

ATTENZIONE

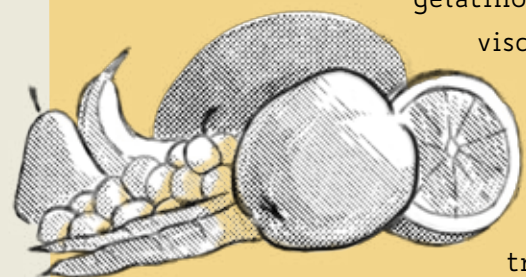
Tenere nota del numero di scariche avute nelle 24 ore.

Contattare il medico se:

- compare febbre uguale o maggiore a 38°C;
- si va in bagno 4 volte o più rispetto a quanto si va normalmente in un giorno;
- la diarrea peggiora o continua da più di 1 o 2 giorni;
- compare sangue nelle feci;
- compare forte dolore all'addome (mal di pancia);
- compaiono: debolezza, stato confusionale, vertigini, sete eccessiva o urine scure.

Fibre solubili

Componenti vegetali che si sciolgono in acqua formando una massa gelatinosa che è particolarmente viscosa. Questa comporta un rallentamento dello svuotamento intestinale (in altre parole, rallenta il transito delle feci).



Fibre insolubili

Componenti vegetali che non si sciolgono in acqua. Sono usate per facilitare il transito intestinale. Le fibre insolubili hanno la capacità di inglobare una notevole quantità di acqua. Proprio grazie a questa caratteristica, aumentano il volume ed il peso delle feci e, conseguentemente, accelerano la motilità intestinale accorciando il tempo di transito del materiale fecale. Tali funzioni rendono le fibre insolubili in grado di correggere la stipsi.



CONTATTI



Servizio di Vigilanza sui Farmaci

Tel: 0434 659798

e-mail: farmacovigilanza@cro.it



Biblioteca Pazienti

Tel: 0434 659467

e-mail: people@cro.it

**Gastroenterologia
Oncologica Sperimentale**

Tel: 0434 659275/0434 659363

e-mail: gastroed@cro.it

Servizio Nutrizionale

Tel: 0434 659290

e-mail: arti@cro.it

Materiale elaborato con supporto medico specialistico dell'Istituto e fonti di letteratura indipendenti (eviQ, Cancer Institute NSW, American Cancer Society, Memorial Sloan Kettering Cancer Center).

Gli autori dichiarano di non avere conflitti di interesse per questa pubblicazione.

Le informazioni riportate non sostituiscono il parere del medico.

Realizzato grazie al 5x1000 donato al CRO di Aviano e al progetto di Ricerca Finalizzata: *Changing the future: can we effectively improve Patient Education and its effectiveness in cancer care?* [RF-2016-02364211]



Solo il testo di questa pubblicazione (immagini escluse) è distribuito con Licenza Creative Commons Attribuzione Non commerciale - Non opere derivate 4.0 Internazionale.

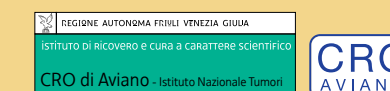
**Responsabile scientifico
collana CROinforma**
Silvia Franceschi, *direttore scientifico*

Autori del testo
Elisabetta Caccin,
biotecnologa farmaceutica
Sabrina Orzetti, *farmacista*

Tutti afferenti al CRO di Aviano

Comprensibilità e stile comunicativo valutati da pazienti e cittadini
A.C.

La font bianconero® è disegnata da Umberto Mischi per bianconero edizioni, rispettando accorgimenti visivi che facilitano la lettura di tutti, in particolare dei lettori dislessici.



Centro di Riferimento Oncologico di Aviano (CRO) IRCCS
Via Franco Gallini, 2 - 33081 Aviano (Pn)
www.cro.it

Maggio 2022, 1ª edizione, ristampa

Indicazioni in caso di diarrea durante i trattamenti antitumorali

Diarrea



Grafica e impaginazione: Riccardo Bianchet

CROinforma



CHE COS'È

La diarrea è una condizione caratterizzata dall'emissione di feci liquide o semiliquide più volte nella giornata e, comunque, con frequenza maggiore rispetto a quella abituale. Alcuni trattamenti con farmaci antitumorali, la radioterapia o la chirurgia possono causare la diarrea.

PERCHÉ NON É DA SOTTOVALUTARE

La diarrea provoca disidratazione, ovvero una perdita di liquidi e una diminuzione dei livelli di sali minerali dal corpo.

