

STRATEGIE PER AUMENTARE LA MTD

Trapianto autologo di cellule staminali

Trasfusione (di sangue completo o di piastrine)

Utilizzo di fattori di crescita quali:

G-CSF
(FILGRASTIM)

GM-CSF
(MOLGRAMOSTIM)

Eritropoietina
(EPOIETINA)

MUCOSA DEL TRATTO GASTRO-INTESTINALE



DIARREA



DETERIORAMENTO
DELLE
CONDIZIONI GENERALI



ULCERAZIONI



EMORRAGIE

CUTE E BULBI PILIFERI

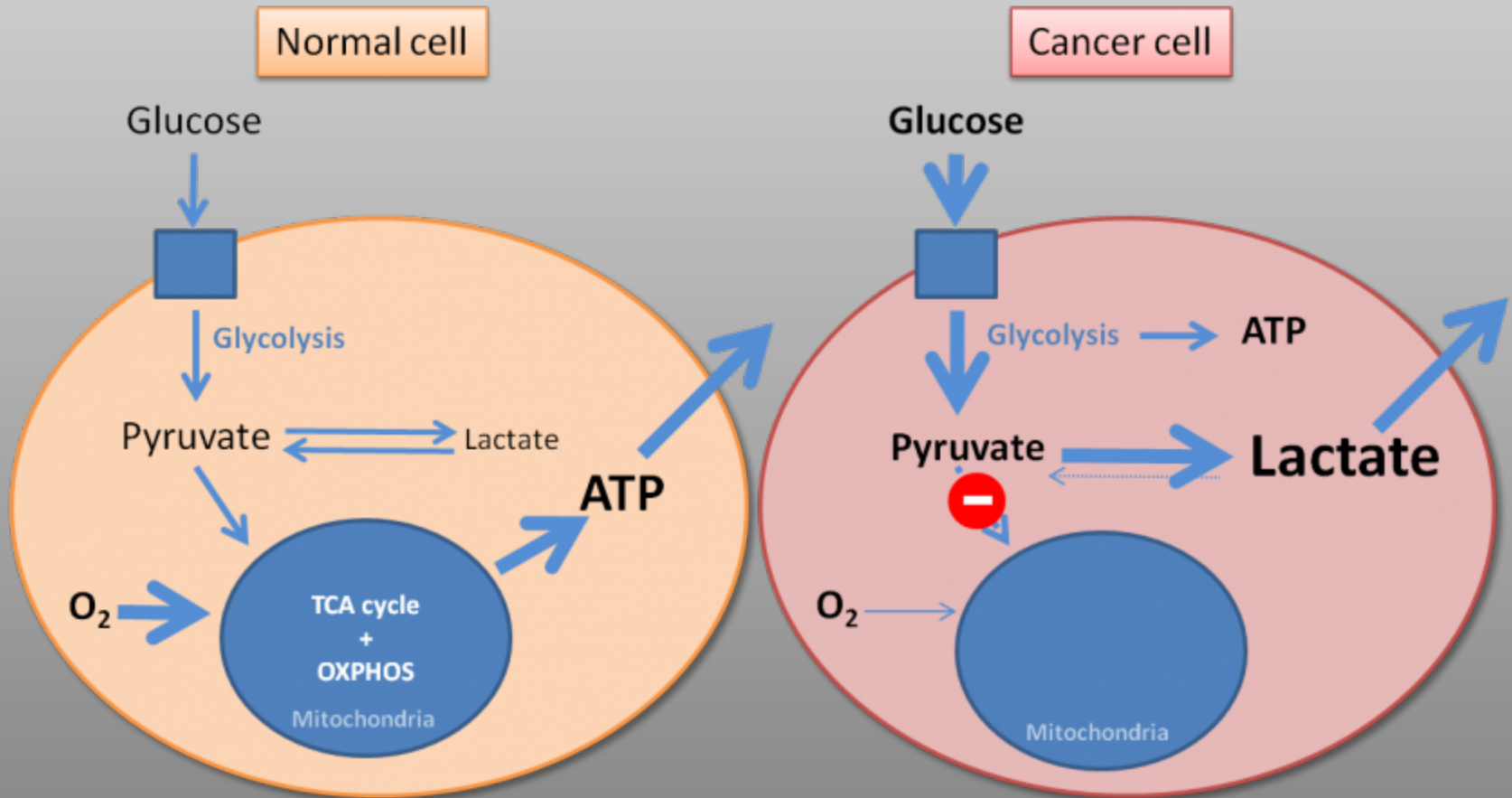


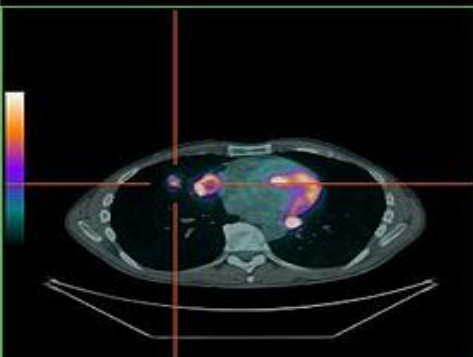
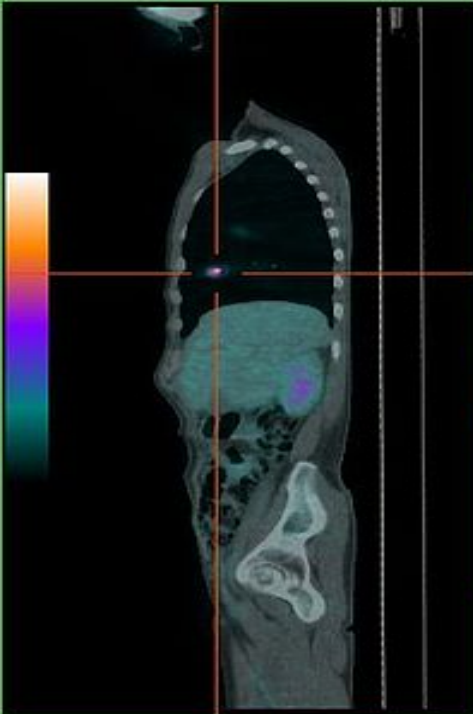
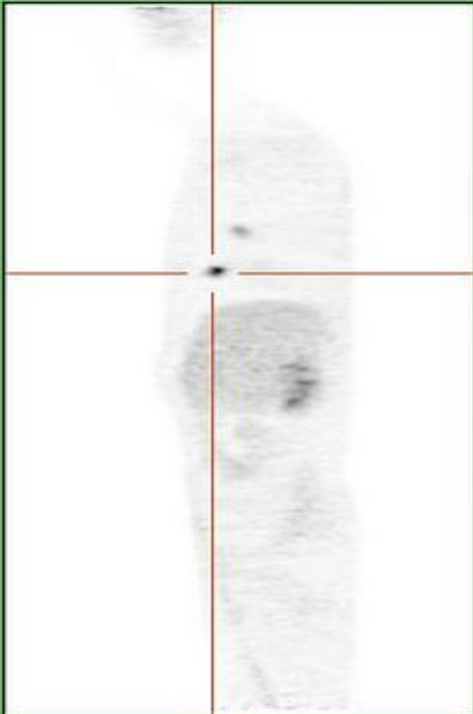
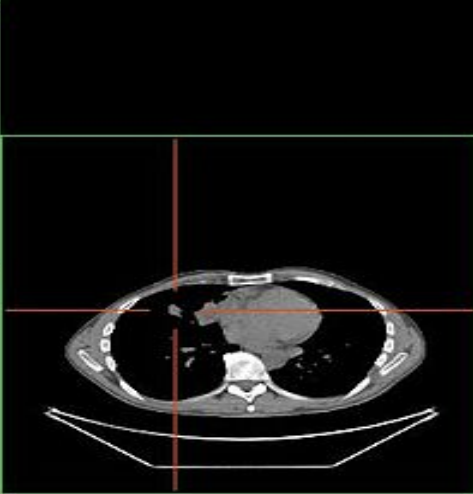
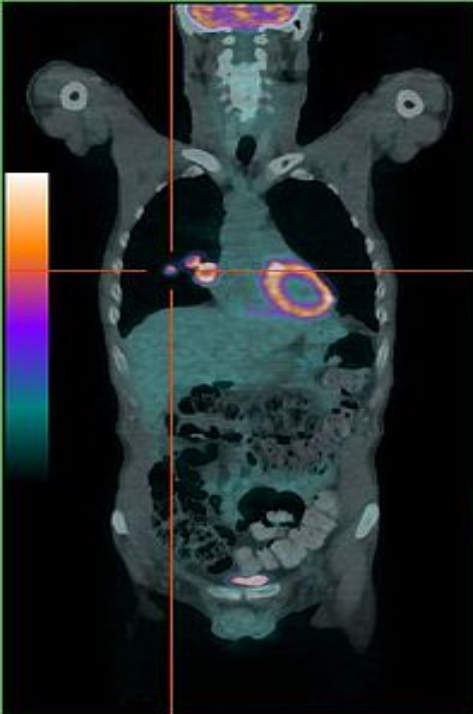
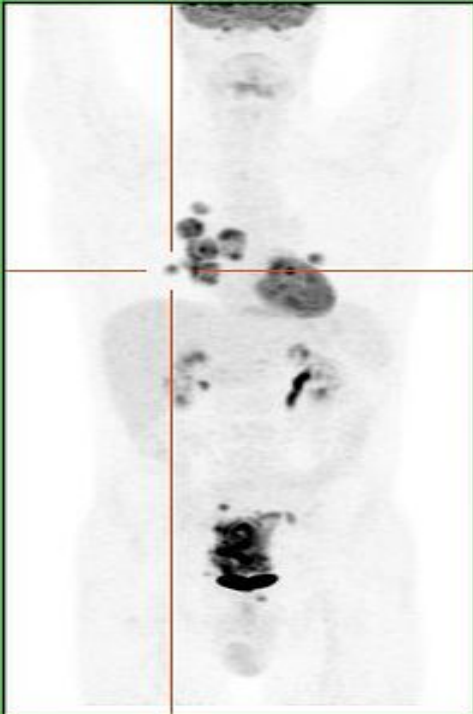
ALOPECIA

