non aggressivi, per salvaguardare la naturale barriera cutanea; niente saponi, ma detergenti per affinità, come latti senza tensioattivi e olii detergenti.

Idratazione e nutrimento: rinforza la barriera lipidica e migliora le difese della pelle da secchezza e desquamazioni.

Trattamento della pelle arrossata: l'utilizzo di un prodotto specifico con attivi naturali ad azione disarrossante aiuta anche le pelli più sensibili a controllare pruriti e rossori.

Fotoprotezione: durante tutto il percorso di terapia, la pelle, priva delle barriere difensive che l'aiutano a difendersi dai raggi UVA e UVB, è a rischio di scottature, arrossamenti, macchie scure. L'esposizione al sole va evitata il più possibile e le zone esposte vanno protette utilizzando sempre fattori di protezioni molto alti (50+) con filtri fotostabili, non assorbibili dalla pelle e certificati. È altamente raccomandato un controllo accurato della qualità dei filtri contenuti, leggendo le etichette dei prodotti solari acquistati.

REGOLE GENERALI PER IL CORRETTO USO DEI FARMACI

- I farmaci vanno usati su indicazione medica e soltanto quando strettamente necessari.
- I farmaci non vanno utilizzati come correttivi di stili di vita errati (possono produrre effetti parziali e determinare più danni che vantaggi).
- Usare i farmaci in maniera diversa da quanto indicato o quando non necessario è nocivo per la salute.

10 SUGGERIMENTI

- 1** Assumo i farmaci solo su indicazione del medico.
- 2** Voglio essere informato e consapevole della cura che sto facendo.
- 3** Parlo apertamente con il medico.
- 4** Informo il medico se sono allergico a qualche farmaco.
- 5** Riferisco al medico i disturbi apparsi durante la terapia.
- 6** Rispetto le indicazioni fornite dal medico "Farmaco giusto, al paziente giusto, nella dose giusta, nel momento giusto".
- 7** Presto attenzione se devo assumere più farmaci.
- 8** Non sostituisco i farmaci e non modifico la cura prescritta di mia iniziativa.
- 9** Conservo i farmaci in modo sicuro, come indicato dal medico e/o dal farmacista e/o infermiere.
- 10** Se assisto qualcuno e ho un dubbio, non esito a chiedere.



METODI PER SEGUIRE E ADERIRE AL TRATTAMENTO PRESCRITTO

- Informare il medico di tutte le terapie che si stanno assumendo, compresi farmaci di libera vendita e integratori.
- Assicurarsi di aver compreso in maniera corretta la modalità e le tempistiche di assunzione del farmaco, anche ripetendole al medico e/o al farmacista e/o infermiere.
- Assumere il farmaco secondo la via di somministrazione e con le modalità indicate dal medico e/o dal farmacista (intervallo tra una somministrazione e l'altra, orario di somministrazione, vicinanza della somministrazione con i pasti).
- In caso di mancata assunzione riferire al medico.
- Non interrompere la terapia senza indicazione del medico.
- Seguire la terapia prescritta significa aderire al trattamento *in toto*: è importante non dimenticarsi di assumere non solo la terapia oncologica, ma anche tutti i farmaci a supporto (es: antiemetico).
- Riportare al medico l'eventuale comparsa di qualsiasi effetto collaterale, riportato sul foglietto illustrativo del farmaco o non ancora noto.
- Chiedere al medico, al farmacista e all'infermiere, in caso di qualsiasi tipo di dubbio.

Come posso ricordarmi di assumere correttamente i farmaci?

3 METODI

I METODO

Scriva sulla confezione:

- ✗ COME prendere il farmaco.
- ✗ CHE effetto ha (a cosa serve).
- ✗ QUANDO si prende.
- ✗ FINO A QUANDO deve essere assunto.

II METODO

Scriva sull'agenda informazioni per ogni farmaco, così che possano essere mostrate al medico durante la prossima visita:

- ✗ Il MEDICO che ha fatto la prescrizione.
- ✗ Il NOME del farmaco.
- ✗ INTERVALLI tra ogni somministrazione.
- ✗ COME prendere il farmaco.
- ✗ QUANDO terminare.

III METODO



Utilizzi due tabelle: una per pianificare la sua terapia settimanale e una per pianificare la terapia giornaliera.

Indicare eventuali variazioni decise dal medico.

- ✗ Tutti i farmaci che deve assumere.
- ✗ A che ora deve assumere i farmaci.

Qualche truccetto per non dimenticare di assumere un farmaco

✍ Imposti una sveglia con una suoneria particolare.

✍ Incolli un post-it con scritti i farmaci da assumere sullo specchio del bagno.

✍ Chieda ad un amico o ad un parente di verificare l'assunzione del farmaco.

✍ Scarichi un'app sul suo smartphone: sono disponibili svariate applicazioni proprio per questo specifico scopo.

✍ Crei un rituale d'assunzione: assumi la terapia sempre nello stesso ordine della giornata, associandola a qualche momento quotidiano (es: appena alzato dal letto, dopo aver lavato i denti, ecc.).

✍ Chieda sempre al suo farmacista se sono stati implementati altri sistemi per supportarla nella corretta somministrazione della terapia.



La mia terapia

MEDICO	FARMACO	ORE	QUANTITÀ

La mia terapia

MEDICO	FARMACO	ORE	QUANTITÀ



FINITO DI STAMPARE
NEL DICEMBRE 2018
PRESSO EVERPRINT
CARUGATE (MI)