KLL

Juhend patsiendile

Krooniline lümfotsüütleukeemia

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

Sissejuhatus

Tõenäoliselt on ehmatav kuulda esmakordselt oma diagnoosi - krooniline lümfotsüütleukeemia (KLL). Teil võib tekkida mitmeid küsimusi ja muresid.

Käesolev juhend on välja töötatud selleks, et anda teile taustteavet selle seisundi ja teid aitavate inimeste kohta ning rääkida teile veidi, mida oodata.

Ravis on tähtis osa teil endal, seega on oluline, et oleksite hästi teadlik oma ravist ja mõistaksite järgmisi samme.

Mis on KLL?

KLL on krooniline lümfotsüütleukeemia, mis on teatud tüüpi verevähk ehk leukeemia.

KLL on kõige tavalisem leukeemia vorm läänemaailmas. KLL-i täpne tekkepõhjus ei ole teada ja haigus ei ole ennetatav.

KLL esineb sagedamini meestel

Tavaliselt diagnoositakse KLL vanuses

Miks seda nimetatakse KLL-iks?

KLL on krooniline lümfotsüütleukeemia vorm, mis on erinev ägedast lümfoidleukeemiast.

Leukeemia korral:

KROONILINE	See tähendab, et ebanormaalsed rakud on küpsed ehk täiskasvanud. Krooniline leukeemia areneb aeglaselt, nii et võib minna kaua aega, enne kui inimene ravi vajab.
ÄGE	See tähendab, et ebanormaalsed rakud on ebaküpsed ehk noored. Äge leukeemia areneb kiiresti ja on haiguse agressiivne vorm.

Seda nimetatakse **lümfotsüütseks**, sest haigus saab alguse lümfotsüütideks nimetatavates valgetes verelibledes, mis esinevad nii luuüdis kui ka veres.

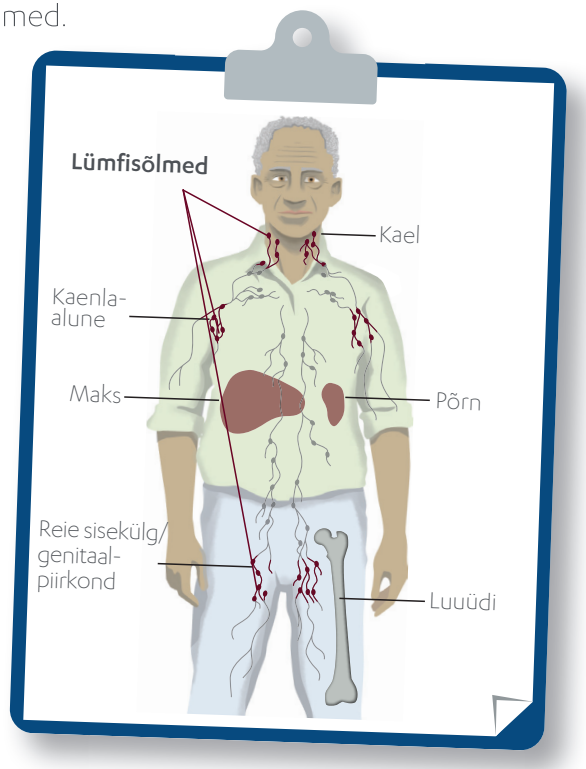
Järgmisel paaril leheküljel selgitame rohkem lümfotsüütide olemust.

Kuidas lümfisüsteem toimib?

Lümfisüsteem on meie immuunsüsteemi tähtis osa. Osaledes võitluses bakterite ja muude infektsiooni tekitajatega. Samuti hävitades vanu või ebanormaalseid rakke, näiteks vähirakke.

Lümfisüsteem koosneb primaarsetest ja sekundaarsetest lümfoidorganitest ja neid ühendavast lümfisoonte võrgustikust. Primaarseteks ehk tsentraalseteks lümfoidorganiteks on luuüdi ja tüümus ning sekundaarseteks ehk perifeerseteks põrn ja lümfisõlmed.