RUOLO DEL BIOLOGO NUTRIZIONISTA

- ✓ **PREVENIRE E TRATTARE LA MALNUTRIZIONE**
- ✓ **PREVENIRE E TRATTARE IL DANNO ALLE MUCOSE**
- ✓ **PREVENIRE E TRATTARE LA PIASTRINOPENIA, LA LEUCOPENIA, L' ANEMIA**
- ✓ **GESTIRE I DISTURBI GASTROINTESTINALI**
- ✓ **POTENZIARE L' EFFETTO DELLA CHEMIOTERAPIA**

Effetto Warburg





Durante la CHEMIOTERAPIA

Protocollo Stop – Eat – Stop

- **Il giorno prima: Digiuno terapeutico**
- **Giorno del trattamento: abbondante
assunzione di zuccheri**
- **Il giorno dopo: Digiuno terapeutico**

Digiuno Terapeutico

Alimenti Concessi:

- Estratto di verdure e frutta: es. 10 carote – 300 g di frutta – 1 limone
(1 L – 1 L e 1/2)
- Passati di verdure (senza legumi e patate) con due – tre cucchiaini di olio EVO (miscelato al 30 – 40 % con olio di semi di lino)
- Acqua, tisane

Giorno di chemioterapia

Alimenti ad altissimo indice glicemico:

- Succo di **PERA industriale**, coca cola, redbull
Altri succhi di frutta, latte vaccino
- Pasta/riso raffinati, gelato alla frutta, dolci secchi, cioccolato al latte
- evitare in ogni caso cibi troppo complessi da digerire (pizza, dolci elaborati etc.)

RICORDATEVI

**Il trattamento non si applica con i farmaci
“biologici”**

- **Il trattamento non si applica in chemioterapia orale giornaliera o settimanale**
- **il trattamento non si applica nella malnutrizione grave (indice Karnofsky < 40)**
- **Il trattamento non si applica quando il BUON SENSO vi dice di non farlo**

RICORDATEVI

Il giorno/i di chemioterapia

- il paziente mangia quello che si sente (dipende da vomito/nausea)
- Tutti gli integratori/nutraceutici vanno **SOSPESI** (in particolare gli antiossidanti)
- niente frutta, verdura, estratti, pizza, legumi, latticini

Paziente CHEMIOTERAPICO follow up

- Dieta bilanciata normocalorica o lievemente **ipocalorica** (bassi volumi)

Continuare Terapia domiciliare in atto
Bere 1,5 litri di acqua al giorno

In caso di NAUSEA

Plasil 1 compressa al bisogno

In alternativa

Zofran 8 mg 1 compressa per 2-3 giorni dopo la chemioterapia o al bisogno

In alternativa

Setofilm 1 film sulla lingua per 2-3 giorni

In caso di VOMITO

PLASIL 1 fiala intramuscolo al bisogno

In alternativa

ZOFRAN 8 mg 1 fiala intramuscolo al bisogno

In alternativa

LEVOBREN 1 fiala intramuscolo al bisogno

In caso di STOMATITE:

- **TRIASPORIN sosp orale** : un misurino al mattino, un misurino alla sera per 7 giorni, fare sciacqui poi deglutire il composto
- In alternativa
- MYCOSTATIN sosp. orale**: un misurino al mattino, un misurino alla sera per 7 giorni, fare sciacqui poi deglutire il composto

In caso di DIARREA:

Lopemid cp 2 cp dopo la prima scarica diarroica, 1 cp le successive massimo 6 al di
Candirex 1 bustina al giorno

In caso di STIPSI:

Laevolac 1 cucchiaino x 3 volte al di x 5 gg

Olio di vasellina 1 cucchiaino due volte al giorno

In caso di refrattarieta' **CLISTERE EVACUATIVO**

1. La preparazione dell' organismo, in particolare dell' intestino, prima dell' inizio delle terapie.
2. La dieta durante i cicli di terapia e in generale fino alla guarigione delle mucositi.
3. La dieta fra i cicli di terapia e dopo la terapia, da un lato per assicurare un sufficiente apporto nutrizionale nel paziente, dall' altro per prevenire l' aumento (o diminuzione) di peso che frequentemente accompagna la chemioterapia adiuvante.

