

Náuseas y vómitos inducidos por la quimioterapia (NVIQ)

Descargar Educación para pacientes

Náuseas y vómitos inducidos por la quimioterapia (NVIQ)

Las náuseas pueden ser uno de los efectos secundarios más desagradables del tratamiento del cáncer. Las náuseas y los vómitos causados por la quimioterapia, o náuseas y vómitos inducidos por la quimioterapia (NVIQ), son un efecto secundario común a muchos medicamentos de quimioterapia. Se le recetarán medicamentos para aliviar las NVIQ. También hay formas de aliviar las NVIQ sin utilizar medicamentos.

Métodos para reducir las NVIQ:

Dieta y nutrición

- Evite los alimentos que puedan provocar náuseas o vómitos.



- Evite el alcohol y la cafeína, que pueden empeorar las náuseas.
- Tome líquidos claros, como bebidas para deportistas, refrescos de lima-limón o jugos de fruta sin azúcar. • Consuma tostadas secas, cereales naturales o galletas de soda por la mañana.
- Consuma porciones pequeñas de alimentos durante el día.
- Modifique su dieta según sea necesario (por ejemplo, evite las comidas picantes o grasosas).
- Evite sus alimentos favoritos los días que tenga náuseas para que no se conviertan en desencadenantes de náuseas. • Evite los olores fuertes, como los de la cocina, los perfumes o el humo, que pueden causarle molestias estomacales.

Ambiente

- Aumente el flujo de aire. Abra una ventana o utilice un pequeño ventilador para aumentar el flujo de aire. El aire viciado
- puede aumentar la sensación de náuseas. Baje la temperatura. Una habitación calurosa y mal ventilada puede aumentar

la sensación de náuseas.

- Haga actividades relajantes que puedan distraerlo de las náuseas, como escuchar música, ver televisión, resolver rompecabezas, hacer bocetos, dibujar, leer o hacer yoga.

- Pruebe terapias alternativas como el masaje, la meditación guiada o la relajación muscular progresiva. Estas técnicas pueden aumentar su sensación de control sobre las náuseas y los vómitos.

Llame al médico si tiene:

- Vómitos persistentes (por ejemplo, vomitar más de 4 o 5 veces) o náuseas que duren más de 24 horas y que no se alivien con medicamentos contra las náuseas. Es importante evitar que se deshidrate.

Visite nuestro sitio web para obtener más información sobre grupos de apoyo, ensayos clínicos y

estilo de vida. PTE.236 © Copyright 2014