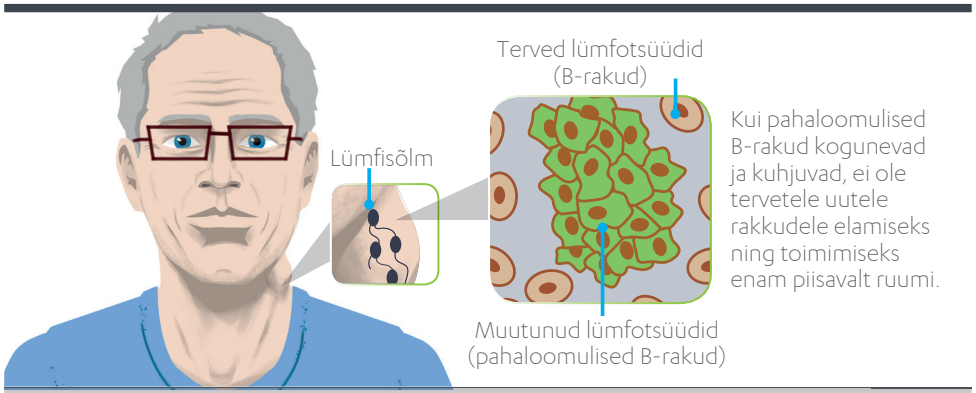
- Lümfisoontes voolab lümf – selge vedelik, mis sisaldab suurel arvul lümfotsüüte.
- Piki lümfisooni paiknevad väikesed oakujulised lümfinäärmed, mida nimetatakse ka lümfisõlmedeks.
- Terved lümfotsüüdid lümfisõlmedes puutuvad kokku erinevate nakkustekitajatega ja annavad signaale teie immuunsüsteemile, et see reageeriks ning nakkustekitajad eemaldaks.



Joonis näitab lümfisooni, lümfisõlmi ja elundeid, mis moodustavad lümfisüsteemi.

KLL algab lümfotsüütides

KLL tekib siis, kui teatud tüüpi lümfotsüüt hakkab kontrollimatult paljunema; see algab B-lümfotsüüdiks (B-rakuks) nimetatavas lümfotsüüdis.



- Tavaliselt on terved B-rakud suhteliselt lühiealised. Nad alarmeerivad immuunsüsteemi nakkustekitajate, näiteks bakterite ja viiruste olemasolust, et need oleks võimalik eemaldada.
- KLL-iga inimestel ei toimi muutunud B-rakud õigesti ja paljunevad kontrollimatult; neid nimetatakse pahaloomulisteks B-rakkudeks.

Pahaloomulised B-rakud

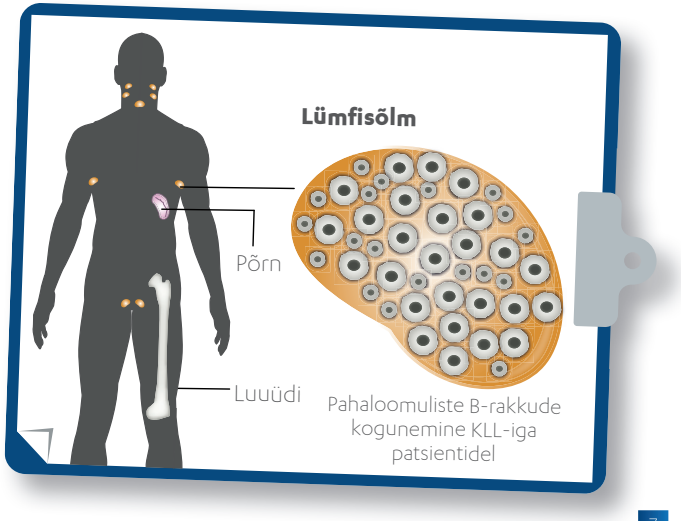
Pahaloomulised B-rakud suudavad vältida kaitsemehhanisme, mis kontrollivad rakkude eluiga organismis. Nad paljunevad tervetest rakkudest kiiremini, põhjustades pahaloomuliste B-rakkude kuhjumist.

Kui nad kogunevad luuüdisse, tõrjuvad nad välja normaalsed rakud, mis normaalselt toodavad kõiki vajalikke vererakke.

Punased verelibled, mis kannavad hapnikku.	Punaste vereliblede vähenenud hulk võib põhjustada aneemiat, muutes inimesed väsinuks ja nõrgaks.
Valged verelibled, mis aitavad võidelda nakkustega.	Valgete vereliblede vähenenud hulk võib raskendada organismil nakkustega võitlemist.
Vereliistakud, mis aitavad verel hüübida.	Vereliistakute vähenenud hulk võib põhjustada verejooksude ja verevalumite sagenemist.

