

# Non Hodgkinski limfom

vodič za bolesnike

Doc. dr.sc. Delfa Radić-Krišto

Klinička bolnica “Merkur”, Zagreb

Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

## Vodič za bolesnike s Non-Hodgkin limfom



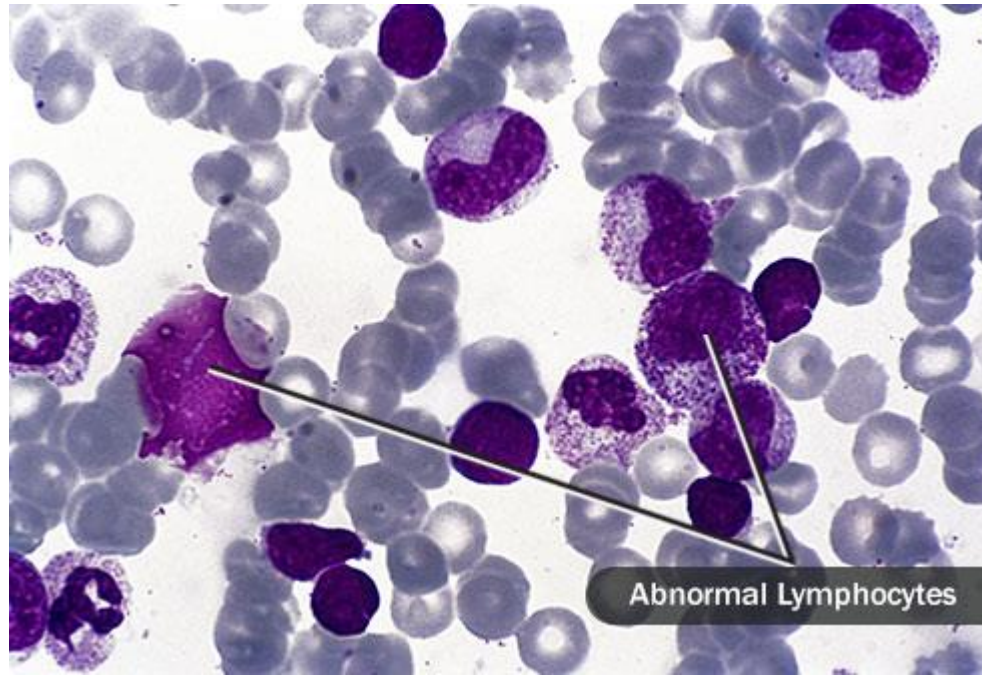
### Što je?

Ne-Hodgkinov limfom je zloćudna bolest koji započinje u limfnom sustavu vašeg tijela. Postoji nekoliko različitih tipova, pa čak ih i liječnici teško mogu razdvojiti. Danas se mogu sresti u svim dobnim skupinama iako nešto češće u starijoj životnoj dobi. Nije uvijek lako uočiti, ali veliki koraci u pronalaženju i liječenju znače da su izgledi za liječenje i izlječenje bolji nego ikad.



### **Limfni sustav**

Je čistač u organizmu. Limfa je vodenasta tekućina koja teče između stanica i uklanja tvari koje im više nisu potrebne. Nose se u cijevima koje se povezuju s limfnim čvorovima, koji su mali filteri u obliku zrna. Oni zarobljavaju otpad i klice te pomažu u njihovom izbacivanju iz vašeg tijela. Imate nakupine čvorova u pazuhu, trbuhu, preponama, vratu i zdjelici



## **Limfociti**

Ovdje počinje, s tim bijelim krvnim stanicama. Limfociti nazvani B stanice ukazuju na klice, a T stanice ih uništavaju. Kad ovi borci s bolestima završe, trebali bi umrijeti. No s ne-Hodgkinovim limfomom oni rastu i dijele se izvan kontrole. Kako ih dobivate sve više i više, vaši limfni čvorovi mogu početi oticati. Najčešće je to u B stanicama gdje stvari krenu po zlu



## **Rani simptomi**

Najčešći je otečen limfni čvor, obično u pazuhu, preponama ili vratu. Ali oni mogu biti bezbolni i lako ih je previdjeti. Limfni čvorovi također mogu nateći kada se borite protiv infekcije, tada su bolni na dodir..  
Mogli biste imati i vrućicu koja neće nestati, noćno znojenje, gubitak kilograma bez ikakvog razloga, a možda ste i izuzetno umorni.



