

# Η Θεραπεία μου με **REVLIMID**<sup>®</sup> (λεναλιδομίδη)

Ένας οδηγός για άτομα με νεοδιαγνωσθέν πολλαπλό μυέλωμα που χρειάζονται θεραπεία συντήρησης μετά την αυτόλογη μεταμόσχευση βλαστοκυττάρων (ASCT)



# Περιεχόμενα

	Σελίδα
Ημερολόγιο δοσολογίας	1
Σημειώσεις	2
Τι είναι το πολλαπλό μυέλωμα;	3
Τι είναι το REVLIMID®;	8
Ποιες εξετάσεις θα χρειαστώ;	12
Ποιες είναι οι πιθανές παρενέργειες της θεραπείας με REVLIMID®	14
Τι πρέπει να κάνω για να βοηθήσω στην επίτευξη των στόχων της θεραπείας μου;	25
Υπάρχουν πράγματα που δεν πρέπει να κάνω στη διάρκεια της θεραπείας;	26
Ασφάλεια και υποστήριξη - πρόγραμμα <i>i-access</i> ®	27
Πού μπορώ να βρω περισσότερες πληροφορίες;	34
Πληροφορίες για φίλους, μέλη της οικογένειας και φροντιστές	36
Γλωσσάρι	42

**Σημείωση:** Οι όροι με **μπλε** επεξηγούνται στο γλωσσάρι στη σελίδα 42.

# Ημερολόγιο χορήγησης δόσης

## Συνεχιζόμενη θεραπεία

Στο ημερολόγιο παρακάτω, ο γιατρός ή ο νοσηλευτής σας θα σημειώσει τις ημέρες κατά τις οποίες θα χρειαστεί να πάρετε το φάρμακό σας.

R = REVLIMID® (λεναλιδομίδη) [δόση: \_\_\_\_\_]

<b>Ημέρα 1</b>	<b>Ημέρα 2</b>	<b>Ημέρα 3</b>	<b>Ημέρα 4</b>
R	R	R	R
<b>Ημέρα 5</b>	<b>Ημέρα 6</b>	<b>Ημέρα 7</b>	<b>Ημέρα 8</b>
R	R	R	R
<b>Ημέρα 9</b>	<b>Ημέρα 10</b>	<b>Ημέρα 11</b>	<b>Ημέρα 12</b>
R	R	R	R
<b>Ημέρα 13</b>	<b>Ημέρα 14</b>	<b>Ημέρα 15</b>	<b>Ημέρα 16</b>
R	R	R	R
<b>Ημέρα 17</b>	<b>Ημέρα 18</b>	<b>Ημέρα 19</b>	<b>Ημέρα 20</b>
R	R	R	R
<b>Ημέρα 21</b>	<b>Ημέρα 22</b>	<b>Ημέρα 23</b>	<b>Ημέρα 24</b>
R	R	R	R
<b>Ημέρα 25</b>	<b>Ημέρα 26</b>	<b>Ημέρα 27</b>	<b>Ημέρα 28</b>
R	R	R	R

# Σημειώσεις

**Το όνομα του  
γιατρού της  
μελέτης μου:**

**Στοιχεία  
επικοινωνίας:**

**Το όνομα του  
νοσηλευτή μου:**

**Στοιχεία  
επικοινωνίας:**

**Σημαντικές  
πληροφορίες για  
τη θεραπεία μου  
με REVLIMID®:**

# Τι είναι το πολλαπλό μυέλωμα;

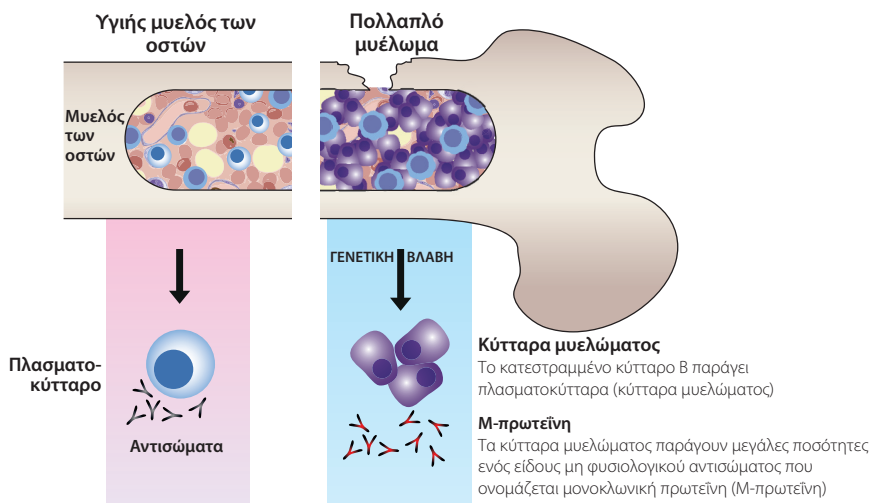
Το πολλαπλό μυέλωμα είναι ένας **καρκίνος** των **πλασματοκυττάρων** στο αίμα. Τα κύτταρα του πλάσματος είναι **λευκά αιμοσφαίρια** που προέρχονται και συλλέγονται στον **μυελό των οστών** – ο μαλακός, σπογγώδης, εσωτερικός πυρήνας των οστών. Τα πλασματοκύτταρα παράγουν **αντισώματα**, τα οποία βοηθούν το **ανοσοποιητικό σύστημα** να αναγνωρίζει και να καταπολεμά τις λοιμώξεις.

Το πολλαπλό μυέλωμα προκύπτει όταν παράγονται γενετικά κατεστραμμένα πλασματοκύτταρα – που ονομάζονται **κύτταρα μυελώματος**. Τα κύτταρα του μυελώματος συλλέγονται στον μυελό των οστών, όπου συνεχίζουν να διαιρούνται και να πολλαπλασιάζονται με ανεξέλεγκτο τρόπο.

Η πάθηση ονομάζεται «πολλαπλό» μυέλωμα, επειδή συνήθως επηρεάζει πολλαπλά σημεία του σώματος.

Αν και δεν υπάρχει θεραπεία για το πολλαπλό μυέλωμα, τα συμπτώματα μπορούν να μειωθούν και σε ορισμένες περιπτώσεις, τα συμπτώματα μπορούν να ελεγχθούν για ένα χρονικό διάστημα, εάν αντιμετωπίζονται καλά με συνέχιση της θεραπείας ή/και παρακολούθηση.

*Το πολλαπλό μυέλωμα είναι ένας καρκίνος των κυττάρων που παράγουν αντισώματα, που είναι οι πρωτεΐνες που βοηθούν τον οργανισμό σας να αναγνωρίζει και να καταπολεμά τις λοιμώξεις*

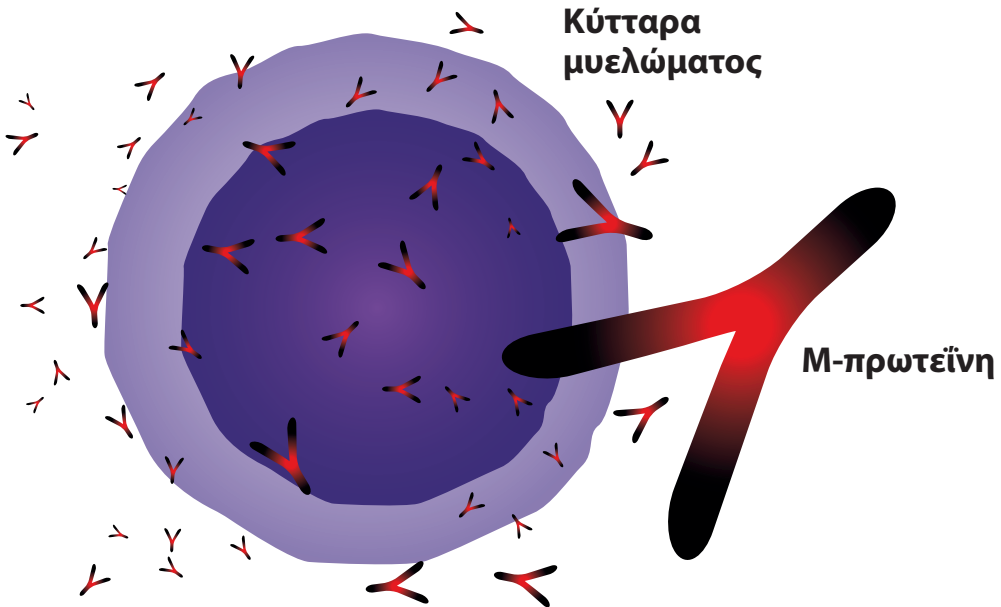


## Τι είναι η Μ-πρωτεΐνη;

Τα κύτταρα του μυελώματος παράγουν έναν μη φυσιολογικό τύπο αντισώματος που ονομάζεται **Μ-πρωτεΐνη** (γνωστή και ως παραπρωτεΐνη).

Σε αντίθεση με τα φυσιολογικά αντισώματα, οι Μ-πρωτεΐνες δεν μπορούν να καταπολεμήσουν τις λοιμώξεις. Καθώς τα κύτταρα του μυελώματος συνεχίζουν να διαιρούνται και να πολλαπλασιάζονται, τα κατεστραμμένα κύτταρα «εκτοπίζουν» τα φυσιολογικά, υγιή πλασματοκύτταρα και μειώνουν την ικανότητα του οργανισμού να καταπολεμά τις λοιμώξεις. Ως αποτέλεσμα, τα άτομα που έχουν πολλαπλό μυέλωμα διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο λοιμώξεων, ορισμένα από τα οποία μπορεί να είναι σοβαρά (π.χ. πνευμονία).

Τα κύτταρα του μυελώματος μπορούν επίσης να προκαλέσουν βλάβη στα οστά (που οδηγεί στην ανάπτυξη πόνου στα οστά ή/και καταγμάτων) και στους νεφρούς.



Κύτταρα μυελώματος που παράγουν μη φυσιολογικά αντισώματα, γνωστά επίσης ως Μ-πρωτεΐνη

## Ποιος επηρεάζεται από το πολλαπλό μυέλωμα;

Το πολλαπλό μυέλωμα γίνεται όλο και πιο συχνό καθώς οι άνθρωποι μεγαλώνουν. Συχνά διαγιγνώσκεται σε άτομα ηλικίας 65–70 ετών. Ωστόσο, πρόσφατες μελέτες δείχνουν ότι ο αριθμός των ατόμων με πολλαπλό μυέλωμα αυξάνεται και ότι εμφανίζεται συχνότερα σε νεότερα άτομα. Το πολλαπλό μυέλωμα εμφανίζεται ελαφρώς πιο συχνά στους άνδρες παρά στις γυναίκες. Μέχρι σήμερα, δεν έχει προσδιοριστεί καμία αιτία για το πολλαπλό μυέλωμα. Ωστόσο, υπάρχουν ορισμένοι παράγοντες που μπορεί να θέσουν ορισμένους ανθρώπους σε υψηλότερο κίνδυνο ανάπτυξης της νόσου. Αυτοί περιλαμβάνουν την έκθεση σε χημικές ουσίες, ρύπους, ακτινοβολία ή άλλους παράγοντες περιβαλλοντικού κινδύνου.