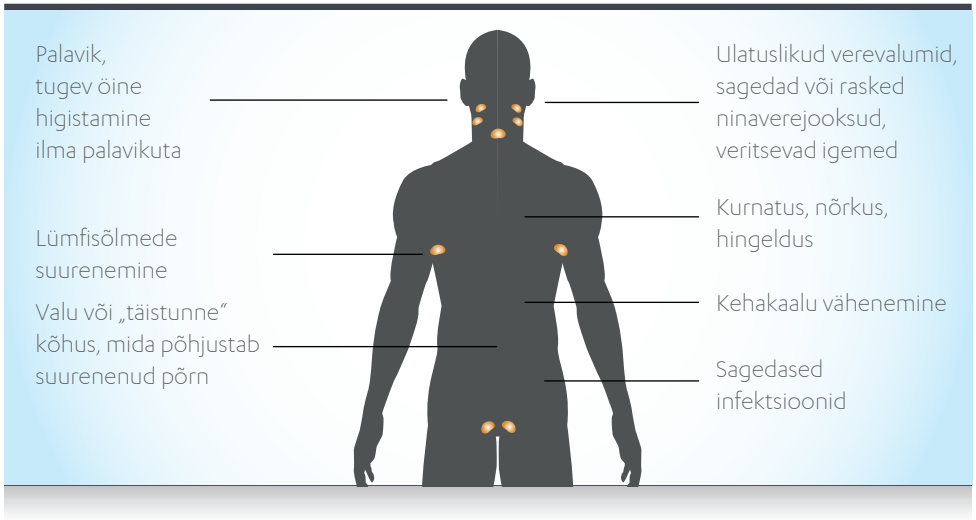
Pahaloomulised B-rakud võivad samuti suurel arvul koguneda teistesse elunditesse, nagu maks, põrn ja lümfisõlmed, põhjustades nende suurenemist.

Pahaloomulisi B-rakke transporditakse lümfisüsteemis koos tervete lümfotsüütidega.



KLL-i tavalised sümptomid

Siin on toodud mõned sagedamad KLL-i sümptomid.



On väga tähtis, et räägiksite oma arstile, kui teil esineb mõni neist sümptomitest, sest need võivad näidata, et haigus on taastekkinud või süvenenud (pärast ravi).

Prognoos

KLL on väga eriilmeline haigus. Prognoos on erinevatel patsientidel erinev, sest haiguse kulg võib olla väga erinev. Haigus ise võib aja jooksul muutuda, nt tekib halva prognoosiga geenimuutusi või areneb haigus ägedama kuluga lümfoomiks (Richteri transformatsioon).

Tervise hoidmine

Kui teil on KLL, ei pruugi teie organism enam nii hästi kui varem infektsioonide vastu võidelda. Teie arst või meditsiiniõde annab teile nõu, kuidas end infektsioonide eest kaitsta.

Infektsioonide äratundmine

Infektsiooni sümptomite äratundmine on tähtis osa enese eest hoolitsemisel. Siin on toodud mõned nähud, mis viitavad, et teil võib esineda infektsioon.

- **Kuumatunne / palavik 38 °C või rohkem**
- **Külmavärinad/higistamine**
- **Köha, kurguvalu või hingeldus**
- **Kõrvavalu**
- **Peavalu**
- **Kaela kangus või valu**
- **Haavandid või valge katt suus või keelel**
- **Punetus või turse mingis kehaosas**
- **Hägune uriin / veri uriinis või ebamugavustunne urineerimisel**
- **Tupevoolus või -ärritus**

On väga tähtis, et võtaksite ühendust oma perearsti või meditsiiniõega kohe, kui märkate mõnda neist sümptomitest. Sellisel juhul saavad nad teid kiiresti ravida.

Infektsioonide ennetamine

Siin on mõned näpunäited, mis aitavad teil infektsioone ennetada.

1. Peske käsi regulaarselt seebi ja veega:

ENNE	SELLE AJAL	PÄRAST
Toidu valmistamine	Einete ja suupistete tegemine	Toidu valmistamine
Söömine		Tualeti kasutamine
		Väljas avalikus kohas viibimine
		Nina nuuskamine
		Aevastamine või köhimine
		Loomade puudutamine
		Kokkupuude majapidamisprügiga

2. Püüdke vältida naha sisselõikeid või väiksemaid vigastusi.

3. Hoidke pisikutest eemale – vältige inimesi, kes teile teadaolevalt ei ole terved, samuti suuri rahvahulki.

KLL-iga toimetulek

Teil võib olla raske hakkama saada oma tunnetega pärast vähidiagnoosi saamist, samuti ravi läbimise ajal. Igaühel on oma viis hakkama saamiseks – ei ole ühte „õiget“ viisi, kuidas endaga toime tulla.

Perekonna ja sõprade toetus

Rääkige lähedastega, keda te armastate ja usaldate. Rääkimine võib aidata toimuvat mõista ja te suudate paremini oma emotsioone kontrollida.

Küsige praktilistes asjades abi oma perekonnalt, sõpradelt ja kolleegidelt, tõenäoliselt on neil hea meel teid aidata.

Mõned praktilised viisid, kuidas nad saavad aidata

- Organiseerivad teie visiite arsti juurde.
- Meenutavad teile visiitide aega.
- Viivad teid arsti juurde – nad võivad teiega kaasa tulla, et aidata teil esitada õigeid küsimusi ja meeles pidada vastuseid.
- Esitavad omalt poolt tekkivaid küsimusi teie ravimi, kõrvaltoimete, teie üldise tervise või heaolu kohta.
- Motiveerivad teid, kui teie meeleolu on halb.

