

PORADNIK DLA PACJENTKI Z RAKIEM PIERSI

Kwas zoledronowy

Dwie korzyści z jednego wlewu - co warto wiedzieć?

lek. Kamil Karpowicz

specjalista onkologii klinicznej

www.onkologbezgranic.pl

WPROWADZENIE

Czym jest kwas zoledronowy i dlaczego go dostajesz?

Kwas zoledronowy (Zometa®, Aclasta®, Osporil® i inne) to lek z grupy bisfosfonianów. Podawany jest dożylnie we wlewie, zazwyczaj raz na 6 miesięcy. Jeśli twój onkolog go zalecił, prawdopodobnie ma ku temu dwa ważne powody jednocześnie i to jest właśnie wyjątkowa zaleta tego leku.

Podwójna korzyść: dwie choroby, jeden lek

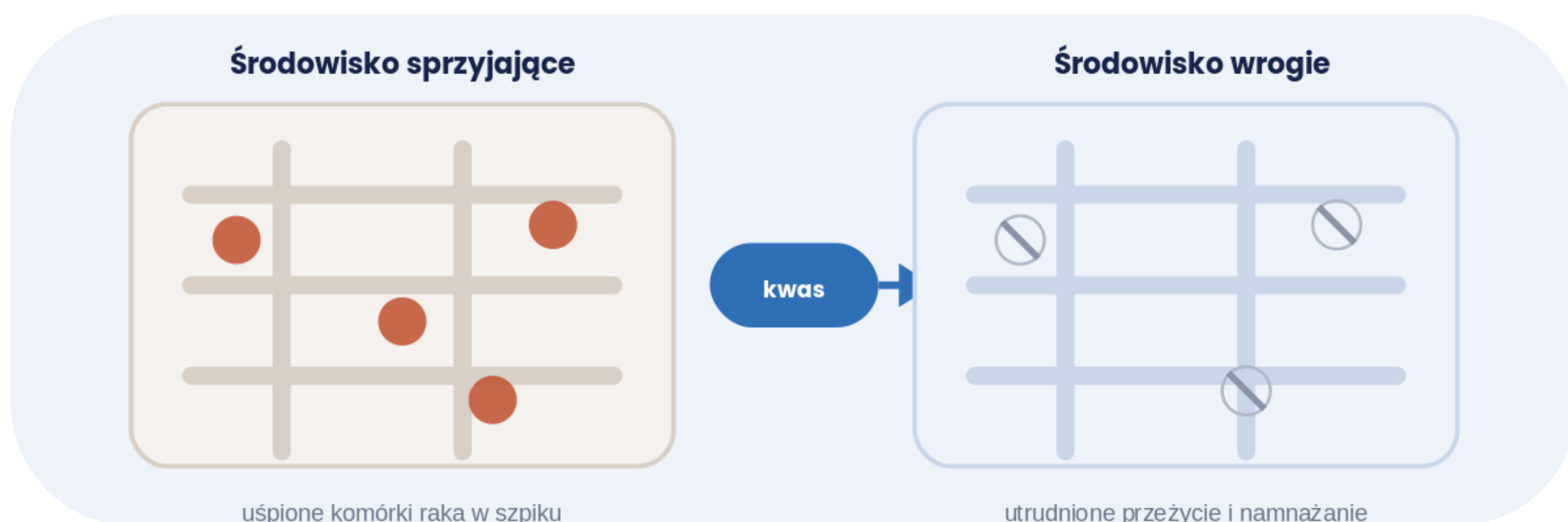


1. Ochrona przed wznową raka piersi

Badania kliniczne (w tym duże badanie AZURE i metaanaliza EBCTCG obejmująca tysiące pacjentek) wykazały, że kwas zoledronowy zmniejsza ryzyko nawrotu raka piersi, szczególnie u kobiet po menopauzie oraz u kobiet, u których menopauza została wywołana leczeniem (np. analogami GnRH).

Jak to działa?

