ХЛЛ

Руководство для пациента

Хронический лимфолейкоз

© Janssen Pharmaceutica NV. 2017
PHEE/IBR/0917/0002

Введение

Впервые услышать свой диагноз, хронический лимфолейкоз (ХЛЛ), может оказаться пугающим. У вас может возникнуть множество вопросов и проблем.

Настоящее руководство составлено для того, чтобы предоставить вам справочную информацию об этом состоянии и о людях, которые могут вам помочь, а также немного рассказать о том, чего ожидать.

В лечении важно ваше участие, поэтому необходимо, чтобы вы были хорошо осведомлены о своем лечении и понимали следующие шаги.

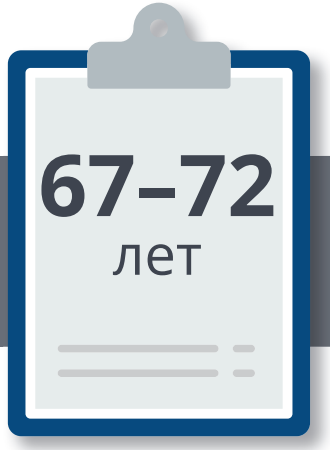
Что такое ХЛЛ?

ХЛЛ – это хронический лимфолейкоз (лимфоцитарный лейкоз), который является одним из видов рака крови (лейкемии).

ХЛЛ – наиболее распространенная форма лейкоза в западном мире. Точные причины возникновения ХЛЛ неизвестны, и предотвратить болезнь невозможно.

ХЛЛ чаще встречается у мужчин

Обычно ХЛЛ диагностируют в возрасте



Почему болезнь называется ХЛЛ?

ХЛЛ – это хроническая форма лимфоцитарной лейкемии, которая отличается от острого лимфолейкоза.

В случае лейкемии:

ХРОНИЧЕСКАЯ	Это означает, что аномальные клетки зрелые. Хроническая лейкемия развивается медленно, т.е. может потребоваться длительное время, прежде чем человеку потребуется лечение.
ОСТРАЯ	Это означает, что аномальные клетки незрелые, т.е. молодые. Острая лейкемия развивается быстро и является агрессивной формой заболевания.

ХЛЛ называется **лимфоцитарной** лейкемией, поскольку болезнь берет начало в белых клетках крови, которые называются лимфоцитами, которые имеются как в костном мозге, так и в крови.

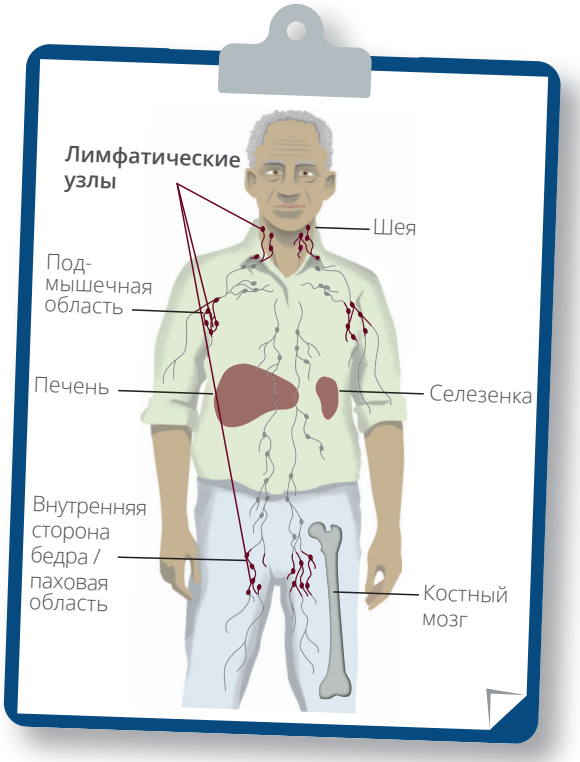
На следующих страницах мы немного подробнее расскажем о природе лимфоцитов.

Задача лимфосистемы?