## Ποια είναι τα συμπτώματα του πολλαπλού μυελώματος;

Μία από τις δυσκολίες στη διάγνωση του πολλαπλού μυελώματος είναι ότι τα συμπτώματά του ποικίλλουν και μπορεί να συγχέονται με αυτά άλλων νόσων. Ορισμένα άτομα μπορεί να μην έχουν καθόλου συμπτώματα και η νόσος μπορεί να διαπιστωθεί μόνο μέσω τυπικής φυσικής εξέτασης. Τα πρώιμα συμπτώματα που σχετίζονται με το πολλαπλό μυέλωμα περιλαμβάνουν:



Πόνο στα οστά



Ανεξήγητα κατάγματα οστών



Ανεξήγητη απώλεια βάρους



Συχνές λοιμώξεις



Κόπωση



Μη φυσιολογική νεφρική λειτουργία



## Πώς διαγιγνώσκεται το πολλαπλό μυέλωμα;

Για τη διάγνωση του πολλαπλού μυελώματος, απαιτούνται διάφορες εξετάσεις και έρευνες. Η αρχική αξιολόγηση για την επιβεβαίωση της διάγνωσης του πολλαπλού μυελώματος περιλαμβάνει εξετάσεις αίματος και ούρων, καθώς και εξετάσεις των οστών και του μυελού των οστών.

Άλλες εξετάσεις μπορεί να περιλαμβάνουν ακτινογραφίες, **μαγνητική τομογραφία (MRI)**, **αξονική τομογραφία (CT)** και **τομογραφία εκπομπής ποζιτρονίων (PET)**. Είναι πολύ σημαντικό να κάνετε όλες τις κατάλληλες εξετάσεις πολλαπλού μυελώματος, επειδή τα αποτελέσματα θα βοηθήσουν τον γιατρό σας να αξιολογήσει την έκταση της νόσου και να σχεδιάσει και να παρακολουθήσει τη θεραπεία.

## Θεραπεία για το πολλαπλό μυέλωμα

Οι θεραπείες για το πολλαπλό μυέλωμα μπορεί να είναι πολύ αποτελεσματικές στην επιβράδυνση της εξέλιξής του, τον έλεγχο των συμπτωμάτων και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής, αλλά δεν μπορούν να τη θεραπεύσουν. Το πολλαπλό μυέλωμα τείνει να ακολουθεί μια πορεία υποτροπιάζουσας νόσου. Με τη βοήθεια της θεραπείας, οι περισσότεροι άνθρωποι επιτυγχάνουν **ύφεση** (μείωση ή χαμηλό επίπεδο συμπτωμάτων). Ωστόσο, κάποια στιγμή, τα συμπτώματα μπορεί να επανεμφανιστούν και η νόσος είναι πιθανόν τελικά **να υποτροπιάσει**.

## Γιατί έχω υποβληθεί σε μεταμόσχευση;

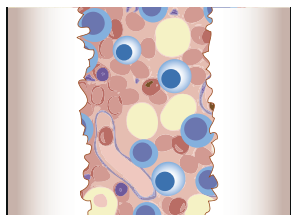
Η χημειοθεραπεία σκοτώνει αποτελεσματικά τα κύτταρα του μυελώματος, καθώς και τα καλά, υγιή κύτταρα. Η αυτόλογη μεταμόσχευση βλαστοκυττάρων είναι, όταν υγιή κύτταρα λαμβάνονται από το αίμα σας και μεταμοσχεύονται πίσω μετά από χημειοθεραπεία, αντικαθιστώντας αυτά που χάθηκαν. Αυτό επιτρέπει την ασφαλέστερη χρήση χημειοθεραπείας υψηλής δόσης για την καταστροφή περισσότερων κυττάρων μυελώματος.

## Τι είναι η υπολειμματική νόσος;

Υπολειμματική νόσος είναι το όνομα που δίνεται σε μικρό αριθμό κυττάρων μυελώματος που παραμένουν στον μυελό των οστών ακόμη και όταν ένα άτομο βρίσκεται σε ύφεση. Η υπολειμματική νόσος είναι μια κύρια αιτία υποτροπής στο πολλαπλό μύελωμα.

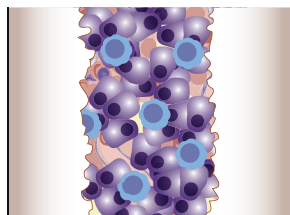
Ορισμένες μελέτες έχουν δείξει ότι η συνέχιση της λήψης φαρμακευτικής αγωγής για το πολλαπλό μύελωμα ακόμη και όταν βρίσκεται σε ύφεση, μπορεί να καθυστερήσει την υποτροπή ελέγχοντας την υπολειμματική νόσο.

### Υγιές μυελός των οστών



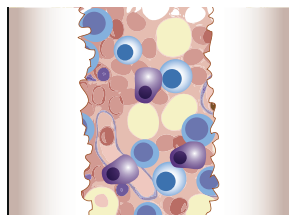
- Τα κύτταρα του πλάσματος λειτουργούν κανονικά
- Καμία Μ-πρωτεΐνη

### Μυελός των οστών στο πολλαπλό μύελωμα



- Τα κύτταρα του μυελώματος «εξαντλούν» τα υγιή πλασματοκύτταρα
- Σημαντική Μ-πρωτεΐνη παράγεται

### Υπολειμματική νόσος



- Ορισμένα κύτταρα μυελώματος παραμένουν
- Συμβάλλει στην υποτροπή

# Τι είναι το REVLMID®;

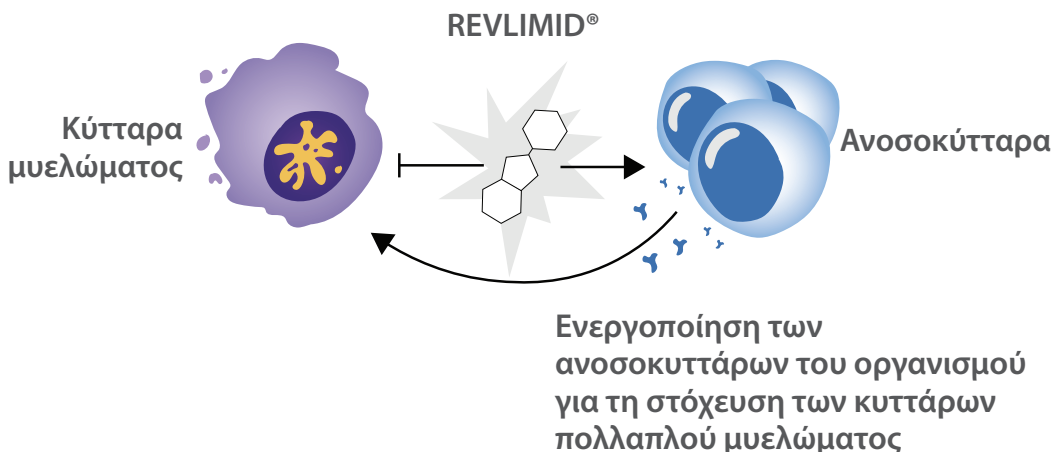
Το REVLMID® είναι η εμπορική ονομασία ενός φαρμάκου που ονομάζεται **λεναλιδομίδη**.

Αυτό το φυλλάδιο παρέχει πληροφορίες για άτομα στα οποία έχει συνταγογραφηθεί το REVLMID® ως θεραπεία συντήρησης μετά από μεταμόσχευση βλαστοκυττάρων.

**Η θεραπεία συντήρησης** βοηθά στη διατήρηση της καταστολής του πολλαπλού μυελώματος.

Το REVLMID® δρα με πολλαπλούς τρόπους στον μυελό των οστών, για να σταματήσει ή να επιβραδύνει την ανάπτυξη των καρκινικών κυττάρων μυελώματος. **Ένας από τους τρόπους δράσης του είναι η διέγερση του ανοσοποιητικού σας συστήματος για την καταπολέμηση του μυελώματος. Επίσης, δρα άμεσα και σκοτώνει τα κύτταρα του μυελώματος.**

## Άμεση θανάτωση κυττάρων πολλαπλού μυελώματος





## Πώς μπορώ να πάρω το REVLIMID®;

- REVLIMID® λειτουργεί καλύτερα όταν συνεχίζετε να το παίρνετε ακριβώς όπως σας έχει υποδείξει ο γιατρός σας
- REVLIMID® παρέχεται σε μορφή καψακίων ζελατίνης, τα οποία λαμβάνονται από το στόμα (καταπίνονται ολόκληρα) με νερό μία φορά την ημέρα. Μην σπάτε, μασάτε ή μην ανοίγετε τα καψάκια
- REVLIMID® θα πρέπει να λαμβάνεται με άδειο στομάχι τουλάχιστον 1 ώρα πριν ή 2 ώρες μετά το φαγητό
- Δεν έχει σημασία ποια ώρα της ημέρας παίρνετε το REVLIMID®, αλλά συνιστάται να το παίρνετε την ίδια ώρα κάθε μέρα



## Πώς πρέπει να αποθηκεύω και να χειρίζομαι το REVLIMID®;

- Φυλάσσετε το REVLIMID® στην αρχική του συσκευασία, σε δροσερό, ξηρό μέρος (σε θερμοκρασία μικρότερη των 25°C)
- Όπως και όλα τα άλλα φάρμακα, το REVLIMID® θα πρέπει να φυλάσσεται μακριά από παιδιά
- Μη μοιράζετε ποτέ το REVLIMID® με οποιονδήποτε άλλον

## Ποια δόση θα πάρω;



Τα καψάκια δεν είναι σε κλίμακα

- REVLIMID® διατίθεται σε τρεις περιεκτικότητες καψακίων για άτομα που λαμβάνουν θεραπεία συντήρησης: 5 mg, 10 mg, 15 mg
- Για άτομα που χρειάζονται θεραπεία συντήρησης μετά τη μεταμόσχευση, η πιο συχνή δόση έναρξης είναι REVLIMID® 10 mg άπαξ ημερησίως
- Ο γιατρός σας θα καθορίσει τη δόση του REVLIMID® που χρειάζεστε και μπορεί να αυξήσει ή να μειώσει τη δόση σας ανάλογα με την υγεία σας



## Πόσο συχνά πρέπει να παίρνω το REVLIMID®;

- REVLIMID® λαμβάνεται συνεχώς (κάθε μέρα) όταν χορηγείται ως θεραπεία συντήρησης
- Συνεχίστε να παίρνετε το REVLIMID® μέχρι ο γιατρός σας να σας πει να σταματήσετε

