L'IMMUNOTERAPIA

Come riconoscere e gestire
i sintomi più comuni
che possono presentarsi in corso
di immunoterapia

GUIDA PER IL PAZIENTE

Ente Ospedaliero
Ospedali Galliera
Genova
Ospedale di rilievo nazionale e di alta specializzazione

Che cos'è l'immunoterapia?

L'immunoterapia ha l'obiettivo di attivare il nostro sistema immunitario rendendolo in grado di riconoscere le cellule cancerogene, attaccarle selettivamente e distruggerle.

- È diretta al **sistema immunitario** del nostro corpo, non al tumore in sé.
- Rende il sistema immunitario capace di **riconoscere e attaccare** in modo selettivo le cellule cancerogene.
- Produce una **memoria** di lunga durata nel sistema immunitario, così da permettergli di adattarsi continuamente al tumore nel tempo, fornendo una risposta costante e a lungo termine contro di esso.

Si somministra esclusivamente in ospedale, per via endovenosa; la durata e la frequenza dell'infusione variano in base al farmaco e alla prescrizione dell'oncologo.

Al momento, le immunoterapie disponibili per i diversi tumori sono: Nivolumab, Pembrolizumab, Atezolizumab, Avelumab, Ipilimumab, Durvalumab.

Hanno effetti collaterali?

Questi farmaci, pur avendo un'azione selettiva e, in generale, una buona tollerabilità, si distribuiscono in tutto l'organismo e possono agire anche su alcune cellule sane, causando alcuni effetti collaterali.
Gli effetti collaterali sono principalmente "immuno-correlati" cioè legati alla stimolazione del sistema immunitario che può sviluppare delle reazioni autoimmuni nei confronti del nostro corpo.
Pertanto, durante il trattamento sarà importante:

La maggior parte degli effetti collaterali che possono verificarsi durante il trattamento sono reversibili, ma è importante fare attenzione ai cambiamenti che osservi nel tuo corpo e comunicarli al tuo oncologo o infermiere di riferimento.

NON PREOCCUPARTI SE LA TERAPIA VIENE MOMENTANEAMENTE SOSPESA: CON UN ADEGUATO TRATTAMENTO POTRÀ ESSERE RIPRESA ANCHE DOPO UNA BREVE PAUSA

Il rash cutaneo

È il più frequente effetto collaterale che può presentarsi in corso di trattamento con **immunoterapia.**

È importante sapere che NON si tratta di una reazione allergica al trattamento!!!

Come si manifesta

Il rash cutaneo si manifesta come un'eruzione arrossata, prevalentemente al tronco, agli arti o in zone particolarmente umide, come in prossimità delle palpebre, del naso e agli angoli della bocca, causando infiammazione locale e prurito.

Dopo quanto si manifesta

Il **rash cutaneo** tipico si manifesta solitamente dopo 4 -5 settimane dalla somministrazione della terapia.

Accorgimenti utili

1. Utilizzare detergenti e creme idratanti neutre evitando lozioni alcoliche e prodotti anti acne
2. Mantenere sempre una buona idratazione della cute
3. Non schiacciare o grattare le lesioni
4. Proteggere la pelle dal freddo, dal vento e dal sole
5. Usare abiti larghi e se possibile di cotone
6. Per le donne: utilizzare solo trucchi privi di alcool
7. Per gli uomini: evitare di fare la barba troppo spesso e usare il rasoio elettrico e non usare dopo-barba alcolici

Spesso, come conseguenza del rash cutaneo, può comparire prurito. Per gestirlo al meglio oltre a seguire gli accorgimenti precedenti è anche importante:

- *Cambiare frequentemente le lenzuola evitanto di usare troppe coperte sul letto*
- *Tenere le unghie corte e ben curate*
- *Tamponare la cute anziché grattarla*

Disturbi della tiroide

Alcuni farmaci immunoterapici possono causare un'alterata funzionalità di alcune ghiandole, come per esempio la tiroide. Per questo motivo il medico, se necessario, le prescriverà esami del sangue specifici per valutare il loro funzionamento.