Komórki rakowe często „ukrywają się” w szpiku kostnym i mogą tam uśpione czekać latami. Kwas zoledronowy zmienia środowisko kości w sposób, który utrudnia tym komórkom przeżycie i namnażanie. Nie jest to chemioterapia, to raczej zmiana warunków, w których nowotwór nie czuje się dobrze.

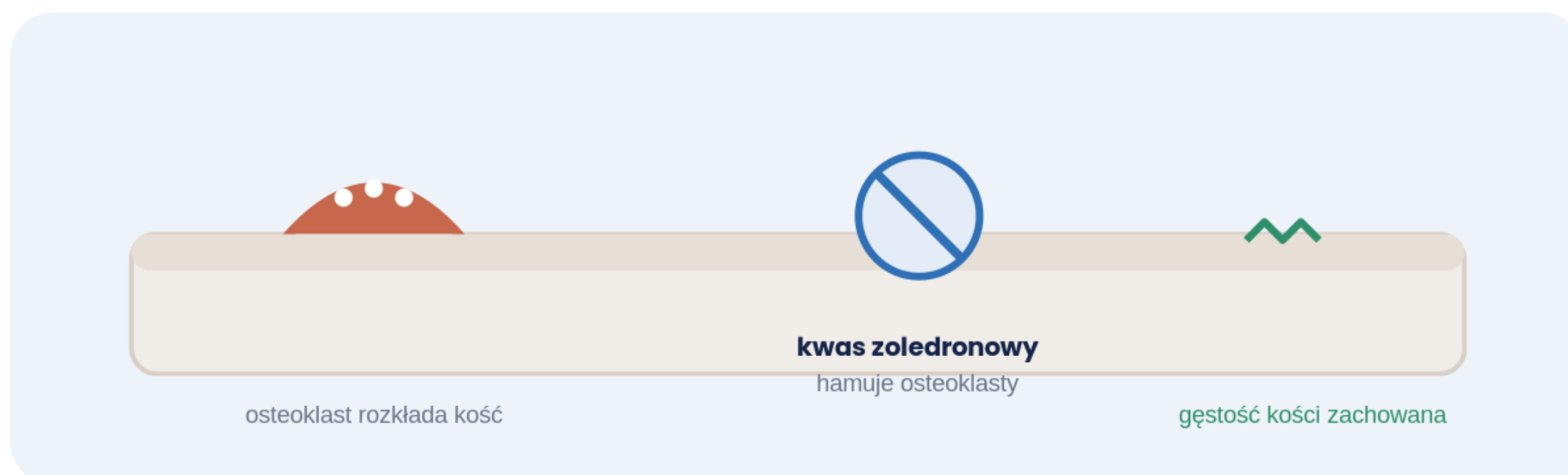


Efekt jest najbardziej udokumentowany u kobiet po menopauzie, zarówno naturalnej, jak i wywołanej leczeniem onkologicznym.

2. Ochrona kości przy inhibitorach aromatazy

Jeśli przyjmujesz inhibitory aromatazy (anastrozol, letrozol, eksemestan), wiesz już pewnie, że te leki obniżają poziom estrogenów. To jest ich cel - głodzenie raka z receptorami hormonalnymi, ale estrogeny chronią też kości. Bez nich kości tracą gęstość szybciej niż normalnie, co prowadzi do osteoporozy i zwiększa ryzyko złamań.

Kwas zoledronowy hamuje komórki zwane osteoklastami, to te, które „rozkładają” tkankę kostną. Dzięki temu spowalnia utratę gęstości kości i zmniejsza ryzyko złamań, które mogą być problemem przy wieloletniej hormonoterapii.