Лимфосистема – это важная часть иммунной системы. Она принимает участие в борьбе с бактериями и другими возбудителями инфекций. Она также уничтожает старые и аномальные клетки, например, раковые клетки.

Лифосистема состоит из первичных и вторичных лимфатических органов и объединяющей их сети лимфатических сосудов. Первичными (центральными) лимфатическими органами являются костный мозг и тимус, а вторичными (периферическими) – селезенка и лимфоузлы.

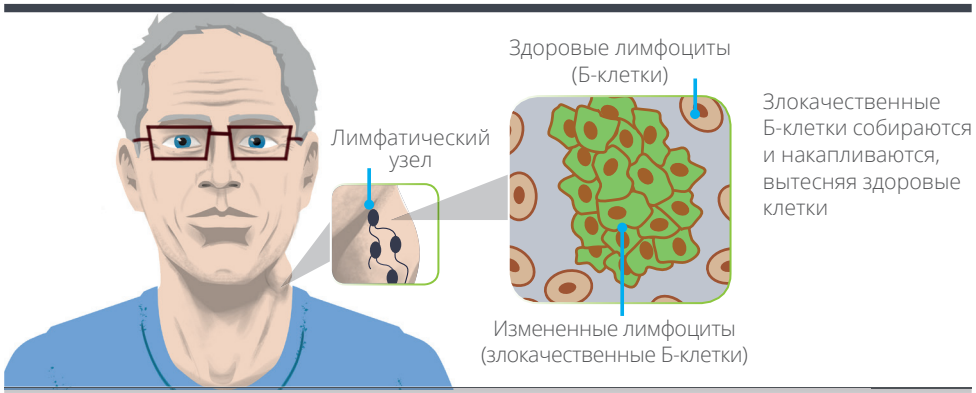
- В лимфатических сосудах течет лимфа – прозрачная жидкость, содержащая большое количество лимфоцитов.
- По ходу лимфатических сосудов расположены мелкие бобовидные лимфатические железы, которые также называются лимфатическими узлами.
- Здоровые лимфоциты в лимфоузлах сталкиваются с различными возбудителями инфекций и посылают иммунной системе сигнал, чтобы она среагировала и уничтожила инфекционные агенты.



На рисунке показаны лимфатические сосуды, лимфоузлы и органы, которые образуют лимфосистему.

ХЛЛ берет начало в лимфоцитах

ХЛЛ возникает в случае, если лимфоциты определенного типа начинают бесконтрольно размножаться. Этот процесс начинается в лимфоцитах под названием Б-лимфоциты (Б-клетки).



- Как правило, срок жизни здоровых Б-клеток короткий, их задача сигнализировать иммунной системе о наличии возбудителей заболеваний, например, о бактериях и вирусах, чтобы была возможность их уничтожить.
- У людей с ХЛЛ функция Б-лимфоцитов нарушена, клетки размножаются бесконтрольно и они превращаются в злокачественные.

Злокачественные Б-клетки

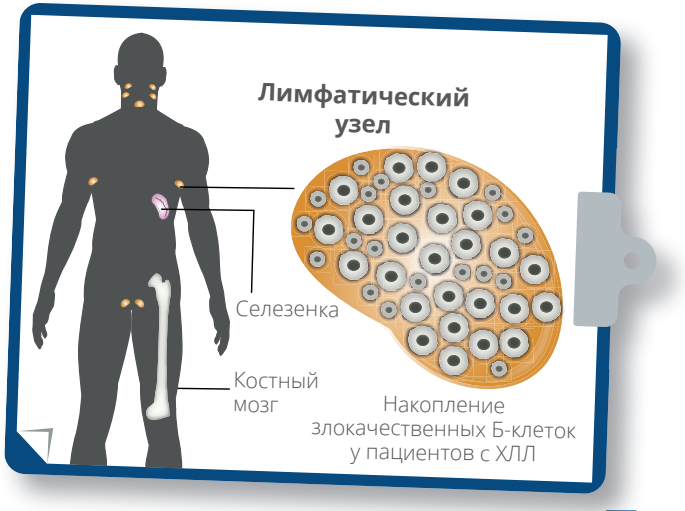
Злокачественным Б-клеткам удается избежать защитные механизмы, контролирующих время жизни клеток в организме. Они размножаются быстрее здоровых клеток, что и вызывает накопление злокачественных Б-клеток.

