Nausea and Vomiting with Cancer Treatment

Nausea is a sick, uncomfortable feeling in your stomach that often comes before vomiting. Nausea and vomiting are possible side effects of cancer treatments. Some people are more affected by nausea and vomiting than others.

Chemotherapy medicines can cause nausea and vomiting. Medicines to prevent nausea are often given with chemotherapy. These medicines can be given before treatment or during treatment. Your doctor will tell you when you should take these medicines. Radiation therapy to the chest, stomach or back may also cause nausea and vomiting. Talk to your doctor or nurse if you have problems.

Nausea and vomiting may also occur from other medical problems.

What to Do

It is best to treat nausea early. This can help prevent problems caused by prolonged nausea or too much water loss called dehydration. Signs of dehydration include:

- Dry mouth
- Cracked lips
- Dizziness
- Dry eyes
- Less urine output
- Very dry skin

Call your doctor or nurse if you are too nauseated to drink liquids or if you have more than two episodes of vomiting in 24 hours. Do not wait.

Тошнота и рвота при лечении рака

Тошнота – это болезненное некомфортное ощущение в желудке, зачастую возникающее перед рвотой. Тошнота и рвота являются возможными побочными явлениями при лечении рака. Некоторые люди более подвержены тошноте и рвоте, чем другие.

Тошнота и рвота могут быть вызваны лекарствами, применяемыми при химиотерапии. Лекарства для предотвращения тошноты часто даются вместе с химиотерапией, либо до нее, либо одновременно с ней. Ваш врач укажет, когда именно нужно принимать эти лекарства. Лучевая терапия грудной клетки, желудка или спины также может вызвать тошноту и рвоту. Если у Вас есть проблемы, обратитесь к Вашему врачу или медсестре.

Тошнота и рвота могут также быть вызваны другими медицинскими проблемами.

Порядок действий

Постарайтесь устранить тошноту как можно скорее. Это может помочь в предотвращении проблем, вызванных длительной тошнотой или слишком большой потерей воды, называемой обезвоживанием. Среди симптомов обезвоживания могут быть:

- Сухость во рту
- Потрескавшиеся губы
- Головокружение
- Сухость в глазах
- Уменьшение количества мочи
- Очень сухая кожа

Позвоните своему врачу или медсестре, если у Вас настолько сильная тошнота, что Вы не можете принимать жидкость, или у Вас было больше двух приступов рвоты за 24 часа. Не медлите.

Eating and Drinking Tips

During this time, you may eat and drink anything that you like. You may find these tips helpful:

- Eat only a light meal before chemotherapy.
- Eat small meals every few hours instead of 3 bigger meals each day.
- Drink at least 6 to 8 glasses of liquids each day.
- Avoid drinking liquids with caffeine such as soft drinks, coffee and tea.
- Use popsicles, mints, tart hard candies, citrus flavored drinks or ginger ale. They may help get rid of the bad taste in your mouth after chemotherapy.
- Eat bland foods such as saltine crackers, toast, skim milk, sherbet, fruit, baked potatoes or plain vegetables.
- Avoid spicy, fatty, greasy or fried foods.
- Let someone else cook to avoid smelling strong odors.
- Avoid alcohol while taking medicine for nausea and vomiting.
- Avoid lying down right after eating. Sit up or rest with your head raised on pillows.

Medicines to Prevent Nausea and Vomiting

Medicines can help prevent nausea and vomiting. Take all medicines as ordered by your doctor.

- Make sure you know if your medicine should be taken with or without food.
- Tell your doctor or nurse if the medicine is not helping you or if you cannot keep the pills down. There are other medicines that may work better.

Советы по приему пищи и жидкости

В это время Вы можете есть и пить все, что захотите. Эти советы могут оказаться полезными для Вас:

- Перед химиотерапией принимайте только легкую пищу.
- Ешьте небольшими порциями каждые несколько часов вместо того, чтобы принимать 3 большие порции каждый день.
- Пейте не менее 6–8 стаканов жидкости каждый день.
- Избегайте употребления напитков с кофеином, таких как безалкогольные напитки, кофе и чай.
- Употребляйте фруктовый лед, мятные и фруктовые леденцы, напитки со вкусом лимона или имбирный эль. Это поможет Вам избавиться от неприятного привкуса во рту после химиотерапии.
- Ешьте легкую пищу, такую как соленые крекеры, тосты, снятое молоко, шербет, фрукты, печеный картофель или овощи.
- Избегайте употребления острой, жирной или жареной пищи.
- Попросите кого-нибудь приготовить пищу для Вас во избежание воздействия сильных запахов.
- При приеме лекарств от тошноты и рвоты избегайте употребления алкоголя.
- Не ложитесь сразу после приема пищи. Посидите и отдохните, положив голову на подушки.

Лекарства, предотвращающие тошноту и рвоту

Лекарства могут помочь в предотвращении тошноты и рвоты. Принимайте все лекарства в соответствии с предписанием врача.

- Уточните у врача, следует ли принимать назначенное лекарство с едой или без.
- Сообщите своему врачу или медсестре, если лекарство не помогает Вам, или пилюли вызывают у Вас приступ рвоты. Существуют другие, более эффективные для Вас лекарства.

- You may feel weak, dizzy or sleepy while taking medicine for nausea and vomiting.

Other Ways to Help

- Slow, deep breathing through your mouth or swallowing may help nausea pass.
- Avoid unpleasant sights, sounds and smells that may trigger nausea.
- Brush your teeth and rinse your mouth after each meal and before meals if you have a bad taste in your mouth.
- Open a window to get fresh air.
- Avoid exercise and sudden movements that may make you dizzy.
- Relax with music or activities you enjoy.
- Sit up or turn on your side when vomiting. This prevents fluid from getting into your lungs.

Talk to your doctor or nurse if you have any question or concerns.

2006 – 9/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

- При приеме лекарств от тошноты и рвоты Вы можете ощущать слабость, головокружение или сонливость.

Другие способы помощи

- Медленное глубокое дыхание ртом или глотательные движения могут предотвратить приступ тошноты.
- Избегайте неприятных зрелищ, звуков и запахов, которые могут вызвать тошноту.
- Чистите зубы и полощите рот после еды, а если у Вас неприятный привкус во рту, то и до еды.
- Проветривайте помещение.
- Избегайте физической нагрузки или резких движений, которые могут вызвать головокружение.
- Расслабляйтесь с помощью музыки или приятных занятий.
- При рвоте привстаньте или повернитесь на бок. Это предотвратит попадание жидкости в легкие.

Если у Вас есть какие-либо вопросы или опасения, обратитесь к Вашему врачу или медсестре.

2006 – 9/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.