- **colazione:** yogurt greco bianco intero, kefir d'acqua o di latte, latte di mandorla, di riso o di avena (per abituarsi al gusto è consigliabile mescolarlo con il muesli o con i fiocchi di cereali), un cucchiaino di semi (sesamo, zucca, girasole, canapa), miele, frutta fresca, fette biscottate.
- **pranzo:** si può iniziare con una zuppa di miso, o con un'insalata, che può essere ogni giorno diversa, e far seguire un riso integrale con le verdure, o pseudocereali come grano saraceno e quinoa;
- **cena:** - cena: un piatto di cereali (grano integrale, farro, miglio, orzo) e legumi integrali (fagioli, piselli, lenticchie, ceci, azuki*) oppure pesce. Più raramente mangiare uova o carne (preferibilmente bianca di origine controllata).
- Meglio non mangiare la frutta a fine pasto (che può fermentare e rallentare la digestione), è invece consigliabile mangiarne fra i pasti o prima dei pasti.

**Cruditè di verdure come prima
portata:**

**Evitare la LEUCOCITOSI
DIGESTIVA**

Da evitare

- **le irritazioni meccaniche** (fibre di cereali indurite dalla cottura al forno, ad esempio pane integrale e pizza, e, in generale, alimenti molto grezzi)
- **le proteine animali** (carne in particolare rossa e conservata), la cui putrefazione produce sostanze irritanti, in particolare idrogeno solforato, molto tossico per la mucosa intestinale. I prodotti animali, inoltre, possono favorire i processi infiammatori (vista la ricchezza in acido arachidonico)
- **il latte e derivati** (in particolare nei processi infiammatori intestinali, enteriti da raggi e da chemioterapici) perché il danno all'intestino tenue può compromettere la capacità di digerire il lattosio, con conseguenti diarree
- **evitare lo zucchero e le farine molto raffinate** o altri amidi ad alto indice glicemico (es. patate e mais); evitare comunque qualsiasi dolce di pasticceria preferendo dolci al cucchiaino su ricette macrobiotiche.

Diarrea con sangue – stipsi grave

Crema di riso integrale, può essere insaporita con verdure, tipo purea di zucca o di carota o di lenticchie rosse, oppure essere utilizzata come base per un dessert, mescolata con frutta cotta, o semplicemente condita con un po' di miso, brodo mettendo 1 cm. di alga wakame.

Zuppa di miso, molto indicata per risanare il tubo digerente dai danni da chemioterapia e radioterapia, ed è facile da preparare; se l'intestino è infiammato è utile fare il brodo utilizzando anche un centimetro di alga Wakame, che contiene mucillagini lenitive; diventa inoltre una fonte importante di enzimi che stimolano la digestione di proteine, grassi e carboidrati. Il miso arricchisce inoltre la flora batterica intestinale di lattobacilli, migliorando in tal modo l'assimilazione dei cibi e potenziando le difese contro le malattie intestinali.

Kuzu: ha la proprietà di irrobustire le pareti dell'intestino. Può essere associato kuzu con la crema di riso.

Nausea – Vomito

Thè Bancha, un tè verde a bassissimo contenuto di teina con un'azione depurativa.

Tisana allo zenzero preparata con: due o tre pezzi di radice di zenzero (o polvere) due foglie di alloro, due bustine di camomilla, una premuta di limone

Acqua vegetale

- 1000 ml di acqua
- 1 limone non trattato sia succo che buccia
- la punta di un cucchiaino da caffè di curcuma in polvere e di cannella
- un pezzo di zenzero fresco di circa 5 cm
- 1 cetriolo
- 10 foglie di menta
- La frutta e gli ortaggi vanno tagliati a fette in maniera tale che l'acqua si aromatizzi meglio.
- L'acqua vegetale ha bisogno di almeno dodici ore di infusione in acqua calda. Prepararla la sera precedente farla raffreddare a temperatura ambiente e tenerla in frigo tutta la notte. Il giorno dopo filtrare bene e versare in una caraffa o un bicchiere ermetico.
- Bere nel corso della giornata.



L'INCREDIBILE ILLUSIONE: SANI IN UN MONDO MALATO