## Τι γίνεται αν χάσω μια δόση ή πάρω υπερβολική ποσότητα REVLIMID®;

- Δεν πρέπει ποτέ να παραλείπετε τις δόσεις ή να αλλάζετε τη συνταγογραφημένη δόση του REVLIMID® χωρίς να μιλήσετε πρώτα με τον γιατρό σας
- Εάν παραλείψετε τη δόση του REVLIMID® και έχουν περάσει λιγότερες από 12 ώρες, πάρτε τη μόλις το θυμηθείτε και κατόπιν συνεχίστε το κανονικό δοσολογικό σας πρόγραμμα
- Εάν παραλείψετε τη δόση και έχουν περάσει περισσότερες από 12 ώρες, παραλείψτε τη δόση που ξεχάσατε. Μην προσπαθήσετε να «αποκαταστήσετε» τη δόση λαμβάνοντας δύο δόσεις την επόμενη ημέρα. Συνεχίστε απλώς το κανονικό δοσολογικό σας πρόγραμμα
- Εάν πάρετε υπερβολική ποσότητα REVLIMID® (ή υπερβολική δόση), καλέστε αμέσως τον πάροχο υγειονομικής φροντίδας ή το Κέντρο Πληροφόρησης Δηλητηριάσεων στο 13 11 26

***Να παίρνετε πάντα το REVLIMID® όπως σας έχει συνταγογραφήσει ο γιατρός σας και μην παραλείπετε ποτέ δόσεις. Εάν δεν είστε σίγουροι για το τι να κάνετε, ρωτήστε τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας.***

# Ποιες εξετάσεις θα χρειαστώ;

Ο τακτικός έλεγχος και η τακτική παρακολούθηση θα είναι ένα σημαντικό μέρος της θεραπείας σας με REVLIMID®. Αυτό επιτρέπει στον γιατρό σας να αξιολογήσει πόσο καλά λειτουργεί η θεραπεία σας και να ελέγξει επίσης για ενδείξεις πιθανών παρενεργειών. Δύο από τις πιο συχνές εξετάσεις είναι η **γενική αίματος (FBC)** και Μ-πρωτεΐνης.

## Γενική εξέταση αίματος

Μια γενική εξέταση αίματος χρησιμοποιείται για να μετρήσει πόσοι διαφορετικοί τύποι κυττάρων βρίσκονται στην κυκλοφορία του αίματός σας. Υπάρχουν τρεις κύριοι τύποι κυττάρων του αίματος:

- **Τα ερυθρά αιμοσφαίρια** δίνουν στο αίμα σας το κόκκινο χρώμα και αποτελούν το ήμισυ περίπου του αίματός σας. Τα ερυθρά αιμοσφαίρια γεμίζονται με αιμοσφαιρίνη (Hb), ένα μόριο που μεταφέρει οξυγόνο στον υπόλοιπο οργανισμό
- **Τα λευκά αιμοσφαίρια** αποτελούν μέρος του αμυντικού συστήματος του οργανισμού σας και είναι ενάντια στις λοιμώξεις. Υπάρχουν διάφοροι τύποι λευκών αιμοσφαιρίων. Τα ουδετερόφιλα είναι τα πιο πολυάριθμα και αποτελούν την πρώτη γραμμή άμυνας κατά των λοιμώξεων. Οι αριθμοί ουδετερόφιλων μπορεί να μειωθούν προσωρινά με ορισμένες θεραπείες
- **Τα αιμοπετάλια** εμπλέκονται στη διαδικασία πήξης του αίματος. Συμβάλλουν στη διακοπή της αιμορραγίας και την αποκατάσταση βλαβών στα αιμοφόρα αγγεία

Ο γιατρός σας μπορεί να χρησιμοποιήσει FBC για να βοηθήσει στη διάγνωση του πολλαπλού μυελώματος. Ωστόσο, η διάγνωση δεν μπορεί να γίνει μόνο από μία FBC.

Οι αποφάσεις για τη διακοπή ή/και μείωση της δόσης του REVLIMID® θα βασίζονται στα αποτελέσματα αυτών των εξετάσεων αίματος, καθώς και στη βαρύτητα οποιωνδήποτε άλλων συμπτωμάτων ή παρενεργειών που μπορεί να παρουσιάζετε.

## Εξετάσεις Μ-πρωτεΐνης

Οι γιατροί γενικά ταξινομούν το πολλαπλό μυέλωμα σύμφωνα με τα συμπτώματα και τον βαθμό εξέλιξης της νόσου. Στο πολλαπλό μυέλωμα, ένας από τους τρόπους προσδιορισμού της δραστηριότητας της νόσου είναι μέσω των εξετάσεων Μ-πρωτεΐνης.

Η Μ-πρωτεΐνη είναι ο μη φυσιολογικός τύπος αντισώματος που παράγεται από κύτταρα μυελώματος. Τα επίπεδα της Μ-πρωτεΐνης στο αίμα ή στα ούρα είναι ένα μέτρο του πόσο ενεργή είναι η νόσος στον οργανισμό. Μια μη φυσιολογική αύξηση του επιπέδου της Μ-πρωτεΐνης είναι κοινώς γνωστή ως **M-spike**.

Σε σπάνιες περιπτώσεις πολλαπλού μυελώματος, που είναι γνωστό ως μη εκκριτικό μυέλωμα, τα κύτταρα του μυελώματος παράγουν ελάχιστη ή καθόλου Μ-πρωτεΐνη. Αν και αυτό μπορεί να καταστήσει δυσκολότερη τη διάγνωση και την παρακολούθηση του πολλαπλού μυελώματος, υπάρχουν διαθέσιμες εξαιρετικά ευαίσθητες εξετάσεις, όπως είναι οι εξετάσεις ελαφράς αλυσίδας (SFLC) στον ορό, οι οποίες μπορούν να βοηθήσουν στη διάγνωση και την παρακολούθηση της πάθησης.



# Ποιες είναι οι πιθανές παρενέργειες της Θεραπείας με REVLIMID®;

Όπως όλες οι ιατρικές θεραπείες, η θεραπεία με REVLIMID® ορισμένες φορές σχετίζεται με παρενέργειες. Δεν θα έχουν όλοι παρενέργειες και διαφορετικά άτομα μπορεί να επηρεαστούν από την ίδια παρενέργεια με διαφορετικούς τρόπους.

Θα παρακολουθείστε στενά καθ' όλη τη διάρκεια της θεραπείας σας, γεγονός που θα βοηθήσει να διασφαλιστεί η έγκαιρη ανίχνευση και διαχείριση των παρενεργειών. Η διαχείριση των παρενεργειών θα σας βοηθήσει να συνεχίσετε τη θεραπεία με REVLIMID®. Εάν μια ανεπιθύμητη ενέργεια αποδειχθεί ιδιαίτερα ενοχλητική, ο γιατρός σας μπορεί να αποφασίσει να μειώσει τη δόση σας ή, σε ορισμένες περιπτώσεις, να διακόψει προσωρινά τη θεραπεία σας.

Αυτό το φυλλάδιο παρέχει πληροφορίες σχετικά με τη διαχείριση ορισμένων από τις πιο συχνές παρενέργειες της θεραπείας με REVLIMID®, αλλά δεν αντικαθιστά τις συμβουλές της ομάδας υγειονομικής σας περίθαλψης. Εάν έχετε οποιαδήποτε ανησυχία σχετικά με τις πιθανές ανεπιθύμητες ενέργειες της θεραπείας σας, ενημερώστε τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας. Θα μπορούν να σας εξηγήσουν τους κινδύνους, όπως και να προσφέρουν συμβουλές για την αποτροπή ή ελαχιστοποίηση των πιθανών παρενεργειών.

***Η θεραπεία σας θα έχει καλύτερα αποτελέσματα εάν συζητήσετε με τον γιατρό σας τρόπους για την πρόληψη και τη διαχείριση πιθανών παρενεργειών που μπορεί να προκύψουν.***

***Ενημερώστε τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας το συντομότερο δυνατόν, εάν δεν αισθάνεστε καλά ενώ παίρνετε το REVLIMID®.***

**Σημείωση:** Οι παρακάτω σελίδες συζητούν ορισμένες, αλλά όχι όλες, τις πιθανές παρενέργειες από τη λήψη του REVLIMID®. Για περισσότερες πληροφορίες, ανατρέξτε στις Πληροφορίες Φαρμάκων για Καταναλωτές για το REVLIMID® στη διεύθυνση: [www.guildlink.com.au/gc/ws/celgene/cmi.cfm?product=cjcrevli](http://www.guildlink.com.au/gc/ws/celgene/cmi.cfm?product=cjcrevli)

## Δυνητικά σοβαρές παρενέργειες

### Πιθανές γενετικές ανωμαλίες ή θάνατος ενός αγέννητου μωρού

- ΔΕΝ πρέπει να μείνετε έγκυος ενώ παίρνετε το REVLIMID®. Οι γυναίκες ασθενείς που είναι ήδη έγκυες ή σκοπεύουν να μείνουν έγκυες ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ να πάρουν το REVLIMID®
- Εάν μείνετε έγκυος ενώ παίρνετε το REVLIMID®, σταματήστε αμέσως να το παίρνετε και επικοινωνήστε αμέσως με τον γιατρό σας
- Οι γυναίκες σύντροφοι ανδρών που παίρνουν REVLIMID® πρέπει να καλέσουν αμέσως τον γιατρό τους, εάν μείνουν έγκυες

**Μη δίνετε σπέρμα κατά τη διάρκεια της θεραπείας ή κατά τη διάρκεια της διακοπής της θεραπείας ή για 1 εβδομάδα μετά τη διακοπή της θεραπείας.**

## Δυνητικά σοβαρές παρενέργειες (συνέχεια)

### Θρόμβοι αίματος

Οι θρόμβοι αίματος μπορεί μερικές φορές να προκύψουν με τη θεραπεία με REVLIMID®. Ένας θρόμβος αίματος που σχηματίζεται στις μεγάλες, εν τω βάθει φλέβες του ποδιού ονομάζεται **εν τω βάθει φλεβική θρόμβωση** ή DVT. Εάν σπάσει ένα κομμάτι θρόμβου αίματος, μπορεί να μετακινηθεί προς τους πνεύμονες και να εμποδίσει τη ροή του αίματος εκεί, κάτι που ονομάζεται **πνευμονική εμβολή**.

### Τι μπορείτε να κάνετε:

Σταματήστε να παίρνετε το REVLIMID® και επισκεφτείτε αμέσως έναν γιατρό ή πηγαίστε στο Τμήμα Επειγόντων Περιστατικών στο πλησιέστερο νοσοκομείο, εάν παρουσιάσετε οποιοδήποτε από τα ακόλουθα:

- Ξαφνικό πόνο στο στήθος
- Πόνο, πρήξιμο ή ευαισθησία στα κάτω άκρα, τα χέρια ή το στήθος
- Δύσπνοια
- Γρήγορο καρδιακό παλμός/αναπνοή
- Βήχα με αίμα

### Τι μπορεί να κάνει η ομάδα υγειονομικής σας περίθαλψης:

- Να σας παρακολουθεί στενά και να προτείνει ενέργειες για την ελαχιστοποίηση του κινδύνου
- Να προτείνει κάποιους τρόπους μείωσης του κινδύνου σχηματισμού θρόμβων στο αίμα
- Να συνταγογραφήσει συσκευές ή φάρμακα (φαρμακευτικά προϊόντα που προλαμβάνουν θρόμβους ή «αντιπηκτικά») για να βοηθήσει στη θεραπεία ή την πρόληψη θρόμβων αίματος

## Δυνητικά σοβαρές παρενέργειες (συνέχεια)

### Σοβαρές αλλεργίες και δερματικές αντιδράσεις

Εξανθήματα μπορούν να παρουσιαστούν με τη θεραπεία με REVLIMID®, αλλά είναι συνήθως ήπιες έως μέτριας βαρύτητας και εξαφανίζονται μέσα σε λίγες εβδομάδες. Ωστόσο, ορισμένες σπάνιες μορφές εξανθήματος απαιτούν άμεση ιατρική φροντίδα.