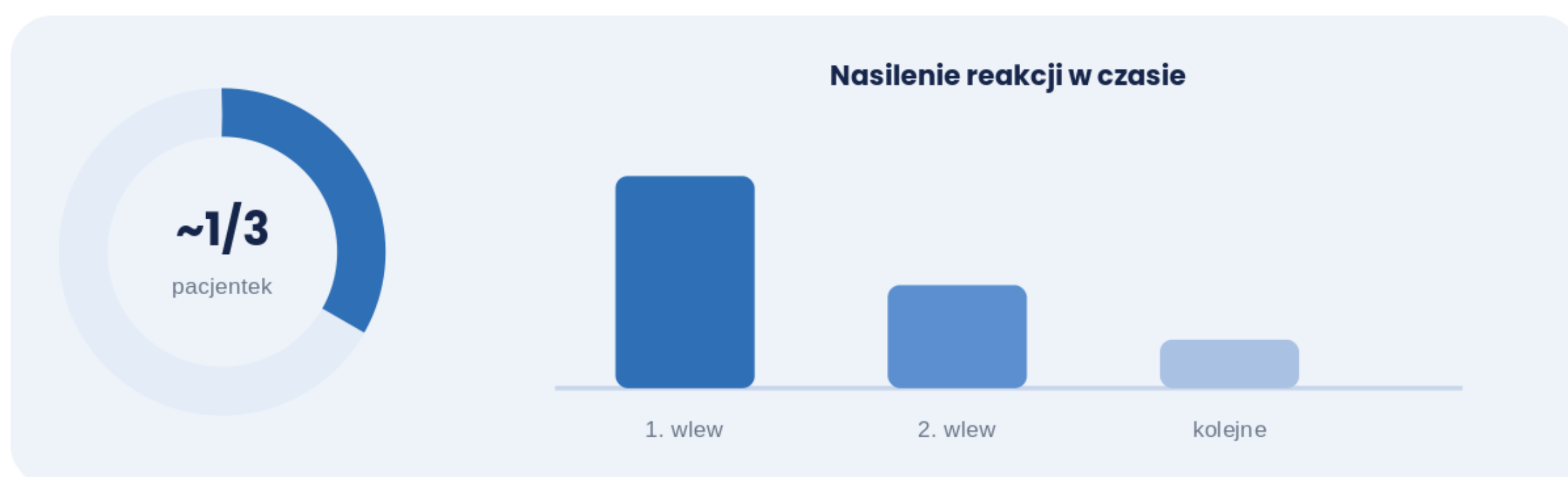


Jeden wlew co 6 miesięcy i dwie korzyści. To dlatego ten lek jest dziś standardem u wielu pacjentek z rakiem piersi HR+.

DZIAŁANIA NIEPOŻĄDANE

Co może się wydarzyć po wlewie: reakcja pseudogrypowa

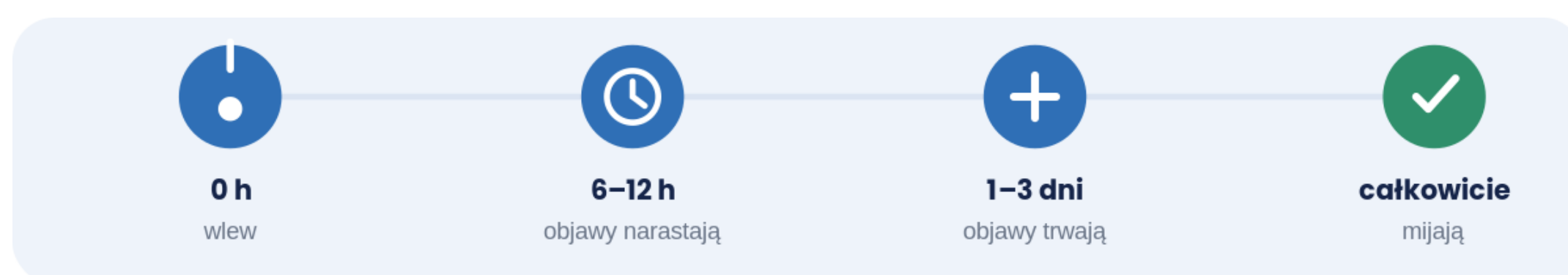
To najczęstsze działanie niepożądane i dotyczy mniej więcej jedną trzecią pacjentek, szczególnie po pierwszym wlewie. Dobra wiadomość: po kolejnych wlewach reakcja zazwyczaj jest słabsza lub nie pojawia się wcale.