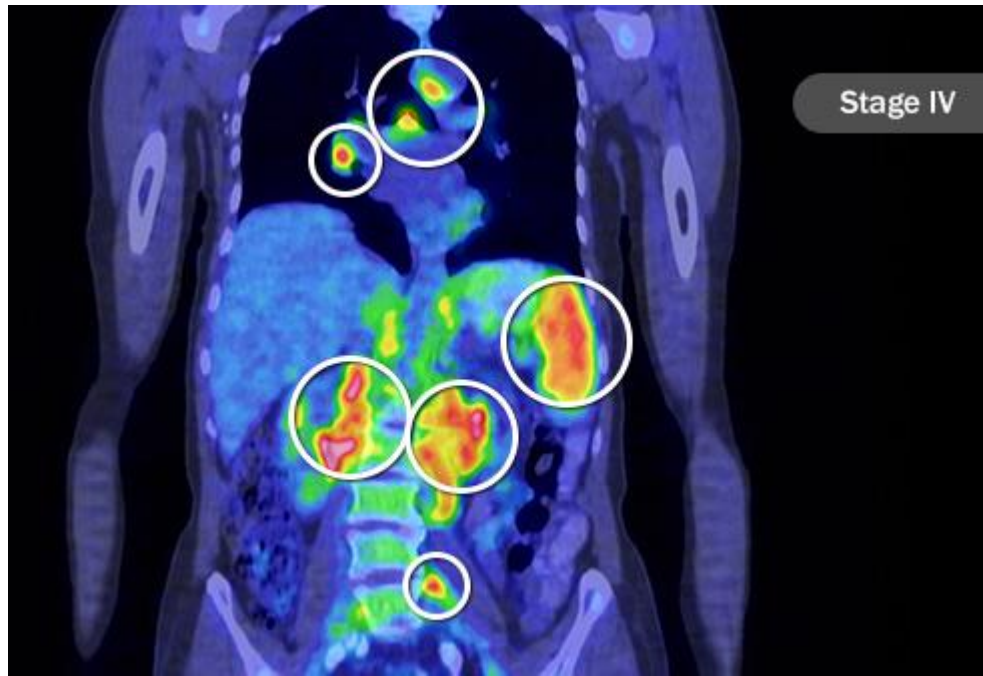
### **Simptomi se mogu javiti bilo gdje**

Limfni sustav prolazi cijelim tijelom, tako da se limfom može pojaviti gotovo bilo gdje. U trbuhu biste mogli osjećati sitost sitima i nakon malog obroka. Možete imati svrbež po koži. Koža može biti promijenjena, crvena. Kad je limfom smješten u prsištu možete imati bol u prsištu i probleme s disanjem. Ključno je primijetiti nove probleme i obratiti se svom liječniku.



### **Tipovi NHL**

Postoji više od 30 vrsta ne-Hodgkinovih limfoma. Razlikuju se po tome započinje li u B ili T stanicama, kako stanice izgledaju i kakve gene i proteine imaju. Liječnici također gledaju kako brzo rak raste i širi se. Polake nazivamo indolentnima; brži, agresivni. Difuzni veliki B-stanični limfom je najčešći tip. Obično se javlja u 60-ima. Agresivan je, ali se može izliječiti. U 60 % bolesnika



### **Stadij bolesti ( 1-4)**

Stadij vašeg limfoma ima velik utjecaj na odabir najboljeg liječenja. Govori vam koliko je bolest uznapredovala. U fazi I nalazi se u samo jednom području limfnih čvorova. Ili je u jednom od organa limfnog sustava, poput tonzila. Do IV stupnja nalazi se u limfnim čvorovima iznad i ispod vaše dijafragme. To je tanak mišić koji razdvaja vaša prsa i trbuh. Također može se naći i u drugim organima poput jetre ili pluća. Može se proširiti i u oštanu srž.