### Τι μπορείτε να κάνετε:

- Ελέγχετε το δέρμα σας για σημεία εξανθήματος (π.χ. ερυθρότητα, κνησμός)

Σταματήστε να παίρνετε το REVLIMID® και επισκεφτείτε αμέσως έναν γιατρό ή πηγαίστε στο Τμήμα Επειγόντων Περιστατικών στο πλησιέστερο νοσοκομείο, εάν παρουσιάσετε οποιοδήποτε από τα ακόλουθα:

- Κνησμό, εξάνθημα ή εξανθήματα, ειδικά εάν καλύπτουν μεγάλες περιοχές ή εξαπλώνονται γρήγορα
- Δέρμα που γίνεται φολιδοειδές, ξεφλουδίζει ή σχηματίζει φυσαλίδες γεμάτες με υγρό
- Οίδημα, φλύκταινες ή αιμορραγία του δέρματος ή του βλεννογόνου του προσώπου, των χειλιών, των ματιών ή του στόματος
- Δύσπνοια, συριγμό ή δυσκολία στην αναπνοή

### Τι μπορεί να κάνει η ομάδα υγειονομικής σας περίθαλψης:

- Θεραπεία με δισκία ή/και κρέμες
- Εάν είναι απαραίτητο, αλλάξτε τη δόση ή διακόψτε το REVLIMID®

**Ορισμένες σπάνιες δερματικές αντιδράσεις μπορεί να απαιτούν θεραπεία στο νοσοκομείο**

## Δυνητικά σοβαρές παρενέργειες (συνέχεια)

### Ουδετεροπενία και σοβαρές λοιμώξεις

**Η ουδετεροπενία** είναι μία μείωση των λευκών αιμοσφαιρίων που ονομάζονται ουδετερόφιλα, τα οποία προστατεύουν από τη λοίμωξη. Είναι αρκετά συχνή με τη θεραπεία με REVLIMID®, ειδικά κατά τους πρώτους μήνες της θεραπείας.

### Τι μπορείτε να κάνετε:

- Μειώστε τον κίνδυνο λοιμώξεων κάνοντας τα εξής:
  - Πλένετε τα χέρια σας με σαπούνι, προσεκτικά και συχνά, και φοράτε μάσκα, όπου χρειάζεται
  - Διατηρείτε καλή προσωπική υγιεινή
  - Διατηρείτε το δέρμα ενυδατωμένο για να μη ραγίσει

Σταματήστε να παίρνετε το REVLIMID® και επισκεφτείτε αμέσως έναν γιατρό ή πηγαίνετε στο Τμήμα Επειγόντων Περιστατικών στο πλησιέστερο νοσοκομείο, εάν παρουσιάσετε συμπτώματα λοίμωξης, όπως τα ακόλουθα:

- Πυρετό (θερμοκρασία άνω των 38°C) ή ρίγη
- Γριππώδη συμπτώματα
- Σύγχυση, ζάλη ή λιποθυμία
- Ερυθρότητα στο σημείο ενός τραύματος
- Γρήγορο παλμό ή αναπνοή
- Βήχα, φλέγμα ή ρινική συμφόρηση
- Στοματικά έλκη, πόνο στο στόμα ή στον λαιμό
- Πόνο ή κάψιμο κατά την ούρηση
- Λιγότερα ούρα από το φυσιολογικό
- Ναυτία, εμετό, διάρροια

## Τι μπορεί να κάνει η ομάδα υγειονομικής σας περίθαλψης:

- Τακτικές εξετάσεις αίματος για να ελέγξουν τις αιματολογικές σας τιμές
- Να σας χορηγήσει φάρμακα για την πρόληψη λοιμώξεων και τη διέγερση της ανάπτυξης των λευκών αιμοσφαιρίων
- Εάν είναι απαραίτητο, αλλάξτε τη δόση ή διακόψτε το REVLIMID®

### Θρομβοκυτταροπενία

Η **θρομβοκυτταροπενία** είναι η μείωση των αιμοπεταλίων (θρομβοκυττάρων), τα οποία συμμετέχουν στη διαδικασία πήξης του αίματος.

## Τι μπορείτε να κάνετε:

Ενημερώστε αμέσως τον γιατρό σας ή την ομάδα υγειονομικής περίθαλψης εάν παρουσιάσετε οποιοδήποτε από τα ακόλουθα:

- Πολλαπλούς ή μεγάλους μώλωπες
- Αίμα στα ούρα ή στα κόπρανα
- Αιφνίδιες ρινορραγίες
- Μικρές κόκκινες ή μωβ κηλίδες στο σώμα
- Αιμορραγία που δεν σταματά με πίεση

## Τι μπορεί να κάνει η ομάδα υγειονομικής περίθαλψής σας:

- Να ελέγχει τακτικά τον αριθμό αιμοπεταλίων σας
- Να σας χορηγεί μεταγγίσεις αιμοπεταλίων
- Εάν είναι απαραίτητο, να αλλάξει τη δόση του REVLIMID®

## Άλλες δυνητικά σοβαρές παρενέργειες

Μερικές άλλες δυνητικά σοβαρές παρενέργειες παρατίθενται παρακάτω:

- Μούδιασμα, μυρμηγκιασμα, πόνοι σαν βελόνες ή άλλα ασυνήθιστα συναισθήματα στα χέρια, τα πόδια, τα δάχτυλα των χεριών ή των ποδιών σας
- Κιτρίνισμα του δέρματος ή των ματιών σας
- Απώλεια ή διαταραχή της όρασης

**Σταματήστε να παίρνετε το REVLIMID® και επισκεφτείτε αμέσως έναν γιατρό ή πηγαίνετε στο Τμήμα Επειγόντων Περιστατικών στο πλησιέστερο νοσοκομείο, εάν παρουσιάσετε οποιοδήποτε από τα ακόλουθα:**

Πιθανή παρενέργεια	Τα συμπτώματα μπορεί να περιλαμβάνουν:
<b>Εγκεφαλικό επεισόδιο</b>	Θολή όραση, σοβαρή κεφαλαλγία, αδυναμία ή μούδιασμα στο πρόσωπο, το χέρι ή το πόδι, πρόβλημα στην ομιλία ή την κατανόηση, απώλεια ισορροπίας
<b>Καρδιακή προσβολή</b>	Ξαφνικό πόνο στο στήθος ή δυσκολία στην αναπνοή
<b>Καρδιακή ανεπάρκεια</b>	Πόνος στο στήθος, σοβαρή αδυναμία, γρήγορο ή ακανόνιστο καρδιακό παλμό ή/και ξαφνική, σοβαρή δύσπνοια και βήχα με ροζ, αφρώδη βλέννα
<b>Νεφρική νόσος</b>	Μικρή ή καθόλου παραγωγή ούρων, υπνηλία, ναυτία, εμετός ή δύσπνοια
<b>Ηπατική ανεπάρκεια ή ιός Ηπατίτιδας Β</b>	Κοιλιακός πόνος, σκούρα ούρα, πυρετός, πόνος στις αρθρώσεις, απώλεια όρεξης, ναυτία και εμετός, κιτρίνισμα του δέρματος ή/και των ματιών

**Επικοινωνήστε αμέσως με τον γιατρό σας εάν παρουσιάσετε οποιοδήποτε από τα παρακάτω:**

<b>Πιθανή παρενέργεια</b>	<b>Τα συμπτώματα μπορεί να περιλαμβάνουν:</b>
<b>Γρήγορο καρδιακός παλμός ή κοιλιακή μαρμαρυγή (ακανόνιστος καρδιακός παλμός)</b>	Ταχυπαλμία ή γρήγορο καρδιακό ρυθμό, πόνοι στο στήθος, ζάλη ή λιποθυμία, δύσπνοια, αδυναμία ή μειωμένη ικανότητα άσκησης
<b>Αναιμία</b>	Κόπωση, πονοκέφαλοι, δύσπνοια, ζάλη και ωχρότητα
<b>Νευρική βλάβη</b>	Μούδιασμα, μυρμηγκιασμα ή αδυναμία των χεριών και των ποδιών
<b>Διαβήτης (υψηλά επίπεδα σακχάρου στο αίμα)</b>	Μεγάλη παραγωγή ούρων, υπερβολική δίψα, ξηροστομία και ξηροδερμία
<b>Καταρράκτη</b>	Θολή όραση ή δυσκολία στην όραση
<b>Χαμηλά επίπεδα μεταλλικών στοιχείων όπως κάλιο, ασβέστιο, μαγνήσιο ή νάτριο</b>	Μη φυσιολογικές κινήσεις του ματιού, σπασμούς, μεταβολές στη διάθεση ή ακανόνιστο καρδιακό ρυθμό



## Άλλες συχνές παρενέργειες

**Οι γαστρεντερικές** παρενέργειες (π.χ. δυσκοιλιότητα, διάρροια ή ναυτία), κόπωση και μυϊκές κράμπες μπορεί να είναι συχνές σε άτομα που λαμβάνουν θεραπεία με REVLIMID®. Αυτές οι παρενέργειες μπορούν γενικά να αντιμετωπιστούν, οπότε μιλήστε με τον γιατρό σας εάν σας δυσκολεύουν.