Jak wygląda?

Kilka do kilkunastu godzin po wlewie możesz poczuć się jak przy grypie:

- gorączka, dreszcze, uczucie zimna
- bóle mięśni i stawów (niekiedy dość silne)
- ból głowy
- zmęczenie, ogólne rozbicie
- czasem nudności



Objawy trwają zazwyczaj 1–3 dni, po czym całkowicie mijają.

Jak sobie z tym radzić?

Zaplanuj wlew tak, żebyś mogła następnego dnia odpocząć, najlepiej nie umawiaj go w piątek przed ważnym weekendem ani dzień przed powrotem do pracy.

Przed wlewem i przez 1–2 dni po:

- pij dużo wody - nawodnienie jest kluczowe, zarówno dla nerek, jak i dla złagodzenia reakcji
- możesz wziąć paracetamol (500-1000mg) profilaktycznie lub przy pierwszych objawach
- ibuprofen (200-400mg) również pomaga na bóle mięśniowe, ale skonsultuj ze swoim lekarzem, czy możesz go przyjmować
- ciepły koc, spokój, dużo płynów i klasyczne leczenie pseudogrypy również działa

Kiedy skontaktować się z lekarzem

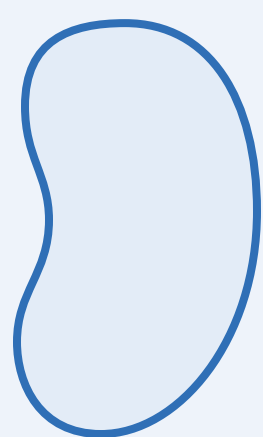
Nie musisz jechać na izbę przyjęć z powodu gorączki po wlewie, jeśli wiesz, że to spodziewana reakcja, ale jeśli gorączka jest bardzo wysoka (powyżej 39°C), trwa dłużej niż 3 dni lub masz inne niepokojące objawy - skontaktuj się ze swoim lekarzem prowadzącym.

BEZPIECZEŃSTWO

Nerki: dlaczego to ważne

Kwas zoledronowy jest wydalany przez nerki a to oznacza dwie rzeczy.

Po pierwsze, przed każdym wlewem lekarz powinien sprawdzić twoje parametry nerkowe (kreatynina, eGFR). Jeśli nerki nie pracują wystarczająco dobrze, dawka może być zmniejszona lub wlew przesunięty. Nie jest to powód do paniki, to standardowa ostrożność.



Nerki



Kontrola przed każdym wlewem



Kreatynina · eGFR



Nawodnienie przed i po wlewie



≥ 15 min

standardowo 15–30 min

Po drugie, sam wlew może chwilowo obciążyć nerki, szczególnie jeśli jesteś odwodniona. Dlatego nawodnienie przed wlewem i po nim jest tak istotne. Wlew powinien trwać co najmniej 15 minut (standardowo 15–30 minut), podanie zbyt szybkie zwiększa ryzyko nefrotoksyczności.

Jeśli masz choroby nerek, przyjmujesz leki wpływające na nerki (np. niektóre przeciwbólowe, moczopędne) lub niedawno miałas badania z kontrastem koniecznie powiedz o tym lekarzowi przed wlewem.

RZADKIE, ALE WAŻNE POWIKŁANIE

Martwica kości szczęki

To powikłanie brzmi poważnie i jest poważne, choć dotyka stosunkowo niewielki odsetek pacjentek leczonych w dawkach stosowanych w onkologii (szacunkowo od 0,1% do 1% przy długotrwałym leczeniu).