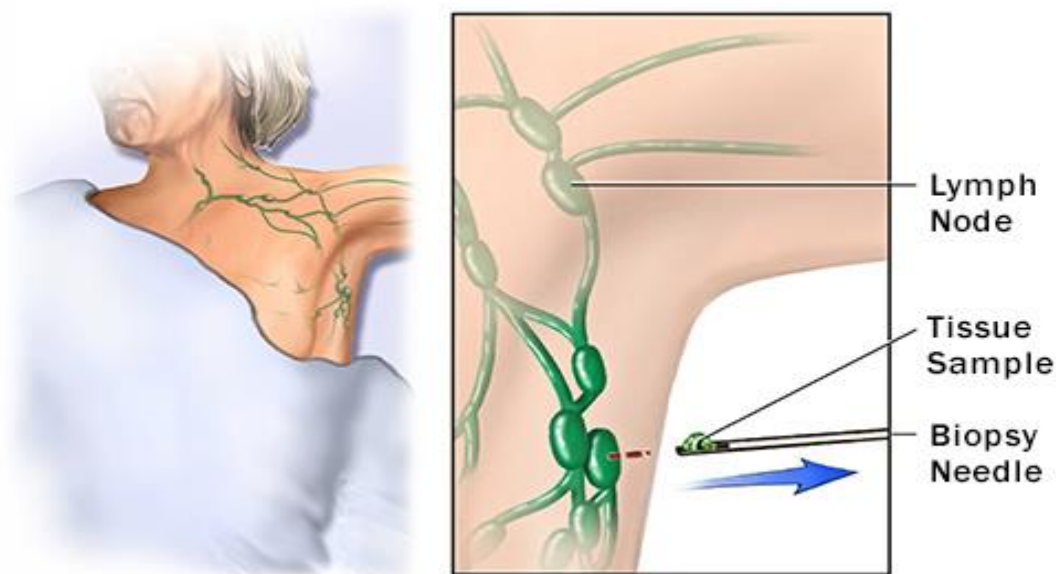
## Stadij slovima

A s brojem (kao u fazi IA) znači da nemate simptoma.

B znači da imate vrućicu, noćno znojenje ili ste izgubili neku težinu.

E označava ekstranodal, što znači da se tumor proširio na tkivo odmah izvan nekih limfnih čvorova.

X, koji se naziva glomazna bolest znači da imate barem jedan tumor veći od 7 cm, a po nekim centrima veći od 10 centimetara (približno širinu dlana)



### **Biopsija limfnog čvor**

Ovaj test vam sigurno govori imate li tuorsku bolest ili ne. Vaš liječnik vam dogovara uklanjanje povećanog limfnog čvora. Ukoliko je čvor izuzetno velik može se ukloniti i jedan njegov dio za analizu. Liječnik – patolog koji se bavi analizom tkiva, kad pregleda preparat moći će reći koju vrstu ne-Hodgkinovog limfoma imate i vi. To je važno jer o tome ovisi vaše liječenje. No, liječnici koji imaju manje iskustva s limfomom mogu i pogrešno uzimaju rezultate ispitivanja. Ako sumnjate, zatražite drugo mišljenje stručnjaka.



### **Ostali testovi**

Oni mogu pomoći vašem liječniku da utvrdi stadij proširenosti vašeg limfoma, kao i provjeriti koliko dobro reagirate na dosadanju terapiju ukoliko ste započeli liječenje. Snimanje, poput CT, PET ili MRI skeniranja, su metode koje svojom mogućnošću mogu otkriti raka u limfnim čvorovima i drugim dijelovima tijela. Vaš liječnik može napraviti biopsiju koštane srži (uzimajući uzorak iz sjedne kosti ili prsne kosti s iglom) kako bi utvrdio je li se rak proširio u mekani, spužvasti unutarnji dio. Vjerojatno ćete dobiti i krvne pretrage.



### **„Pričekati i pratiti „**

Za sporo rastući limfom u ranim fazama, najbolje liječenje može biti nikakvo liječenje. Ove vrste mogu trajati godinama bez ikakvih problema. To, međutim, ne znači da ga ignorirate. I dalje ćete imati redovite preglede kako biste vi i vaš liječnik mogli pažljivo pratiti promjene. Ako imate simptome ili je to agresivniji tip, terapija će vam trebati odmah.