Если они накапливаются в костном мозге, то вытесняют здоровые клетки, которые в норме производят все необходимые клетки крови.

Красные клетки крови (эритроциты), которые переносят кислород	Уменьшение количество красных клеток крови может вызвать анемию, которая может проявляться усталостью и слабостью.
Белые клетки крови (лейкоциты), которые помогают бороться с инфекциями.	Уменьшенное количество белых клеток крови может затруднить борьбу организма с инфекциями.
Тромбоциты – клетки крови, которые помогают крови свертываться.	Уменьшенное количество тромбоцитов может вызвать учащение кровотечений и кровоизлияний.

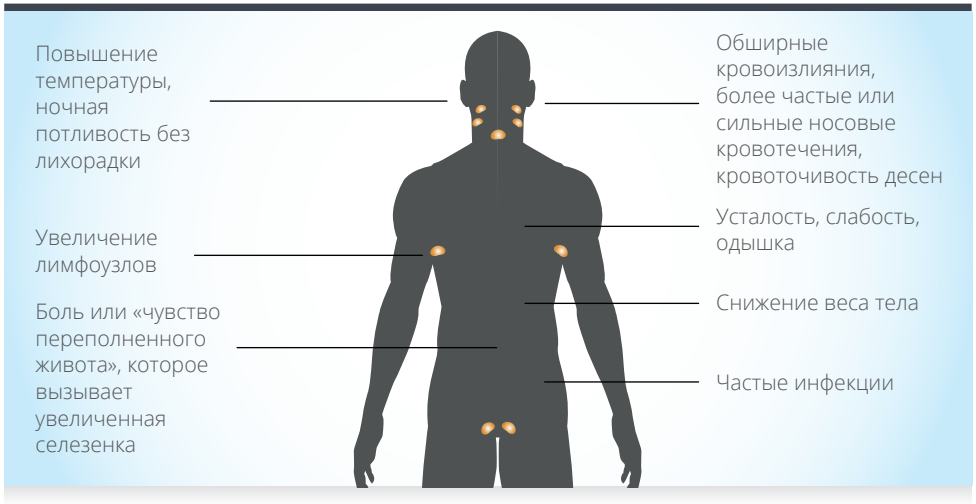
Злокачественные Б-клетки также могут в больших количествах, накапливаться в других органах, таких как печень, селезенка и лимфоузлы, вызывая их увеличение.

Злокачественные Б-клетки распространяются по лимфосистеме вместе со здоровыми лимфоцитами.



Частые симптомы ХЛЛ

Ниже приведены некоторые наиболее часто встречаемые симптомы ХЛЛ.



Очень важно, чтобы вы сообщили своему врачу, если у вас имеются какие-либо из вышеперечисленных симптомов, поскольку они могут указывать на рецидив или усугубление заболевания (после лечения).

Прогноз

ХЛЛ – очень разноликая болезнь. Прогноз пациентов сильно разнится, поскольку течение болезни может быть очень разнообразным. Сама болезнь с течением времени может меняться, например, может возникнуть генетическое изменение с плохим прогнозом или болезнь может переродиться в лимфому с более острым течением (трансформация Рихтера).

Поддержание здоровья

Если у вас ХЛЛ, то ваш организм больше не способен так же хорошо, как и раньше, бороться с инфекциями. Ваш врач или медсестра дадут вам рекомендации, как защитить себя от инфекций.

Распознавание инфекций

Распознавание симптомов инфекции является важной составляющей частью заботы о себе. Здесь приведены некоторые признаки, которые указывают на то, что у вас может быть инфекция.