Czym jest martwica kości szczęki? To stan, w którym fragment kości szczęki lub żuchwy przestaje prawidłowo się goić, najczęściej po ekstrakcji zęba lub innym zabiegu stomatologicznym. Objawia się odsłoniętą, niegojącą się kością w jamie ustnej, bólem, obrzękiem, czasem infekcją.

Dlaczego akurat szczeka? Kości szczęki i żuchwy są wyjątkowo aktywne metabolicznie i stale się przebudowują. Bisfosfoniary kumulując się w kości i zaburzają ten proces, co może uniemożliwić prawidłowe gojenie po urazie.

Jak się przed tym chronić?

Zanim zaczniesz leczenie kwasem zoledronowym:

- odwiedź stomatologa i wykonaj przegląd zębów
- usuń zęby, które wymagają ekstrakcji, zrób to przed pierwszym wlewem, kiedy lek nie jest jeszcze w kościach
- wylecz aktywne stany zapalne i infekcje w jamie ustnej

W trakcie leczenia:

- dbaj o higienę jamy ustnej wyjątkowo starannie (szczotkowanie, nitka, płukanka)
- informuj każdego stomatologa o tym, że przyjmujesz kwas zoledronowy - to kluczowe
- jeśli potrzebujesz zabiegu stomatologicznego, skonsultuj to najpierw z onkologiem aby ustalić optymalny czas lub przesunąć podanie kwasu zoledronowego
- unikaj ekstrakcji zębów, jeśli to możliwe, rozważ leczenie kanałowe zamiast usuwania

Objawy, które wymagają natychmiastowej wizyty u lekarza:

- ból lub obrzęk szczęki lub żuchwy
- odsłoniętą kość lub ranę w jamie ustnej, która nie goi się przez ponad 8 tygodni
- uczucie drętwienia lub ciężkości w szczęce
- obłuzowanie zębów bez wyraźnej przyczyny

Martwica kości jest poważna, ale w zdecydowanej większości przypadków można jej zapobiec. Klucz to profilaktyka stomatologiczna przed leczeniem i świadomość w jego trakcie.

Zanim przejdziemy do podsumowania i moich darmowych video poradników o raku piersi, chciałbym poinformować Cię w jaki sposób możesz skonsultować ze mną swoje problemy zdrowotne:

Najczęściej wybraną metodą jest moja ciągła opieka konsultacyjna dla użytkowników Pure Arctic Oil. Wybierając ich produkty zyskujesz również dostęp do tradycyjnej konsultacji 1:1 oraz moją stałą opiekę, w której możesz:

- omówić swoją sytuację zdrowotną i zgłaszać zmiany w leczeniu
- konsultować dawkowanie wszystkich suplementów zależnie od pożądanego efektu
- upewniać się, że suplementacja nadal jest adekwatna do Twojej sytuacji klinicznej
- kontaktować się z lekarzem poprzez komunikator (Discord, Whatsapp) i spotykać co miesiąc na grupowej sesji Q&A online

Kliknij w ten link po szczegóły

Możesz również umówić indywidualną konsultację online, podczas której omówimy twój problem zdrowotny, wyjaśnię Ci przebieg leczenia, jak radzić sobie z powikłaniami, możliwe terapie i odpowiem na wszystkie Twoje pytania, dokładnie tak jak w tym poradniku.

