

NAUSEA E VOMITO INDOTTI DALLA CHEMIOTERAPIA

(vedi anche "Saperne di più per sentirsi meglio" nel sito)

La chemioterapia in ambito oncologico è una terapia farmacologica diretta contro le cellule tumorali. Tali farmaci vengono anche definiti antiproliferativi o antiblastici o antitumorali. Il meccanismo d'azione dei chemioterapici permette di contrastare la crescita del tumore impedendo la divisione e la riproduzione delle cellule maligne in una o più fasi del ciclo vitale. Contemporaneamente, possono essere compromesse anche le cellule sane dell'organismo (soprattutto i bulbi piliferi, le mucose e le cellule del midollo osseo), causando spesso spiacevoli effetti collaterali. Tra questi vi sono la nausea e il vomito. La nausea è una sensazione spiacevole, difficile da descrivere. Generalmente si fa riferimento a un vago disagio o malessere localizzato in area epigastrica (area sotto lo sterno, l'osso centrale piatto della gabbia toracica), a livello della gola o diffuso in tutto l'addome. E' caratterizzato da una repulsione nei confronti del cibo e viene comunemente riferito come "sensazione di sentirsi lo stomaco fuori posto". Una nausea lieve può essere migliorata dall'assunzione di cibo, ma la nausea di grado moderato o grave può completamente impedire l'alimentazione e interferire con la capacità di svolgere le normali attività quotidiane. I conati di vomito sono un movimento spasmodico che interessa il torace, il diaframma, e i muscoli addominali e che si verifica prima del vomito stesso o tra episodi di vomito sequenziali.

Il vomito è l'espulsione forzata, attraverso la bocca o il naso, di ciò che è contenuto nello stomaco, nel duodeno o nel digiuno prossimale. Il vomito può essere misurato oggettivamente, mentre la nausea è, di solito, una descrizione soggettiva. I pazienti sottoposti a chemioterapia antitumorale presentano tre differenti tipi di vomito ognuno dei quali, avendo caratteristiche particolari, richiede un diverso approccio terapeutico:

- **Emesi acuta:** è definita come nausea e vomito che si manifestano entro le prime 24 ore (da 0 a 24 ore) dopo la somministrazione della chemioterapia. L'incidenza e la gravità della nausea e del vomito sono collegate al potenziale emetogeno del farmaco, alla dose, allo schema di somministrazione o all'associazione con altri farmaci, alla velocità d'infusione, alle caratteristiche del paziente.
- **Emesi ritardata:** è definita come nausea e vomito che si manifestano 24 ore o dopo, in seguito alla somministrazione della chemioterapia, usualmente dal 2° al 5° giorno del ciclo.
- **Emesi anticipatoria:** è definita come nausea e vomito anticipati o condizionati che si possono manifestare nei pazienti che non abbiano avuto un adeguato controllo dei sintomi con la chemioterapia precedente.

Fattori scatenanti l'emesi anticipatoria sono nausea e vomito dopo il I ciclo di trattamento, aumento dei livelli d'ansia, odori o sapori che ricordano l'ambiente sanitario nel quale viene eseguito il trattamento o l'ambiente sanitario stesso.

CONSIGLI NUTRIZIONALI

Sarebbero da preferirsi pane tostato, cracker, yogurt, pan di Spagna senza farcitura, riso, patate e carne magra (preferibilmente carne bianca) facilmente digeribili, liquidi non densi o bibite gassate, preferibilmente a temperatura ambiente da bere a piccoli sorsi nell'arco della giornata.

Dovrebbero evitarsi cibi fritti, grassi o untuosi, alimenti molto dolci o cibi molto speziati.

FARMACI ANTIEMETICI

Esistono numerosi farmaci antiemetici, mirati proprio a combattere tali sintomi. Tra questi:

- Antagonisti della serotonina: da assumere in compresse o per via iniettiva, in grado di bloccare i segnali chimici responsabili del malessere. Sono efficaci soprattutto per il trattamento di nausea e vomito di tipo acuto.
- Metoclopramide: in compresse o per via iniettiva, agisce sia nella fase acuta che in quella ritardata; per la prevenzione acuta è più efficace per farmaci a basso potenziale emetogeno.
- Corticosteroidi: in compresse o per via iniettiva, da soli o in associazioni ad altri farmaci antiemetici
- Benzodiazepine: controllano nausea e vomito con componente d'ansia che potrebbe causare emesi anticipatoria

Nonostante i progressi nella ricerca sulle terapie antiemetiche, in alcuni pazienti l'approccio farmacologico non è sufficiente a controllare efficacemente simili effetti collaterali, tra gli approcci alternativi: massaggi, musicoterapia, tecniche di rilassamento.

(Dr.ssa T. Vavalà)