



SKUTKI UBOCZNE LECZENIA – CHEMOBRAIN

Artykuł przygotowany na zlecenie Stowarzyszenia "Przebiśnięg" przez ekspertów MENTAL HEALTH CENTER

Mówimy, że leczenie onkologiczne jest leczeniem wielodyscyplinarnym – uczestniczą w nim specjaliści z różnych dziedzin medycyny: chirurdzy, onkolodzy kliniczni, radioterapeuci oraz wielomodalnym – pacjenci poddawani są oddziaływaniu różnych metod leczniczych: farmakoterapii, chemioterapii, radioterapii czy hormonoterapii. Takie różnorodne formy oddziaływania na chorobę zwiększają skuteczność leczenia, jednak nie są też obojętne dla organizmu.

Chemobrain, nazywane inaczej chemofog, czyli „przymgleniem umysłu” należy do stosunkowo częstych objawów ubocznych towarzyszących leczeniu onkologicznemu, dotyka nawet do 75% pacjentów. Chemobrain jest zespołem łagodnych zaburzeń poznawczych. Objawia się:

- **kłopotami z pamięcią krótkotrwałą** (np. zapamiętywanie rozmowy, czy tego, co właśnie się przeczytało, może też zdarzyć się, że osoba zapomni o spotkaniu, czy wysłaniu nawet ważnego maila)
- **trudnościami z koncentracją i uwagą** (kłopotem może być znalezienie właściwego słowa, uczenie się nowych umiejętności czy wykonanie bardziej złożonych zadań)
- **dłuższym niż zwykle wykonywaniem codziennych zadań**
- **epizodami dezorientacji** (po co ja tu przyszedłem? Co ja miałam teraz robić?)
- **męczliwością** – czynności, które dotąd nie były problemem, mogą osobę kosztować więcej wysiłku

Wiemy już, że objawy te nie są związane jedynie ze skutkami chemioterapii, gdyż chemobrain występuje także u pacjentów, którzy jej nie przechodzili. Z tego powodu, używa się również określenia cancer-related cognitive dysfunction (CRSD, zaburzenia poznawcze związane z nowotworem). W języku polskim zazwyczaj używa się angielskiej nazwy chemobrain, rzadziej mózg po chemii.

PRZYCZYNY

Nie znamy do końca przyczyn tego zjawiska. Ma ono najpewniej związek z oddziaływaniem różnych modalności leczenia przeciwnowotworowego na organizm, w tym na układ nerwowy.

- Cytostatyki, leki podawane w trakcie chemioterapii, nie przekraczają zazwyczaj bariery krew-mózg, jednak potencjalnie mogą uszkadzać neurony i powodować spadek aktywności neurotransmiterów.
- Ponadto w trakcie chemioterapii dochodzi do deregulacji poziomu pewnych białek, które nazywamy cytokinami. Ich poziom koreluje negatywnie z funkcjonowaniem poznawczym – im wyższy poziom cytokin, tym większe problemy z uwagą, koncentracją czy pamięcią. Do cytokin należy między innymi TNF- α , którego poziom jest podwyższany przez doksorubicynę, często stosowany cytostatyk w leczeniu raka piersi. -->



Stowarzyszenie
Przebiśnięg

- TNF- α przenika do mózgu, między innymi do hipokampu, który odpowiada za pamięć oraz do kory mózgowej, biorącej udział
- w złożonych procesach myślowych, i doprowadza do pogorszenia funkcjonowania poznawczego.
- Napromienianie, szczególnie okolic głowy wiązką promieni jonizujących też wpływa na komórki nerwowe. Znieczulenie ogólne podczas zabiegów chirurgicznych, leki przeciwbólowe, przeciwwymiotne, także oddziałują na układ nerwowy.
- Nie można także pomijać roli stanu psychicznego osoby, gdyż przewlekły stres, lęk i napięcie nerwowe dodatkowo upośledzają funkcjonowanie pamięci i koncentracji.

JAK RADZIĆ SOBIE ZE SKUTKAMI CHEMOBRAIN?

Znaczną skutecznością wykazują się różnego rodzaju **treningi funkcji poznawczych** (RechaCom, amerykański MAAT), pomocna bywa **farmakoterapia** (donepezil, memantyna, modafinil), **suplementacja witaminy E**, **zażywanie preparatów z ginko biloba**. Wskazane są także **różnego rodzaju techniki zmniejszające stres** (mindfullnes, relaksacja, ćwiczenia oddechowe).

Objawy chemobrain wyciszają się stopniowo po zakończeniu leczenia, jednak u niewielkiej części pacjentów potrafią utrzymywać się nawet kilka lat po skończonej terapii.



Stowarzyszenie
Przebiśnięg