Jest to konsultacja jednorazowa i nie obejmuje subskrypcji jak opcja powyżej

Tutaj umówisz konsultację online

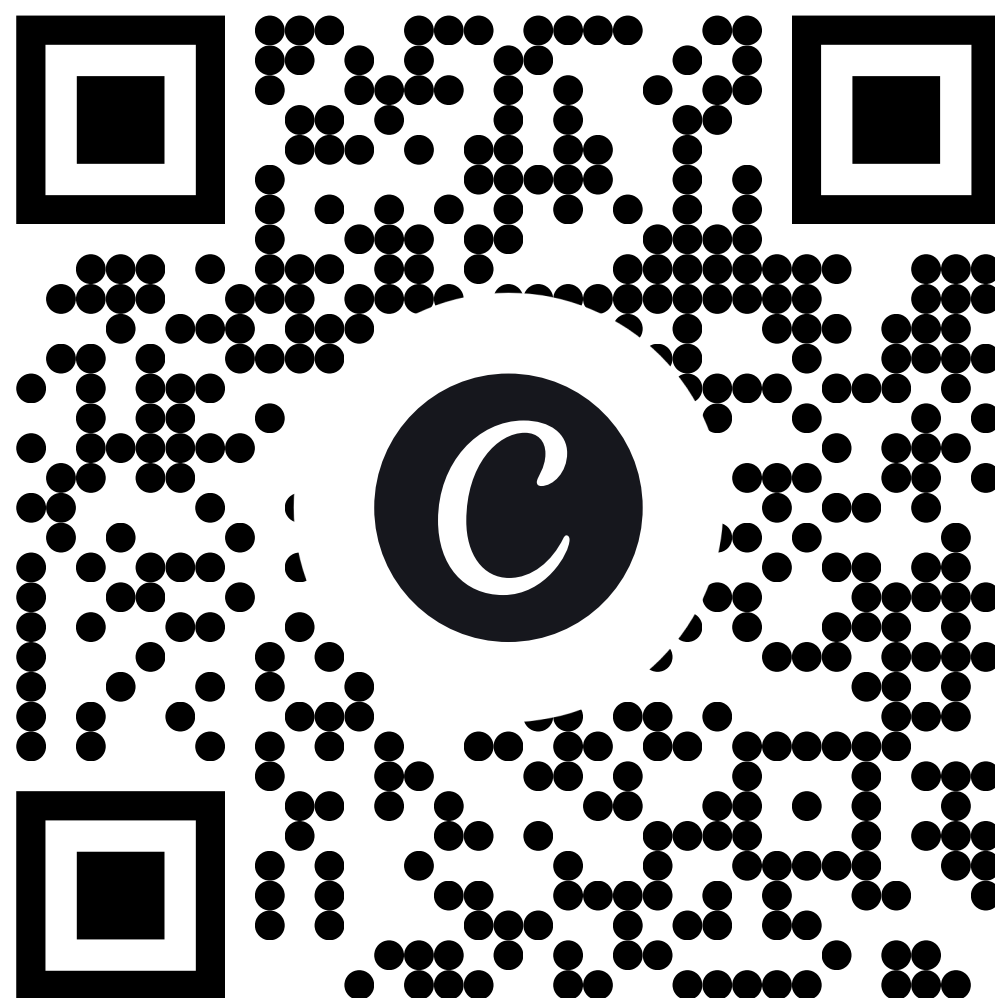
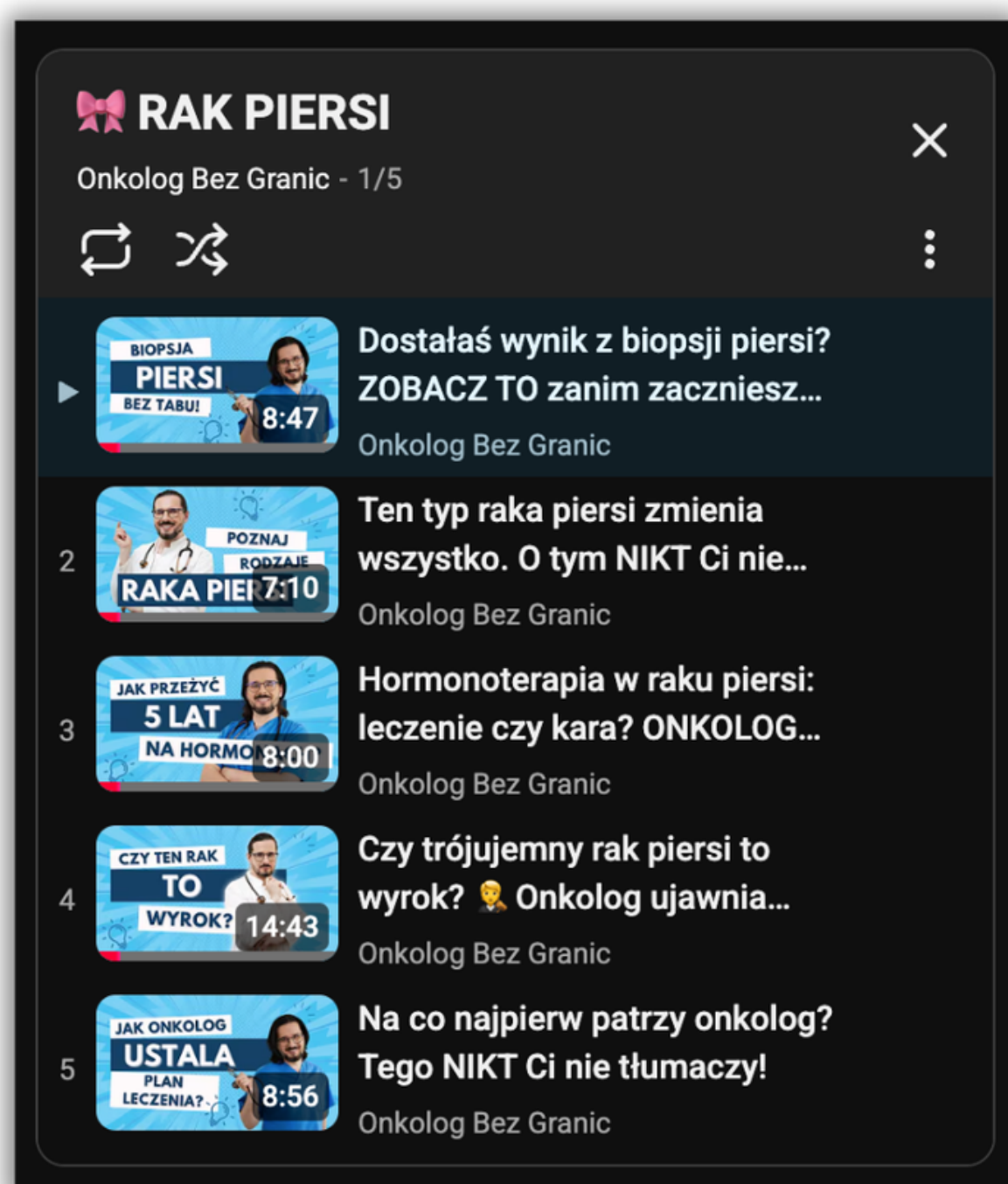
NA KONIEC

Krótkie podsumowanie: co zapamiętać

- Kwas zoledronowy działa podwójnie - chroni przed wznową raka i przed osteoporozą przy inhibitorach aromatazy
- Reakcja pseudogrypowa po pierwszym wlewie jest częsta i przemijająca, zaplanuj dzień odpoczynku, nawadniaj się, miej pod ręką paracetamol
- Nawodnienie to podstawa przed wlewem, w jego trakcie i po nim
- Nerki są monitorowane przed każdym wlewem, ale powiedz lekarzowi o wszystkich lekach i problemach z nerkami
- Zanim zaczniesz leczenie idź do stomatologa. W trakcie leczenia informuj stomatologa o leku i unikaj ekstrakcji
- Każdy niegojący się ból lub obrzęk w jamie ustnej wymaga pilnej konsultacji

**Potrzebujesz więcej poradników o raku piersi?
Odwiedź mój kanał YouTube po więcej wiedzy!**

[KLIKNIJ LINK](#)



SKANUJ KOD QR

*Ten poradnik ma charakter informacyjny i nie zastępuje porady lekarskiej.
Twój onkolog i stomatolog znają Twoją indywidualną sytuację i zawsze konsultuj z nimi decyzje dotyczące leczenia.*