Ipertiroidismo - Ipotiroidismo: La disfunzione tiroidea si riscontra nel 15-20% dei pazienti che ricevono trattamenti con immunoterapia, ed è maggiore nel sesso femminile**.**

Che cos'è l'ipertiroidismo?

Si tratta dell'incremento di rilascio nel sangue di ormoni tiroidei da parte della tiroide. L'incremento è spesso transitorio ed è seguito da ipotiroidismo.

Che cos'è l'ipotiroidismo?

Si tratta di una ridotta funzionalità della ghiandola tiroidea. Generalmente regredisce dopo la cessazione del trattamento o con un adeguata terapia a base di ormoni tiroidei che il medico prescriverà se necessario.

Nella maggior parte dei casi è inizialmente asintomatico!

Sintomi da segnalare

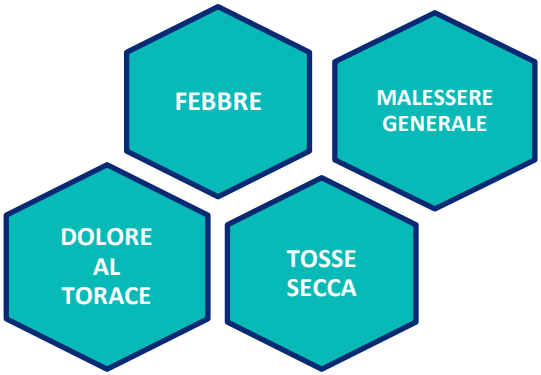
- Battito cardiaco aumentato
- Stanchezza, debolezza
- Aumento o perdita di peso
- Senso di fame o sete aumentato
- Mal di testa, vertigini, capogiri
- Sensazione di freddo
- Aumento della sudorazione
- Variazioni dell'umore o del comportamento (riduzione del desiderio sessuale, irritabilità, smemoratezza)

Polmonite

L'immunoterapia può, in alcuni casi,
causare effetti collaterali a carico dei polmoni,
che si manifestano con sintomi respiratori.

Generalmente viene identificata mediante immagini radiologiche

In questo caso è importante prestare attenzione e comunicare all'oncologo o al personale infermieristico la comparsa dei seguenti sintomi:



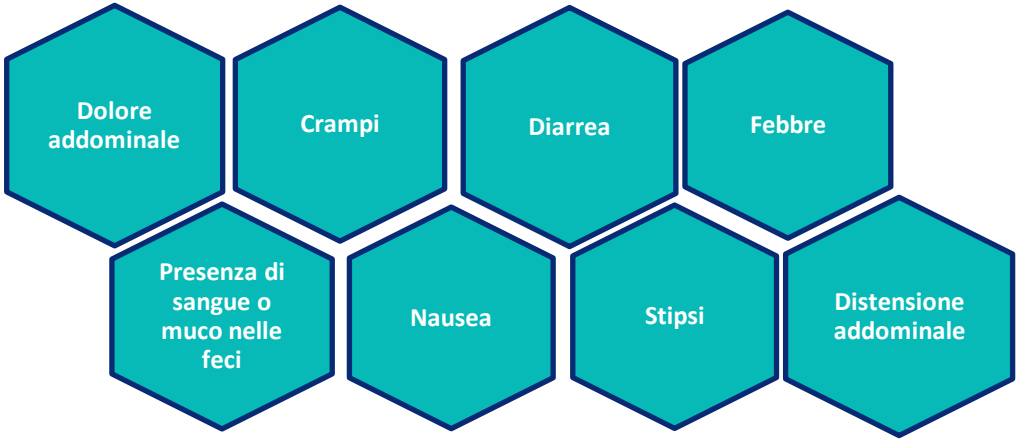
Comunicare la presenza di difficoltà respiratoria
a riposo o durante un'attività fisica.

Il fumo di sigaretta può peggiorare la sua difficoltà respiratoria!

Disturbi gastro intestinali

Gli effetti collaterali a carico dell'apparato gastrointestinale sono abbastanza frequenti e causano disturbi facilmente riconoscibili.