## **Kemoterapija**

Ovo je uobičajeni način liječenja Ne Hodgkinovog limfoma. . Terapiju obično dobivate putem tableta ili intravenozne, odnosno infuzijske primjene. Možete dobiti i više lijekova. Svaki kemo lijek napada tumor na drugačiji način, pa kombinacija kemoterapeutika može biti vrlo učinkovita jer imaju različite mehanizme djelovanja. Budući da lijekovi djeluju u cijelom tijelu, mogu uzrokovati nuspojave poput gubitka kose, povraćanja i veće su mogućnosti za infekcije.



## **Transplantación periférica de células madre**

Alta dosis de quimioterapia destruye las células cancerosas, pero también las células sanas en la médula ósea donde se producen. Durante el tratamiento con trasplante autólogo, primero el médico almacenará nuevas células madre jóvenes, y luego volverá a administrar la quimioterapia y devolverá a su paciente las células madre recolectadas y preparadas. Naturalmente, este es un proceso completo.



## **Imunoterapija**

Jedan od načina liječenja je uporaba lijekova koji se nazivaju monoklona protutijela koji se vežu na tumorsku stanice. Uz druge medijatore kao i uz kemoterapiju dovode do lize i propadanja tumorske stanice.



### **Ciljna terapija**

Stanice raka djeluju drugačije od normalnih stanica. Ciljni lijekovi koriste te razlike. Na primjer, inhibitori proteasoma sprječavaju dijeljenje stanica karcinoma. Inhibitori kinaze ometaju proteine koji pomažu stanicama raka da rastu i napreduju. U osnovi, ciljne terapije napadaju samo tumorske stanice i štede vaše zdrave stanice. Nuspojave su često manje ozbiljne nego kod kemoterapije





## **Radioterapija**

Visokoenergetske zrake usredotočuju se na maligne stanice kako bi ih ubile. Za ne-Hodgkinov limfom u ranoj fazi, ovo je može jedini potreban način liječenja. Ipak, češće se koristi zajedno s kemoterapijom. Svaka sesija traje samo nekoliko minuta i ne boli. Obično ga dobivate 5 dana u tjednu tijekom nekoliko tjedana.



## Preživljenje

Vaša perspektiva ovisi o puno stvari, o tipu limfoma, stadiju, kao i o vašoj dobi i cjelokupnom zdravlju. Općenito govoreći, za ne-Hodgkinov limfom, stopa relativnog preživljavanja od 5 godina iznosi 70%. To znači da u usporedbi sa svakih 10 osoba koje nemaju NHL, u prosjeku je sedam ljudi s NHL-om još uvijek živo nakon 5 godina. Desetogodišnja stopa relativnog preživljavanja iznosi 60%. Ipak se ne positovjećujte s tim brojkama.



## **Nakon liječenja**

Nakon liječenja

Čak i u najboljem slučaju, kada je izlječenje moguće, rak uzima danak. Bolest je izazovna fizički i emocionalno. Možda se brinete zbog povratka. To utječe na vaš radni život, a možda i na financije.



## **Uzroci**

U većini slučajeva liječnici jednostavno ne znaju. Starost igra ulogu - najčešća je kod osoba starijih od 60 godina. S godinama slabi imunološki sustav što može povećati izgled oboljenja. Također transplantacije organa ili infekcije, uključujući HIV i bakterije povezane s čirom na želucu izvanim H. pylori. Čini se da postoje i poveznice s kemikalijama koje se koriste na insektima i korovu, ali trebamo više istraživanja.



## **Prevenција**

Zaista ne možete puno učiniti. Čak i stvari za koje znamo da povećavaju vaše šanse uglavnom su izvan vaše kontrole. Nije stvar samo u zdravoj prehrani, iako to ne može naštetiti. Isto tako, nema testa za rano pronalaženje. Najbolje što možete učiniti je paziti na simptome. A ako je vaš rizik veći, nastavite s redovitim pregledima liječnika.