COSA FARE

- Utilizzare **soluzioni reidratanti**:
 - si può preparare la quantità giornaliera da bere con:
 - 1 litro di acqua,
 - ½ (mezzo) cucchiaino di sale,
 - ½ (mezzo) cucchiaino di bicarbonato,
 - 2 cucchiaini di zucchero,
 - 2 arance o 2 limoni spremuti;
 - si possono acquistare in farmacia chiedendo consiglio al farmacista.
- Preferire alimenti facilmente digeribili e con **fibre solubili** che aiutano a solidificare le feci. Tra questi, ad esempio, riso bianco, orzo perlato, pane bianco, patate lesse senza buccia, carne bianca

- senza pelle, pesce, frutta senza buccia come mele, pere, albicocche, pesche e banane. Evitare, invece, le **fibre insolubili**, specificate nella sezione: "Cosa evitare".
- Preferire pasti piccoli e frequenti.
- Preferire ricette semplici e cotture leggere: bollitura, cottura al vapore e cottura alla piastra.
- Valutare con il medico l'utilizzo di **probiotici** (detti comunemente fermenti lattici), per aiutare a ripristinare la flora intestinale alterata. Se si hanno **cateteri venosi** come il PORT o il PICC ecc., evitare i probiotici che contengono *Saccharomyces boulardii*.
- Lavare frequentemente le mani e accuratamente frutta e verdura.
- Mantenere un'accurata igiene intima. Dopo ogni scarica eseguire un'igiene intima con acqua tiepida e sapone delicato e asciugare tamponando, senza strofinare.
- Applicare una crema con vitamina A e D o una crema con ossido di zinco nella zona **perianale** dopo che si è effettuata l'igiene della parte intima. Queste applicazioni aiutano a prevenire e trattare lesioni e arrossamenti.

COSA EVITARE

- Evitare bevande con caffeina e alcol.
- Evitare bevande gassate e molto zuccherate (ad esempio coca-cola, aranciata).
- Evitare cibi salati (ad esempio brodo saporito, arachidi salate, salumi...).

- Evitare cibi elaborati o industriali (ad esempio dolciumi, prodotti confezionati).
- Evitare prodotti contenenti **sorbitolo** (ad esempio caramelle o chewing gum).
- Evitare cibi grassi e alimenti fritti.
- Evitare fibre insolubili, ad esempio farine e cereali integrali, alimenti multi-cereale, legumi, frutta con la buccia, prugne, kiwi, frutta secca, cipolle, aglio, cavolo, cavolfiori, broccoli, verdura con la buccia, verdura cruda in foglia come la lattuga.
- Evitare alimenti o bevande troppo calde o troppo fredde. Prediligere quelli a temperatura ambiente.
- Evitare cibi contenenti lattosio come latte, formaggio, panna e altri derivati del latte (ad esempio gelato fatto con il latte), perché potrebbe esserci un malassorbimento (cioè un assorbimento alterato) del lattosio, che provoca diarrea. I trattamenti chemioterapici possono diminuire nell'intestino la produzione della lattasi, un enzima responsabile della digestione del lattosio e quindi provocare diarrea. Può essere utile, in questi casi, eseguire il Breath test, un esame che rileva se c'è malassorbimento del lattosio. Questo esame è effettuabile anche presso la SOC di Gastroenterologia del CRO di Aviano.
- Evitare l'applicazione nella zona perianale di creme a base di cortisone, che non è indicato in caso di lesioni e arrossamenti.

FARMACI

Ci sono diversi farmaci che si possono assumere per trattare la diarrea. In caso di diarrea da chemioterapici, radioterapia o chirurgia sono comunemente prescritti Racecadotril o Loperamide. Invece, in caso di diarrea da **farmaci immunoterapici** sono prescritti cortisonici. Tutti questi farmaci vanno comunque presi su indicazione del medico oncologo e con le modalità da lui indicate. Vanno sospesi i farmaci per normalizzare il transito intestinale (lassativi).

INTEGRATORI E ALTRI PRODOTTI

Molti integratori o altri prodotti di uso comune per trattare la diarrea possono interferire con le terapie. Chiedere sempre al medico oncologo prima di assumere qualsiasi integratore o prodotto di erboristeria. Per i pazienti in cura al CRO, che fanno uso di integratori e prodotti di erboristeria, è possibile rivolgersi al Servizio di Vigilanza sui Farmaci dell'Istituto per verificare la loro compatibilità con i farmaci antitumorali o la propria malattia.



Soluzioni reidratanti

Liquidi da bere che ripristinano l'idratazione dell'organismo.

Probiotici

Microrganismi utili i cui effetti benefici sono stati attribuiti all'azione equilibratrice che essi svolgono sulla flora microbica intestinale.

Cateteri venosi

Dispositivi medici utilizzati principalmente per la somministrazione di farmaci o l'infusione di liquidi (ad esempio port, picc-port).

Perianale

Zona attorno all'ano.

Sorbitolo

Composto organico presente nei frutti di diverse specie, usato come conservante e dolcificante.

Farmaci immunoterapici

Farmaci che agiscono sul sistema immunitario per trattare varie malattie.