- **Чувство жара / температура тела 38 °C или выше**
- **Озноб / потливость**
- **Кашель, боль в горле или одышка**
- **Боль в ухе**
- **Головная боль**
- **Ригидность мышц или боль в шее**
- **Язвы или белый налет во рту или на языке**
- **Покраснение или отек в какой-либо части тела**
- **Мутная моча / кровь в моче или дискомфорт во время мочеиспускания**
- **Выделения или раздражение влагалища**

Очень важно, чтобы вы связались со своим семейным врачом или медсестрой сразу, как только заметите какой-либо из этих симптомов.

В таком случае они смогут быстро назначить вам лечение.

Профилактика инфекций

Вот несколько советов, которые помогут предотвратить инфекцию.

1. Регулярно мойте руки с водой и мылом.

ДО	ВО ВРЕМЯ	ПОСЛЕ
Приготовление пищи	Приготовление блюд и закусок	Приготовление пищи
Прием пищи		Пользование уборной
		Пребывание вне дома в общественных местах
		Сморкание
		Чихание или кашель
		Контакты с животными
		Контакты с бытовым мусором

2. Старайтесь избегать порезов и мелких повреждений кожи

3. Держитесь от микробов подальше – избегайте контактов с людьми, которые заведомо нездоровы, а также больших скоплений народа.

Как справиться с диагнозом ХЛЛ

Вам может быть тяжело справиться со своими чувствами после постановки ракового диагноза, а также во время проведения лечения. У каждого человека свой способ справления с подобной ситуацией – единого «правильного» способа не существует.

Поддержка друзей и семьи

Поговорите с близкими, которых вы любите и которым доверяете. Беседа поможет понять происходящее, и вы сможете лучше контролировать свои эмоции.

Попросите помощи в повседневных практических делах у своих близких, друзей или коллег, которые с удовольствием вам помогут.

Некоторые практические способы, как они могли бы вам помочь

- Организовать ваши визиты к врачу.
- Напомнить о времени визита.
- Отвести вас к врачу – они могут прийти с вами вместе, чтобы помочь задать правильные вопросы и запомнить ответы.
- Задать возникшие у них вопросы о ваших лекарствах, о побочных действиях, о состоянии здоровья в целом и о вашем благополучии.
- Мотивировать вас в случае вашего плохого настроения.

В Эстонии создано объединение пациентов – **Эстонский союз больных лейкемией и лимфомой** (Eesti Leukeemia- ja Lümfoomihaigete Liit).

Для получения информации обращайтесь по э-почте: info@leukeemia.ee или дополнительно смотрите www.leukeemia.ee

Поддержка со стороны медицинских работников

По всей видимости, наибольший контакт у вас с вашей медсестрой, которая может пояснить, чего ожидать, за чем следить и что делать, если вы в чем-то не уверены.

Ваши вопросы

Пожалуйста, воспользуйтесь нижепреведенными строками для записи всех вопросов, которые вы хотели бы задать своему врачу или медсестре.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

Дополнительная информация

Если вы хотели бы больше узнать о ХЛЛ или о вашем лечении, спрашивайте у своей команды медицинских работников. Они могут рассказать вам также о группах для пациентов или о местных медицинских услугах и мероприятиях в вашем регионе.

Эстонский союз больных лейкемией и лимфомой (Eesti Leukeemia- ja Lümfoomihaigete Liit) / э-почта: info@leukeemia.ee или дополнительно смотрите www.leukeemia.ee

Материал подготовлен

janssen Oncology
PHARMACEUTICAL COMPANIES OF Johnson & Johnson

Местное представительство UAB "JOHNSON&JOHNSON" Eesti filiaal, ул. Лыытса, 2А, EE 11415 Таллинн Тел. +372 617 7410

Информационный материал для пациентов одобрен руководством Эстонского общества гематологов

EESTI HEMATOLOOGIDE SELTS
EHS

ЭСТОНСКОЕ ОБЩЕСТВО ГЕМАТОЛОГОВ