### Δυσκοιλιότητα

#### Τι μπορείτε να κάνετε:

- Αυξήστε την πρόσληψη υγρών (π.χ. πιείτε ζεστό/θερμό ρόφημα περίπου μισή ώρα πριν από τη συνηθισμένη ώρα για κένωση)
- Να καταναλώνετε τροφές με υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες (π.χ. φρέσκα φρούτα και λαχανικά, δημητριακά ολικής άλεσης). Λάβετε υπόψη σας ένα συμπλήρωμα φυτικών ινών εάν δεν έχετε αρκετές φυτικές ίνες στην τακτική σας διατροφή
- Περπατήστε και κάνετε ήπια ασκήση

### Διάρροια

#### Τι μπορείτε να κάνετε:

- Διατηρήστε την πρόσληψη υγρών σε υψηλά επίπεδα (αποφύγετε την κατανάλωση καφεϊνούχων, ανθρακούχων ή υπερβολικά ζαχαρούχων ποτών)

## Άλλες συχνές παρενέργειες (συνέχεια)

### Ναυτία

#### Τι μπορείτε να κάνετε:

- Προσπαθήστε να αποφύγετε τη ναυτία, όχι απλώς να την ελέγχετε
- Αποφύγετε τρόφιμα ή δυσάρεστες οσμές που προκαλούν ναυτία
- Τρώτε μικρά, συχνά γεύματα αντί για τρία μεγάλα γεύματα
- Μειώστε την ποσότητα υγρών που καταναλώνετε με τα γεύματά σας
- Δοκιμάστε τσάι μέντας ή πιπερόριζας (τζίντζερ), ένα ισοτονικό ρόφημα, ένα κομμάτι ή τρίμματα πάγου
- Ξεκουραστείτε μετά το φαγητό, αλλά μην ξαπλώσετε για τουλάχιστον 2 ώρες μετά το φαγητό

### Μυϊκές κράμπες

#### Τι μπορείτε να κάνετε:

- Παραμείνετε ενεργοί
- Δοκιμάστε ασκήσεις μασάζ και διατάσεις
- Δοκιμάστε ισοτονικά αθλητικά ποτά ή τόνικ

### Κόπωση

#### Τι μπορείτε να κάνετε:

- Διατηρήστε μια υγιεινή διατροφή με άφθονη ποσότητα υγρών
- Προσπαθήστε να συμπεριλαμβάνετε μια ήπια σωματική δραστηριότητα κάθε μέρα
- Αποφύγετε τους υπνάκους κατά τη διάρκεια της ημέρας

## Άλλες συχνές παρενέργειες (συνέχεια)

### Άλλες συχνές παρενέργειες

Μερικές άλλες συχνές παρενέργειες αναφέρονται παρακάτω. Πολλές από αυτές είναι διαχειρίσιμες, οπότε μιλήστε με τον γιατρό σας εάν σας ανησυχούν:

- Μυϊκή αδυναμία
- Απώλεια ενέργειας
- Δυσκολία στον ύπνο
- Διαταραχές γεύσης ή απώλεια γεύσης
- Κατάθλιψη
- Πονοκέφαλος
- Ζάλη
- Δυσπεψία
- Ξηρή επιδερμίδα
- Εφίδρωση
- Πόνοι στα οστά ή τους μύες

# Τι πρέπει να κάνω για να βοηθήσω στην επίτευξη των στόχων της θεραπείας μου;

Υπάρχουν πολλά πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να επιτύχετε τους θεραπευτικούς σας στόχους και να συνεχίσετε να αξιοποιείτε στο έπακρο τη ζωή σας.

- Είναι πολύ σημαντικό να προσπαθήσετε να συνεχίσετε να παίρνετε το REVLIMID® μέχρι ο γιατρός σας να σας πει να το σταματήσετε.
- Είναι επίσης πολύ σημαντικό να παραμένετε σε εγρήγορση για νέα συμπτώματα ή για την επιστροφή προηγούμενων, καθώς και για σημεία πλευρικών μεταβολών στην κατάστασή σας ή στο πώς αισθάνεστε.
- Βεβαιωθείτε ότι έχετε πάντα προμήθεια του φαρμάκου σας και θυμηθείτε να το παίρνετε κάθε μέρα. Εάν μερικές φορές το ξεχάσετε, δοκιμάστε να βάλετε κάπου ένα σημείωμα με μια υπενθύμιση ή να το σημειώσετε κάπου που θα το δείτε.
- Φροντίστε τη γενική σας υγεία με την κατανάλωση θρεπτικής διατροφής, την τακτική ήπια άσκηση, την επαρκή ξεκούραση και τη μείωση του άγχους στην καθημερινή σας ζωή.
- Κάντε ερωτήσεις και μάθετε όσο το δυνατόν περισσότερα για το πολλαπλό μυέλωμα και τη θεραπεία του, καθώς και για πρόσθετους τρόπους βελτίωσης της συνολικής υγείας και ευεξίας σας.
- Να επικοινωνείτε τακτικά με τον γιατρό σας και την ομάδα υγειονομικής περίθαλψης και να μη φοβάστε ποτέ να κάνετε ερωτήσεις σχετικά με την ασθένειά σας ή τη θεραπεία της.
- Αναζητήστε υποστήριξη από σχετικές ενώσεις και ομάδες ασθενών (ορισμένες προτεινόμενες πηγές αναφέρονται στη σελίδα 34–35 αυτού του φυλλαδίου).

***Ένα από τα καλύτερα πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να διαχειριστείτε το μυέλωμά σας είναι να παραμείνετε στο πρόγραμμα θεραπείας που σας έχει συστήσει ο γιατρός σας. Δεν πρέπει ποτέ να παραλείπετε δόσεις, να αλλάζετε ή να σταματάτε τη θεραπεία σας χωρίς πρώτα να μιλήσετε με τον γιατρό σας.***

# Υπάρχουν πράγματα που δεν πρέπει να κάνω στη διάρκεια της θεραπείας;

- ✘ **ΜΗΝ πάρετε αυτό το φάρμακο εάν είστε έγκυος ή νομίζετε ότι είστε έγκυος.** Το REVLIMID® μπορεί να προκαλέσει συγγενείς ανωμαλίες (παραμορφωμένα βρέφη) και μπορεί να επηρεάσει το αναπτυσσόμενο μωρό σας εάν το πάρετε κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης
- ✘ **ΜΗΝ πάρετε το REVLIMID® εάν είστε αλλεργικοί στη λεναλιδομίδα ή σε οποιοδήποτε από τα άλλα συστατικά που αναφέρονται στο κουτί**
- ✘ **ΜΗ μείνετε έγκυος ενόσω παίρνετε το REVLIMID®** (κατά τη διάρκεια της περιόδου των 4 εβδομάδων πριν από την έναρξη της θεραπείας, κατά τη διάρκεια της θεραπείας και επίσης κατά τη διάρκεια της περιόδου των 4 εβδομάδων μετά τη διακοπή της θεραπείας)
- ✘ **ΜΗ θηλάζετε,** καθώς δεν είναι γνωστό εάν το REVLIMID® μπορεί να περάσει στο μητρικό γάλα και να βλάψει ένα θηλάζον βρέφος
- ✘ **ΜΗ δίνετε αίμα κατά τη διάρκεια της θεραπείας ή κατά τη διάρκεια της περιόδου 1 εβδομάδας μετά τη διακοπή της θεραπείας**
- ✘ **ΜΗ δίνετε σπέρμα κατά τη διάρκεια της θεραπείας ή κατά τη διάρκεια της περιόδου 1 εβδομάδας μετά τη διακοπή της** θεραπείας, καθώς το REVLIMID® περνά στο σπέρμα
- ✘ **ΜΗ μοιράζετε το REVLIMID® με άλλους ανθρώπους, ακόμη και αν έχουν παρόμοια συμπτώματα**

## Τι θα συμβεί εάν εγώ ή η σύντροφός μου μείνει έγκυος;

- Εάν μείνετε έγκυος ενώ παίρνετε το REVLIMID®, σταματήστε ευθύς αμέσως να το παίρνετε και επικοινωνήστε αμέσως με τον γιατρό σας
- Εάν είστε άνδρας και η σύντροφός σας μείνει έγκυος ενώ παίρνετε REVLIMID®, πρέπει να καλέσετε αμέσως τον γιατρό σας

# Ασφάλεια και υποστήριξη - πρόγραμμα *i-access*<sup>®</sup>

**Το REVLIMID<sup>®</sup> ανήκει σε μια ομάδα φαρμάκων που είναι γνωστά ως ανοσορρυθμιστικά φάρμακα ή IMiD.** Οι παρακάτω πληροφορίες είναι σημαντικές για όσους λαμβάνουν ένα IMiD. Εάν ληφθεί ένα IMiD κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, μπορεί να προκαλέσει συγγενείς ανωμαλίες ή τον θάνατο ενός αγέννητου βρέφους. Για την αποφυγή έκθεσης σε αγέννητα βρέφη, τα IMiD είναι διαθέσιμα μόνο στο πλαίσιο του προγράμματος *i-access*<sup>®</sup>.

Το πρόγραμμα *i-access*<sup>®</sup> διασφαλίζει ότι η χρήση και η διανομή του REVLIMID<sup>®</sup> παρακολουθείται στενά και ελέγχεται καλά και διασφαλίζει ότι οι ασθενείς είναι πλήρως ενημερωμένοι για τη θεραπεία τους και, το σημαντικότερο, ότι λαμβάνουν όλα τα απαραίτητα μέτρα για την αποφυγή έκθεσης του εμβρύου στο REVLIMID<sup>®</sup>.

Οι ασθενείς που λαμβάνουν REVLIMID<sup>®</sup> έχουν τη δυνατότητα να προτείνουν ένα τοπικό φαρμακείο για να αναπληρώσει το απόθεμά τους μέσω του προγράμματος *i-access*<sup>®</sup>.

**Μόνο οι ασθενείς που έχουν ενταχθεί επίσημα στο πρόγραμμα *i-access*<sup>®</sup> και συμφωνούν να συμμορφώνονται με όλες τις απαιτήσεις αυτού του προγράμματος μπορούν να λάβουν REVLIMID<sup>®</sup>. Για μια πλήρη λίστα των απαιτήσεων και για περισσότερες πληροφορίες, ανατρέξτε στο κιτ πόρων και στις πληροφορίες προϊόντος *i-access*<sup>®</sup>.**

**i-access**<sup>®</sup>

## Ποιες είναι οι απαιτήσεις για τους ασθενείς που εντάσσονται στο πρόγραμμα *i-access*<sup>®</sup>;

Ειδικές απαιτήσεις του προγράμματος *i-access*<sup>®</sup> για γυναίκες που μπορούν να μείνουν έγκυες\*

### Σημαντικό: ΜΗ μείνετε έγκυος:

- Κατά τη διάρκεια των 4 εβδομάδων πριν από την έναρξη της θεραπείας με IMiD
- Κατά τη λήψη ενός IMiD
- Κατά τη διάρκεια οποιασδήποτε διακοπής της θεραπείας με IMiD
- Κατά τη διάρκεια της περιόδου των 4 εβδομάδων μετά την ολοκλήρωση της θεραπείας IMiD

### Πριν από την έναρξη της θεραπείας:

- Πρέπει να υπογράψετε μια συγκατάθεση ασθενούς *i-access*<sup>®</sup>, στην οποία συμφωνείτε να μην μείνετε έγκυος ενώ λαμβάνετε ένα IMiD
- Πρέπει να χρησιμοποιείτε τουλάχιστον μία εξαιρετικά αποτελεσματική και, κατά προτίμηση, μία πρόσθετη αποτελεσματική μέθοδο αντισύλληψης (αντισύλληψη)<sup>†</sup> κατά τη διάρκεια της περιόδου των 4 εβδομάδων πριν ξεκινήσετε ένα IMiD
- Πρέπει να έχετε ένα αρνητικό τεστ εγκυμοσύνης υπό ιατρική επίβλεψη\*\* που να έχει επιβεβαιωθεί από τον γιατρό σας είτε κατά τη στιγμή της επίσκεψης, είτε εντός 3 ημερών πριν από την επίσκεψη στον γιατρό
- Το τεστ κυήσεως πρέπει να παρακολουθείται ιατρικά και δεν θα πρέπει να είναι τεστ εγκυμοσύνης από φαρμακείο

