

Medikamenter

Det fins noen medikamenter som kan anbefales for pasienter med kakeksi. Noen medisiner har en betennelsesdempende effekt, andre kan bedre appetitten eller lindre symptomer, f eks kvalme. Likevel er det sjelden at medikamenter alene gir tilstrekkelig effekt. De fleste pasienter trenger en kombinasjon av et medikament, fysisk aktivitet og andre behandlingstiltak. Noen medikamenter, f eks kortikosteroider, bør bare brukes i en avgrenset tidsperiode.

Annen nyttig informasjon

Palliative team fins på de fleste sykehus i Norge. Dette er tverrfaglige team med stor erfaring og kompetanse i å lindre plagsomme symptomer og bistå pasienter og familier ved livstruende sykdom. Fysioterapeuten i teamet kan gi råd om fysisk aktivitet ved kreftsykdom. Mange sykehus har også ernæringsfysiolog.

Kreftforeningen har en rekke tilbud til pasienter og pårørende, blant annet kurs og grupper. Foreningen samarbeider med 12 pasientforeninger. Kreftforeningen har gitt ut brosjyre med kostråd til kreftpasienter. www.kreftforeningen.no

Kreftlinjen gir kontakt med noen som kan lytte, forstå og gi svar. Avhengig av hva du lurer på, kan du få snakke med spesialsykepleiere, jurister og sosionomer. Du kan også ringe hvis du har noe på hjertet som du synes det er vanskelig å dele med dine nærmeste. Tlf: 800 48 210 eller 800 KREFT kreftlinjen@kreftforeningen.no

Kost- og ernæringsforbundet har nyttig informasjon på nettsiden til bladet Kjøkkenskriveren. www.matomsorg.no

Kakeksi hos pasienter som får lindrende behandling



Sammendrag av nye, europeiske retningslinjer, beregnet på pasienter og pårørende

Problemer med å få i seg mat, dårlig matlyst og vekttap er tilleggsbelastninger for mange kreftpasienter, og kan gi mye bekymring hos både pasienter og pårørende.

Hva er kakeksi?

Kakeksi er opprinnelig et gresk ord som betyr "dårlig tilstand". Kakeksi hos kreftpasienter kjennetegnes av et ufrivillig vekttap som ikke fullt ut kan motvirkes ved å øke næringsinntaket. Flere ulike faktorer bidrar til utvikling av kakeksi, og resultatet er forandringer i kroppens omsetning av næringsstoffer. Disse forandringene fører så til tap av muskelmasse. Lavt inntak av næringsstoffer kan bidra til kakeksi i de tilfellene der kreftsykdommen eller symptomer fra kreftsykdommen gjør det vanskelig for pasienten å få i seg nok næring. Hovedproblemet er likevel endringene i kroppens omsetning av næringsstoffer.

Kakeksi kan gi følgende symptomer i tillegg til vekttap:

- dårlig matlyst
- tidlig metthetsfølelse
- tretthet og kraftløshet

- tap av muskelmasse og muskelstyrke
- konsentrasjonsvansker
- endret søvnbehov

Forebygging av kakeksi

Kakeksi kan deles inn i tre stadier: Pre-kakeksi, kakeksi og refraktær kakeksi.

Pasienter i det pre-kakektiske stadium står i fare for å utvikle kakeksi og kan allerede ha mistet noe av sin muskelmasse, selv om vekten holder seg stabil. Pasienter med spesielle krefttyper slik som kreft i bukspyttkjertelen eller kreftsykdommer som gir mye symptomer i form av kvalme eller brekninger, har særlig risiko for å utvikle kakeksi. Hyppig veiing og kartlegging av symptomer og ernæringsstatus er nødvendig, så vel som en plan for å bremse utviklingen av kakeksi. Denne planen bør inneholde en kombinasjon av fysisk aktivitet, ernæring og medisinsk behandling.

For pasienter med refraktær kakeksi er det ikke mulig å snu vekttapet, selv ikke med kraftig ernæringsbehandling. Det er likevel som regel mulig å lindre symptomene fra kakeksi, slik som kvalme og tretthet.

Behandling av kreftsykdommen

Det er kreftsvulsten som forårsaker forandringene i kroppen som fører til kakeksi. Behandling rettet mot kreftsykdommen kan bremse eller til og med snu vekttapet og bedre symptomene på kakeksi. Her vil behandling rettet mot selve kreftsykdommen ofte bare bli en tilleggsbelastning for pasienten, og fokuset bør være på god lindrende behandling for å lette symptomer og plager.

Ernæring

Det er viktig at du får god informasjon fra legen din om årsaken til kakeksi og om hvordan denne tilstanden arter seg hos deg. Hva du spiser, og hvordan du spiser, kan ha betydning, men det fins ingen spesifikk diett å anbefale. Appetittvekkende retter, små måltider og hyggelige omgivelser kan bidra til at du får i deg næring. Næringstilskudd (for eksempel næringsdrikker) kan være nyttige ved pre-kakeksi og kakeksi, men vil som regel bare øke stresset rundt matinntak ved refraktær kakeksi. Intravenøs ernæring har meget sjelden noen nytte ved langt kommet kreftsykdom.