Eestis on loodud patsientide ühendus - **Eesti Leukeemia- ja Lümfoomi-haigete Liit.**

Informatsiooni saamiseks pöörduge julgelt e-post: info@leukeemia.ee või vaadake lisa www.leukeemia.ee

Toetus teie tervishoiumeeskonnalt

Tõenäoliselt olete enim ühenduses oma meditsiiniõega, kes saab teile rääkida, mida oodata, mida jälgida ja mida teha, kui te pole milleski kindel.

Teie küsimused

Palun kasutage seda ruumi, et üles märkida kõik küsimused, mida soovite oma arstile või meditsiiniõele esitada.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

Lisateave

Kui soovite rohkem teada saada KLL-i või teie ravi kohta, küsige oma tervishoiumeeskonna käest. Nad võivad rääkida teile ka patsiendirühmadest või kohalikest terviseteenustest ja -sündmustest teie piirkonnas.

Eesti Leukeemia- ja Lümfoomihaigete Liit / E-post: info@leukeemia.ee
vaata lisaks www.leukeemia.ee

Materjali väljaandmist teostas

Janssen Oncology
PHARMACEUTICAL COMPANIES OF Johnson & Johnson

Patsiendi infomaterjali on heaks kiitnud Eesti Hematoloogide Seltsi juhatus

EESTI HEMATOLOOGIDE SELTS
EHS

Kohalik esindus UAB "JOHNSON&JOHNSON" Eesti filiaal,
Lõõtsa 2A, EE-11415 Tallinn. Tel:+372 617 7410

KLL-iga toimetulek

Teil võib olla raske hakkama saada oma tunnetega pärast vähidiagnoosi saamist, samuti ravi läbimise ajal. Igaühel on oma viis hakkama saamiseks – ei ole ühte „õiget“ viisi, kuidas endaga toime tulla.

Perekonna ja sõprade toetus

Rääkige lähedastega, keda te armastate ja usaldate. Rääkimine võib aidata toimuvat mõista ja te suudate paremini oma emotsioone kontrollida.

Küsige praktilistes asjades abi oma perekonnalt, sõpradelt ja kolleegidelt, tõenäoliselt on neil hea meel teid aidata.

Mõned praktilised viisid, kuidas nad saavad aidata

- Organiseerivad teie visiite arsti juurde.
- Meenutavad teile visiitide aega.
- Viivad teid arsti juurde – nad võivad teiega kaasa tulla, et aidata teil esitada õigeid küsimusi ja meeles pidada vastuseid.
- Esitavad omalt poolt tekkivaid küsimusi teie ravimi, kõrvaltoimete, teie üldise tervise või heaolu kohta.
- Motiveerivad teid, kui teie meeleolu on halb.

Eestis on loodud patsientide ühendus - **Eesti Leukeemia- ja Lümfoomihaigete Liit.**

Informatsiooni saamiseks pöörduge julgelt e-post: info@leukeemia.ee või vaadake lisa www.leukeemia.ee

Toetus teie tervishoiumeeskonnalt

Tõenäoliselt olete enim ühenduses oma meditsiiniõega, kes saab teile rääkida, mida oodata, mida jälgida ja mida teha, kui te pole milleski kindel.

Teie küsimused

Palun kasutage seda ruumi, et üles märkida kõik küsimused, mida soovite oma arstile või meditsiiniõele esitada.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

Lisateave

Kui soovite rohkem teada saada KLL-i või teie ravi kohta, küsige oma tervishoiumeeskonna käest. Nad võivad rääkida teile ka patsiendirühmadest või kohalikest terviseteenustest ja -sündmustest teie piirkonnas.

Eesti Leukeemia- ja Lümfoomihaigete Liit / E-post: info@leukeemia.ee
vaata lisaks www.leukeemia.ee

Materjali väljaandmist teostas

janssen Oncology
PHARMACEUTICAL COMPANIES OF Johnson & Johnson

Kohalik esindus UAB "JOHNSON&JOHNSON" Eesti filiaal,
Lõõtsa 2A, EE-11415 Tallinn. Tel.+372 617 7410

Patsiendi infomaterjali on heaks kiitnud Eesti Hematoloogide Seltsi juhatus

EESTI HEMATOLOOGIDE SELTS
EHS

KLL

Juhend patsiendile

Krooniline lümfotsüütleukeemia

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

Sissejuhatus

Tõenäoliselt on ehmatav kuulda esmakordselt oma diagnoosi - krooniline lümfotsüütleukeemia (KLL). Teil võib tekkida mitmeid küsimusi ja muresid.

Käesolev juhend on välja töötatud selleks, et anda teile taustteavet selle seisundi ja teid aitavate inimeste kohta ning rääkida teile veidi, mida oodata.

Ravis on tähtis osa teil endal, seega on oluline, et oleksite hästi teadlik oma ravist ja mõistaksite järgmisi samme.