\*Περιλαμβάνει: γυναίκες που έχουν έμμηνο ρύση, αμηνόρροια λόγω προηγούμενης ιατρικής θεραπείας, < 50 ετών ή/και περιεμμηνοπάυση, γυναίκες που δεν έχουν φυσική εμμηνόπαυση για ≥12 συνεχόμενους μήνες. <sup>†</sup>Οι εξαιρετικά αποτελεσματικές μορφές αντισύλληψης περιλαμβάνουν την ενδομήτρια συσκευή (IUD) (δεν συνιστώνται οι IUD), ορμονικές μεθόδους<sup>†</sup> (αντισυλληπτικά χάπια, ενέσεις, εμφυτεύματα, δακτύλιος), στείρωση των σαλπίγγων ή εκτομή σπερματικού πόρου του συντρόφου (επιβεβαιωμένη με 2 αρνητικές αναλύσεις σπέρματος). Πρόσθετες αποτελεσματικές μορφές αντισύλληψης περιλαμβάνουν το διάφραγμα, το τραχηλικό κάλυμμα ή το προφυλακτικό από λάτεξ/πολυουρεθάνιο από τον άνδρα σύντροφό της. <sup>‡</sup>Για ορισμένα IMiD, συνιστώνται μόνο χάπια προγεστερόνης. Τα συνδυασμένα από του στόματος αντισυλληπτικά δεν συνιστώνται. Ρωτήστε τον γιατρό σας ποια μέθοδο αντισύλληψης θα πρέπει να χρησιμοποιήσετε. \*\*Ιατρικά επιτυχημένη σημαίνει μια εξέταση που έχει διεξαχθεί ή επιβλέπεται από έναν επαγγελματία υγείας (ΕΥ). Ο επαγγελματίας υγείας θα πρέπει να ανατρέξει στις σχετικές πληροφορίες προϊόντος (Αυστραλία) ή στο δελτίο δεδομένων (Νέα Ζηλανδία) για λεπτομέρειες σχετικά με τον τύπο των τεστ κυήσεως που θα πρέπει να κάνετε. Μια εξέταση που πραγματοποιείται στο σπίτι χωρίς ιατρική επίβλεψη ΔΕΝ είναι αποδεκτή.

## Κατά τη διάρκεια της θεραπείας:

- Πρέπει να συνεχίσετε να χρησιμοποιείτε τουλάχιστον μία εξαιρετικά αποτελεσματική και, κατά προτίμηση, μία πρόσθετη αποτελεσματική μέθοδο αντισύλληψης (αντισύλληψη)
- Πρέπει επίσης να υποβάλλεστε σε τακτικά τεστ εγκυμοσύνης υπό ιατρική επίβλεψη, ανεξάρτητα από το εάν ασκείται συνεχής αποχή:
  - Κάθε 4 εβδομάδες κατά τη διάρκεια της θεραπείας

## Και

- Τα τεστ εγκυμοσύνης θα πρέπει να πραγματοποιούνται την ημέρα της επίσκεψης στο γιατρό ή εντός 3 ημερών πριν από την επίσκεψη
- Δεν πρέπει να θηλάζετε ή να δίνετε αίμα<sup>^</sup>
- Ποτέ μην μοιράζεστε, σπάτε, μασάτε ή ανοίγετε τις κάψουλες του IMiD

**Σημείωση:** Εάν χάσετε μία περίοδο, εμφανίσετε οποιαδήποτε ανωμαλία στην έμμηνο ρύση, μείνετε έγκυος ή έχετε σεξουαλική επαφή χωρίς να χρησιμοποιήσετε αποτελεσματικά μέσα αντισύλληψης (αντισύλληψη):

- Σταματήστε να παίρνετε το IMiD αμέσως, ενημερώστε αμέσως τον γιατρό σας και κάντε τεστ εγκυμοσύνης

<sup>^</sup>Στην Αυστραλία, οι ασθενείς με μελέωμα αποκλείονται μόνιμα από τη δωρεά αίματος.



## Για 4 εβδομάδες μετά τη θεραπεία:

- Πρέπει να συνεχίσετε να χρησιμοποιείτε τουλάχιστον μία εξαιρετικά αποτελεσματική και, κατά προτίμηση, μία πρόσθετη αποτελεσματική μέθοδο αντισύλληψης (αντισύλληψη)
- Πρέπει να συνεχίσετε τα τεστ εγκυμοσύνης υπό ιατρική επίβλεψη κάθε 4 εβδομάδες, διασφαλίζοντας ότι το τεστ κυήσεως πραγματοποιείται 4 εβδομάδες μετά τη διακοπή της θεραπείας
- Δεν πρέπει να θηλάζετε ή να δίνετε αίμα<sup>^</sup>

**Σημείωση:** Εάν χάσετε μία περίοδο, εμφανίσετε οποιαδήποτε ανωμαλία στην έμμηνο ρύση, μείνετε έγκυος ή έχετε σεξουαλική επαφή χωρίς να χρησιμοποιήσετε αποτελεσματικά μέσα αντισύλληψης (αντισύλληψη):

- Ενημερώστε αμέσως τον γιατρό σας και κάνετε τεστ εγκυμοσύνης
- Εάν παρουσιάσετε οποιαδήποτε ανεπιθύμητη ενέργεια, θα πρέπει να ενημερώσετε τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας
- Θα πρέπει πάντα να επιστρέφετε τα αχρησιμοποίητα καψάκια στον φαρμακοποιό σας για ασφαλή απόρριψη το συντομότερο δυνατό

<sup>^</sup>Στην Αυστραλία, οι ασθενείς με μελάνωμα αποκλείονται μόνιμα από τη δωρεά αίματος.

# Ειδικές απαιτήσεις του προγράμματος *i-access[/g1]*<sup>®</sup> για γυναίκες που μπορούν να μείνουν έγκυες

## Πριν από την έναρξη της θεραπείας:

- Πρέπει να υπογράψετε μια συγκατάθεση ασθενούς *i-access*<sup>®</sup>, υποδεικνύοντας ότι δεν έχετε τη δυνατότητα να μείνετε έγκυος
- Αυτό σημαίνει ότι είστε τουλάχιστον 50 ετών και είστε φυσικά μετεμμηνόπαυσιακή για τουλάχιστον 12 μήνες
- Ή έχετε πρώιμη ωθηκική ανεπάρκεια επιβεβαιωμένη από ειδικό γυναικολόγο
- Ή έχετε αφαιρέσει τη μήτρα σας (**υστερεκτομή**)
- Ή εάν έχετε αφαιρέσει και τις δύο ωθήκες
- Ή έχετε γονότυπο XY
- Ή πάσχετε από σύνδρομο Turner
- Ή έχετε αγενεσία της μήτρας

## Κατά τη διάρκεια της θεραπείας και κατά τη διάρκεια των διακοπών της:

- Δεν πρέπει να δίνετε αίμα<sup>^</sup>
- Μη μοιράζετε ποτέ τις κάψουλες IMiD

## Για 4 εβδομάδες μετά τη θεραπεία:

- Δεν πρέπει να δίνετε αίμα<sup>^</sup>
- Θα πρέπει πάντα να επιστρέφετε τα αχρησιμοποίητα καψάκια στον φαρμακοποιό σας για ασφαλή απόρριψη το συντομότερο δυνατόν

**Σημείωση:** Εάν παρουσιάσετε οποιαδήποτε ανεπιθύμητη ενέργεια, θα πρέπει να ενημερώσετε τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας.

<sup>^</sup>Στην Αυστραλία, οι ασθενείς με μυέλωμα αποκλείονται μόνιμα από τη δωρεά αίματος.

## Απαιτήσεις προγράμματος *i-access*<sup>®</sup> για άνδρες

### Πριν από την έναρξη της θεραπείας:

- Τα IMiD υπάρχουν στο σπέρμα. Συνεπώς, πρέπει να υπογράψετε μια συγκατάθεση ασθενούς *i-access*<sup>®</sup>, όπου συμφωνείτε να χρησιμοποιείτε προφυλακτικό από λάτεξ/πολυουρεθάνιο\* **ΚΑΘΕ ΦΟΡΑ** που έχετε σεξουαλική επαφή με γυναίκα που είναι ή μπορεί να μείνει έγκυος (ακόμα και αν έχετε κάνει επιτυχή εκτομή σπερματικού πόρου)

### Κατά τη διάρκεια της θεραπείας και κατά τη διάρκεια των διακοπών της:

- Πρέπει να χρησιμοποιείτε προφυλακτικό από λάτεξ/πολυουρεθάνιο **ΚΑΘΕ ΦΟΡΑ** που έχετε σεξουαλική επαφή με γυναίκα που είναι ή μπορεί να μείνει έγκυος (ακόμα και αν έχετε κάνει επιτυχή εκτομή σπερματικού πόρου)
- Πρέπει να ενημερώσετε τον γιατρό σας αμέσως εάν έχετε σεξουαλική επαφή με γυναίκα χωρίς να χρησιμοποιείτε προφυλακτικό από λάτεξ/πολυουρεθάνιο ή εάν πιστεύετε για οποιοδήποτε λόγο ότι η σύντροφός σας μπορεί να είναι έγκυος
- Δεν πρέπει να δίνετε αίμα<sup>^</sup> ή σπέρμα
- Ποτέ μην μοιράζεστε, σπάτε, μασάτε ή ανοίγετε τις κάψουλες του IMiD

\*Σε περίπτωση αλλεργίας στο λάτεξ και την πολυουρεθάνη, οποιαδήποτε σεξουαλική σύντροφος πρέπει να χρησιμοποιήσει τουλάχιστον μία εξαιρετικά αποτελεσματική και, κατά προτίμηση,

μία πρόσθετη αποτελεσματική μέθοδο αντισύλληψης. Συζητήστε με τον γιατρό σας.

<sup>^</sup>Στην Αυστραλία, οι ασθενείς με μυέλωμα αποκλείονται μόνιμα από τη δωρεά αίματος.

## Για 4 εβδομάδες μετά τη θεραπεία:

- Πρέπει να συνεχίσετε να χρησιμοποιείτε προφυλακτικό από λάτεξ/ πολυουρεθάνιο **ΚΑΘΕ ΦΟΡΑ** που έχετε σεξουαλική επαφή με γυναίκα που είναι ή μπορεί να μείνει έγκυος (ακόμα κι αν έχετε κάνει επιτυχή εκτομή σπερματικού πόρου)
- Πρέπει να ενημερώσετε τον γιατρό σας εάν έχετε σεξουαλική επαφή με γυναίκα χωρίς να χρησιμοποιείτε προφυλακτικό από λάτεξ/πολυουρεθάνη ή εάν πιστεύετε για οποιονδήποτε λόγο ότι η σύντροφός σας μπορεί να είναι έγκυος
- Δεν πρέπει να δίνετε αίμα<sup>^</sup> ή σπέρμα
- Θα πρέπει πάντα να επιστρέφете τα αχρησιμοποίητα καψάκια στον φαρμακοποιό σας για ασφαλή απόρριψη το συντομότερο δυνατόν

**Σημείωση:** Εάν παρουσιάσετε οποιαδήποτε ανεπιθύμητη ενέργεια, θα πρέπει να ενημερώσετε τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας.