Sintomi:



Tra i principali effetti collaterali a livello gastro intestinale la più riscontrata è la diarrea che talvolta può associarsi a crampi addominali. La diarrea si presenta con feci liquide, molle o non formate

La diarrea può anche causare:

- ✓ crampi addominali;
- ✓ gonfiore;
- ✓ disidratazione (quando il corpo non ha abbastanza liquidi) che può provocare:

  - sete;
  - secchezza di bocca e lingua;
  - urina di colore giallo scuro o bisogno di urinare meno frequentemente del normale.

Ricordati che:

Può insorgere subito dopo l'inizio della terapia o anche dopo numerosi cicli. Solitamente regredisce poco dopo la sospensione del farmaco.

Come posso gestire la diarrea?

Bevande <u>da preferire</u> in caso di diarrea	Alimenti <u>da preferire</u> in caso di diarrea
✓ Acqua, succhi filtrati senza zuccheri aggiunti ✓ Bevande non gassate, senza caffeina ✓ Brodo, brodo filtrato ✓ Latte ad alta digeribilità	✓ Mele sbucciate, arance e banane mature ✓ Patate lessate o in purea ✓ Carote lessate ✓ Pane e cereali a basso contenuto di fibre come fiocchi d'avena, fiocchi di riso, pasta bianca, riso bianco ✓ Carne sia rossa che bianca, preferibilmente di taglio magro e pesce ✓ Preferire cotture semplici (lessatura o al vapore) che richiedano l'utilizzo di pochi grassi
Bevande <u>da limitare</u> in caso di diarrea	**Alimenti <u>da limitare</u> in caso di diarrea**
× Bevande contenenti caffeina o teina × Succhi zuccherati e con polpa di frutta × Bevande gassate e frizzanti × Bevande troppo fredde o troppo calde × Alcolici × Limitate il latte e i latticini se riscontrate un peggioramento della diarrea	× Frutta secca e semi oleosi × Cibo piccante, speziato e salse grasse × Dolci × Legumi come ceci, lenticchie, fagioli × Carni grasse e fritte, uova, salsiccia, bacon e salame × Cereali integrali (pasta integrale, riso integrale, ecc) × Verdure cruda × Frutta fresca

Oltre a questi accorgimenti è bene anche:

✓ Bere molti liquidi. La diarrea può causare disidratazione. Bere di più non fermerà la diarrea ma aiuterà a compensare i liquidi persi.

✓ Mangiare piccoli pasti e snack invece di 2 o 3 pasti abbondanti. Mangiate lentamente, consumando il cibo in piccoli bocconi e masticando a lungo.

✓ Togliere le bucce e semi da frutta e verdura.

Parlare di questo problema può essere imbarazzante ma è molto importante per evitare complicanze come disidratazione o eccessiva perdita di peso.

Stanchezza

La stanchezza legata alla malattia e alla terapia è una sensazione di affaticamento marcato che può durare a lungo e non migliora con il riposo.

SI MANIFESTA CON:

- sensazione di mancanza di forze/energie
- ridotta capacità di concentrazione
- irritabilità, tristezza, sonnolenza
- calo del desiderio sessuale
- ridotta cura del proprio aspetto

La stanchezza è spesso transitoria, se correlata al trattamento, e può migliorare o regredire con una riduzione di dose o con la sospensione del trattamento, da concordarsi con il medico di riferimento.

Accorgimenti utili

- ✓ Mantenersi attivi: La ginnastica è un modo utile per migliorare l'energia e ridurre la stanchezza.

- ✓ Distribuire le attività nel corso della giornata.

- ✓ Alcuni esercizi semplici e tecniche di rilassamento possono aiutare.

- ✓ Distrarsi ascoltando la musica o leggendo un libro.

Non avere paura di chiedere aiuto a familiari o amici per fare alcune attività durante la giornata

Lavoro realizzato in collaborazione con l'Oncologia Medica nell'ambito di un progetto di tesi della laureanda Maila Congiu con il contributo della Dott.ssa Tania Buttiron Webber e l'Associazione WE CARE