<sup>^</sup>Στην Αυστραλία, οι ασθενείς με μυέλωμα αποκλείονται μόνιμα από τη δωρεά αίματος.

# Πού μπορώ να βρω περισσότερες πληροφορίες;

Μην φοβάστε ποτέ να ρωτήσετε τον γιατρό σας εάν έχετε οποιοσδήποτε ερωτήσεις ή ανησυχίες σχετικά με τη νόσο ή/και τη θεραπεία της ή εάν απλά θέλετε να μάθετε πού μπορείτε να απευθυνθείτε για περισσότερες πληροφορίες. Θα αποτελεί πάντα την πιο αξιόπιστη πηγή πληροφοριών και συμβουλών.

Για συμβουλές σχετικά με τον τρόπο πρόληψης ή ελαχιστοποίησης των ανεπιθύμητων ενεργειών που σχετίζονται με τη θεραπεία, μιλήστε με τον γιατρό σας ή άλλα μέλη της ομάδας υγειονομικής σας περίθαλψης που εμπλέκονται στη θεραπεία σας (π.χ. νοσηλεύτης ή φαρμακοποιός).

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το REVLIMID® ή/και το πρόγραμμα *i-access*® μπορείτε να λάβετε καλώντας το Τμήμα Εξυπηρέτησης Πελατών της Bristol Myers Squibb στο 1800 235 4363 και πατώντας το «3» στο αυτόματο μήνυμα.

## Χρήσιμες επαφές

### Myeloma Australia

Υποστηρίζει και παρέχει πληροφορίες σε όσους επηρεάζονται από το μυέλωμα, ενώ υποστηρίζει τη διαθεσιμότητα της βέλτιστης θεραπείας και την υποστήριξη της έρευνας.

Η γραμμή υποστήριξης υποστηρίζεται από εξειδικευμένους νοσηλευτές για το μυέλωμα, οι οποίοι υποστηρίζουν ασθενείς που έχουν διαγνωστεί με μυέλωμα.

**Γραμμή υποστήριξης:** 1800 MYELOMA (1800 693 566)

**Διαδίκτυο:** [www.myeloma.org.au](http://www.myeloma.org.au)

### Leukaemia Foundation

Μπορεί να παρέχει υποστήριξη από ειδικευμένους επαγγελματίες υγείας, μεταφορά στα περισσότερα μητροπολιτικές κέντρα θεραπείας, διαμονή για ασθενείς που ζουν στην περιφέρεια και λαμβάνουν θεραπεία σε μητροπολιτικές περιοχές, καθώς και πρακτική υποστήριξη.

**Τηλ.:** 1800 620 420 | **Διαδίκτυο:** [www.leukemia.org.au](http://www.leukemia.org.au)

## Χρήσιμες επαφές (συνέχεια)

### Cancer Council of Australia

Παρέχει ένα ευρύ φάσμα προγραμμάτων πληροφόρησης και υποστήριξης για άτομα που έχουν προσβληθεί από καρκίνο, συμπεριλαμβανομένου του μυελώματος

**Γραμμή βοήθειας:** 13 11 20

**Web:** [www.cancer.org.au](http://www.cancer.org.au)

### Cancer Institute NSW

Παρέχει ένα ευρύ φάσμα προγραμμάτων πληροφόρησης και υποστήριξης για άτομα που έχουν προσβληθεί από καρκίνο

**Τηλ.:** (02) 8374 5600

**Διαδίκτυο:** [www.cancerinstitute.org.au](http://www.cancerinstitute.org.au)

### National Prescribing Service (NPS)

Παρέχει ένα ευρύ φάσμα προγραμμάτων πληροφόρησης και υποστήριξης για άτομα που έχουν προσβληθεί από καρκίνο

**Τηλ.:** 1300 MEDICINE (1300 633 424)

**Διαδίκτυο:** [www.nps.org.au](http://www.nps.org.au)

### Lab Tests Online

Ένας δημόσιος πόρος για κλινικές εργαστηριακές εξετάσεις από τους εργαστηριακούς επαγγελματίες που διεξάγουν τις εξετάσεις

**Διαδίκτυο:** [www.labtestsonline.org.au](http://www.labtestsonline.org.au)

# Πληροφορίες για φίλους, μέλη της οικογένειας και φροντιστές

**Αυτή η ενότητα του φυλλαδίου έχει σχεδιαστεί για να διαβάζεται από μέλη της οικογένειας, φίλους και φροντιστές ατόμων που λαμβάνουν θεραπεία με REVLIMID®.**

Αυτή η ενότητα περιέχει ορισμένες γενικές πληροφορίες σχετικά με τους τρόπους με τους οποίους μπορείτε να βοηθήσετε στην υποστήριξη του μέλους της οικογένειάς σας, του φίλου ή του ατόμου που φροντίζετε, κατά τη διάρκεια της θεραπείας τους με το REVLIMID®. Η ενημέρωση για τη νόσο και τη θεραπεία θα σας βοηθήσει να καταλάβετε τι μπορεί να βιώνουν.

Υπάρχουν πολλοί τρόποι για να είστε υποστηρικτικοί, όπως να βοηθήσετε με τις δουλειές του σπιτιού, να δίνετε υπενθυμίσεις φαρμάκων ή να παρέχετε έναν ώμο για στήριξη. Να θυμάστε, είναι επίσης σημαντικό να φροντίζετε τον εαυτό σας σε αυτό το δύσκολο χρονικό διάστημα - η διατήρηση της υγείας σας και η δημιουργία χρόνου για τον εαυτό σας θα σας βοηθήσουν να είστε σε θέση να παρέχετε υποστήριξη.

## Ποιοι είναι μερικοί πρακτικοί τρόποι με τους οποίους μπορώ να βοηθήσω;



### Κατανοήστε την κατάσταση του/της

Η ανάγνωση για το πολλαπλό μυέλωμα και τη θεραπεία του θα σας βοηθήσει να κατανοήσετε καλύτερα τι βιώνει το μέλος/φίλος της οικογένειάς σας. Η παρακολούθηση ιατρικών ραντεβού μαζί τους αποτελεί επίσης εξαιρετική υποστήριξη, καθώς και ευκαιρία να κάνετε ερωτήσεις.

Επισκεφθείτε τους παρακάτω ιστότοπους για να μάθετε περισσότερα:

- [www.myeloma.org.au](http://www.myeloma.org.au)
- [www.leukaemia.org.au](http://www.leukaemia.org.au)



### Μάθετε για τα φάρμακά του/της

Εξοικειωθείτε με το τι κάνει κάθε φάρμακο, τότε πρέπει να λαμβάνεται και τότε οι συνταγές χρειάζονται ανανέωση (η χρήση ημερολογίου μπορεί να βοηθήσει). Εάν δεν θυμάται πάντα να παίρνει τα φάρμακά του/της, μπορείτε να συζητήσετε στρατηγικές για να του/της υπενθυμίσετε, για παράδειγμα να θέσετε ένα ξυπνητήρι ή να αφήσετε ένα σημείωμα όπου θα το βλέπει καθημερινά.





## Να γνωρίζετε τις παρενέργειες

Ένας πολύ σημαντικός τρόπος για να σας βοηθήσει είναι να προσέχετε για τυχόν παρενέργειες που μπορεί να βιώσει. Εάν ο ασθενής παρουσιάσει ανεπιθύμητες ενέργειες, βεβαιωθείτε ότι θα επικοινωνήσει αμέσως με τον γιατρό ή την ιατρική ομάδα του.



## Βοήθεια με τις καθημερινές εργασίες

Η βοήθεια σε εργασίες όπως η μαγειρική, τα ψώνια, η κηπουρική, η οικιακή εργασία, η διαχείριση εγγράφων όπως η πληρωμή λογαριασμών, η φύλαξη παιδιών ή η οδήγηση σε ραντεβού μπορεί να κάνει μεγάλη διαφορά. Δεν χρειάζεται να το κάνετε μόνοι σας – θα μπορούσατε να συντονίσετε ένα πρόγραμμα ή να συνεργαστείτε με άλλα μέλη της οικογένειας και φίλους που είναι πρόθυμοι να βοηθήσουν.



## Απλά να είστε εκεί γι' αυτόν/αυτήν

Μην υποτιμάτε τη σημασία των απλών πραγμάτων που δείχνουν ότι νοιάζεστε, όπως να ακούτε τις σκέψεις του/της και να παραμένετε σε επαφή. Αν νιώθει αρκετά καλά, ένας πολύ καλός τρόπος για να είστε υποστηρικτικοί και να βοηθήσετε να αποφύγει τις συνεχείς σκέψεις της πάθησής του/της, είναι να οργανώσετε κάποιες «κανονικές» δραστηριότητες για να κάνετε μαζί, όπως να δείτε μια ταινία, να βγείτε έξω για δείπνο ή να βγείτε έξω για φρέσκο αέρα και άσκηση.

## Ποιες είναι μερικές συμβουλές για τη φροντίδα της δικής μου ευεξίας;

Η φροντίδα ενός ατόμου με πολλαπλό μυέλωμα είναι δύσκολη και μπορεί να είναι εύκολο να αγνοήσετε την δική σας ευεξία. Αλλά αν δεν είστε ο καλύτερος εαυτός σας, θα είναι δύσκολο να προσφέρετε την καλύτερη φροντίδα σε κάποιον άλλο. Επομένως, είναι πολύ σημαντικό να έχετε χρόνο για τις ανάγκες σας, συμπεριλαμβανομένης της σωματικής σας υγείας, της συναισθηματικής σας ευεξίας και της κοινωνικής σας ζωής. Ακολουθούν μερικές συμβουλές που μπορεί να σας βοηθήσουν.



### Συμβουλές για τη σωματική υγεία

- Προσπαθήστε να τρώτε τρία υγιεινά, καλά ισορροπημένα γεύματα την ημέρα
- Διατηρείτε ενυδατωμένο το σώμα σας πίνοντας άφθονα υγρά
- Μειώστε τα λιπαρά τρόφιμα, τη ζάχαρη, την καφεΐνη και το αλκοόλ
- Βεβαιωθείτε ότι κοιμάστε επαρκώς
- Ασκηθείτε τακτικά και ομαλά
- Αφιερώστε χρόνο για να χαλαρώσετε καθημερινά
- Μην ξεχνάτε να φροντίζετε τη δική σας υγεία. Συμβουλευτείτε τον επαγγελματία υγείας σας όταν χρειάζεται



## Συμβουλές για ψυχολογική ευεξία

- Να έχετε επίγνωση των ενδείξεων συναισθηματικής δυσφορίας (π.χ. άγχος, κατάθλιψη, θυμός και άγχος) και να ζητάτε επαγγελματική βοήθεια εάν απαιτείται
- Κάντε μερικές τεχνικές άσκησης, βαθιάς αναπνοής ή χαλάρωσης για να ανακουφίσετε την ένταση και να καθαρίσετε τις σκέψεις σας
- Βρείτε ένα συνηθισμένο χόμπι ή διαλέξτε ένα μάθημα που σας ενδιαφέρει
- Μην νιώθετε ενοχές για το αν θέλετε ή χρειάζεστε χρόνο μακριά από τα καθήκοντά σας ως φροντιστής
- Κάντε μικρά διαλείμματα και κανονίστε εναλλακτική φροντίδα, έτσι ώστε να νιώθετε ασφάλεια και άνεση κατά τη διάρκεια του προσωπικού σας χρόνου
- Συζητήστε με στενούς φίλους ή συγγενείς σχετικά με τα συναισθήματά σας ή αλλαγές στη διάθεσή σας που μπορεί να έχουν παρατηρήσει
- Γίνετε μέλος μιας ομάδας υποστήριξης ή μιας διαδικτυακής αίθουσας συνομιλιών με άλλους φροντιστές που βρίσκονται σε παρόμοια κατάσταση (δείτε τη σελίδα 34–35) για οργανισμούς που μπορούν να βοηθήσουν)
- Ζητήστε επαγγελματική βοήθεια εάν δυσκολεύεστε να αντιμετωπίσετε την κατάσταση



## Συμβουλές για τη διατήρηση των κοινωνικών σχέσεων

- Καθησυχάστε την οικογένεια και τους φίλους σας ότι παρόλο που μπορεί να μην τους βλέπετε όσο συχνά θα θέλατε, χρειάζεστε και εκτιμάτε την υποστήριξή τους
- Μοιραστείτε τις εμπειρίες σας ως φροντιστής υγείας μαζί τους, ώστε να μπορέσουν να καταλάβουν πώς είναι για εσάς, αλλά επίσης ρωτήστε τους τι συμβαίνει στη ζωή τους
- Αποδεχτείτε προσκλήσεις σε κοινωνικές εκδηλώσεις ή προσκαλέστε άλλους να σας επισκεφτούν στο σπίτι
- Καλέστε ή σχεδιάστε να δείτε άτομα με τα οποία έχετε χάσει την επαφή σας
- Γίνετε μέλος μιας ομάδας ή μιας ομαδικής δραστηριότητας

# Γλωσσάρι

**Αιμοπετάλια:** Τα μικρότερα κύτταρα στο αίμα, απαραίτητα για την πήξη του αίματος. Ονομάζονται επίσης και θρομβοκύτταρα

**Αναιμία:** Μια πάθηση στην οποία ο αριθμός των ερυθρών αιμοσφαιρίων είναι κάτω από το φυσιολογικό, με αποτέλεσμα την κόπωση ή αδυναμία

**Ανοσοποιητικό σύστημα:** Η σύνθετη ομάδα οργάνων και κυττάρων που προστατεύει τον οργανισμό από λοιμώξεις και ασθένειες

**Ανοσοτροποποιητικός παράγοντας:** Μια ουσία που διεγείρει το ανοσοποιητικό σύστημα για να βοηθήσει τον οργανισμό να καταπολεμήσει τον καρκίνο.

**Αντιεμετικό:** Ένα φάρμακο που αποτρέπει τη ναυτία και τον έμετο

**Αντισώματα:** Πρωτεΐνες που καταπολεμούν τις λοιμώξεις

**Αξονική τομογραφία (CT):** Μια τεχνική απεικόνισης που χρησιμοποιεί έναν υπολογιστή για τη δημιουργία τρισδιάστατων εικόνων ακτίνων Χ

**ASCT (αυτόλογη μεταμόσχευση βλαστοκυττάρων):** Μια θεραπεία που χρησιμοποιείται για την αντικατάσταση του μυελού των οστών που χάθηκε μετά από χημειοθεραπεία υψηλής δόσης με υγιή βλαστοκύτταρα που ελήφθησαν από το αίμα ή τον μυελό των οστών σας

**Βλαστοκύτταρο:** Ένα κύτταρο που μπορεί να εξελιχθεί σε μια μεγάλη ποικιλία διαφορετικών τύπων κυττάρων. Τα βλαστοκύτταρα βρίσκονται στον μυελό των οστών, όπου αναπτύσσονται σε διαφορετικούς τύπους κυττάρων του αίματος

**Βλεννογόνος:** Μια λιπαντική μεμβράνη που καλύπτει την εσωτερική επιφάνεια ενός οργάνου

**Γαστρεντερικό:** Σχετικό με το πεπτικό σύστημα

**Γενική εξέταση αίματος (FBC):** Μια εξέταση που μετρά τον αριθμό και τους τύπους των κυττάρων που κυκλοφορούν στο αίμα

**Εν τω βάθει φλεβική θρόμβωση:** Θρόμβος αίματος στις μεγάλες φλέβες των ποδιών

**Ερυθρά αιμοσφαίρια:** Κύτταρα που μεταφέρουν οξυγόνο στους ιστούς του σώματος

**Θεραπεία συντήρησης:** Μια πρόσθετη θεραπεία που χορηγείται για τη βελτίωση της επιτυχίας μιας πρωτογενούς αντικαρκινικής θεραπείας, όπως η μεταμόσχευση βλαστικών κυττάρων

**Θρομβοκυτταροπενία:** Μια πάθηση στην οποία ο αριθμός των αιμοπεταλίων - ή των θρομβοκυττάρων - είναι κάτω από το φυσιολογικό, με αποτέλεσμα την εύκολη τάση για μώλωπες και αιμορραγία

**Καρκίνος:** Ένας όρος για οποιαδήποτε νόσο στην οποία τα κατεστραμμένα ή μη φυσιολογικά κύτταρα διαιρούνται και πολλαπλασιάζονται ανεξέλεγκτα

**Κύτταρα μυελώματος:** Κατεστραμμένα πλασματοκύτταρα που παράγονται στον μυελό των οστών

**Κύτταρα πλάσματος:** Ειδικά λευκά αιμοσφαίρια που παράγουν αντισώματα

**Λεναλιδομίδα:** Το δραστικό συστατικό του REVLIMID®. Λειτουργεί με πολλαπλούς τρόπους εντός του μυελού των οστών για να σταματήσει ή να επιβραδύνει την ανάπτυξη των καρκινικών κυττάρων μυελώματος

**Λευκά αιμοσφαίρια:** Κύτταρα που βοηθούν τον οργανισμό να καταπολεμήσει τις λοιμώξεις και τις ασθένειες

**M-πρωτεΐνη:** Ένας τύπος αντισώματος που παράγεται από κύτταρα μυελώματος. Ο γιατρός σας μπορεί να εξετάσει το επίπεδο της M-πρωτεΐνης στο αίμα ή/και στα ούρα σας, για να παρακολουθήσει τη νόσο σας και να αξιολογήσει πόσο καλά ανταποκρίνεστε στη θεραπεία

**M-spike:** Μη φυσιολογική αύξηση του επιπέδου της M-πρωτεΐνης

**Μαγνητική τομογραφία (MRI):** Μια τεχνική απεικόνισης που χρησιμοποιεί μαγνητική ενέργεια για την παροχή λεπτομερών εικόνων οστών και μαλακών μορίων

**Μυελός των οστών:** Ο μαλακός, σπογγώδης ιστός στο κέντρο μεγάλων οστών που παράγει λευκά αιμοσφαίρια, ερυθρά αιμοσφαίρια και αιμοπετάλια

**PET (τομογραφία εκπομπής ποζιτρονίων):** Μια τεχνική απεικόνισης στην οποία χρησιμοποιείται ραδιενεργή γλυκόζη (ζάχαρη) για την επισήμανση των καρκινικών κυττάρων

**Πνευμονική εμβολή:** Θρόμβος αίματος σε μια αρτηρία στους πνεύμονες που αποτρέπει τη φυσιολογική ροή του αίματος

**Ουδετεροπενία:** Ανεπάρκεια ουδετερόφιλων στο αίμα. Τα ουδετερόφιλα είναι ο πιο συχνός τύπος λευκών αιμοσφαιρίων

**Υπολειμματική νόσος:** Ο όρος που χρησιμοποιείται για μικρούς αριθμούς καρκινικών κυττάρων που παραμένουν στον μυελό των οστών κατά τη διάρκεια της θεραπείας ή μετά τη θεραπεία όταν ένας ασθενής βρίσκεται σε ύφεση

**Υποτροπή:** Η επιστροφή της νόσου ή της εξέλιξης της νόσου

**Υστερεκτομή:** Μια χειρουργική επέμβαση στην οποία αφαιρείται η μήτρα

**Ύφεση:** Μείωση ή χαμηλό επίπεδο συμπτωμάτων



**Revlimid<sup>®</sup>**  
(lenalidomide) capsules

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Το REVLIMID<sup>®</sup> (λεναλιδομίδη) σχετίζεται δομικά με τη «θαλιδομίδη», η οποία είναι γνωστό ότι προκαλεί σοβαρές απειλητικές για τη ζωή συγγενείς ανωμαλίες στον άνθρωπο (παραμορφωμένα βρέφη) και θάνατο σε ένα αγέννητο μωρό, εάν ληφθεί κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης. Εάν το REVLIMID<sup>®</sup> ληφθεί κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, μπορεί να προκαλέσει συγγενείς ανωμαλίες ή θάνατο ενός αγέννητου βρέφους. Μην πάρετε το REVLIMID<sup>®</sup> εάν είστε έγκυος ή πιστεύετε ότι είστε έγκυος.

**Σημείωση:** Αυτό το φυλλάδιο δεν περιέχει όλα όσα πρέπει να γνωρίζετε για το πολλαπλό μυέλωμα ή τη θεραπεία του και δεν προορίζεται να αντικαταστήσει τις επαγγελματικές ιατρικές συμβουλές. Η κύρια πηγή πληροφοριών σας θα πρέπει πάντα να είναι ο γιατρός σας και άλλοι πάροχοι υγειονομικής περίθαλψης που εμπλέκονται στη φροντίδα σας. Θα πρέπει να ακολουθείτε τις οδηγίες του γιατρού σας ανά πάσα στιγμή και να επικοινωνήσετε με τον γιατρό σας εάν έχετε οποιοσδήποτε ερωτήσεις σχετικά με την κατάστασή σας ή τη θεραπεία της.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το REVLIMID<sup>®</sup> ανατρέξτε στο φυλλάδιο Πληροφοριών Κατανάλωσης Φαρμάκων (CMI) για το REVLIMID<sup>®</sup>, το οποίο είναι διαθέσιμο στη διεύθυνση: <http://www.guildlink.com.au/gc/ws/celgene/cmi.cfm?product=cjcrevli>

Celgene Pty Ltd. ABN 42 118 998 771. Level 15, 60 City Road, Southbank VIC 3006, Αυστραλία.  
Τηλ. 1800 235 4363 [www.celgene.com.au](http://www.celgene.com.au) \*Εμπορικό σήμα κατατεθέν. 2003-AU-2100025.  
BB-CEL4964. Τελευταία αναθεώρηση: Μάιος 2021.