

Χρόνια Λεμφοκυτταρική Λευχαιμία και διατροφή

Η διατροφή είναι ένα από τα θέματα που απασχολούν συχνά τους ασθενείς με χρόνια λεμφοκυτταρική λευχαιμία (ΧΛΛ). Η πιο συχνή ερώτηση αφορά στην ύπαρξη ή όχι συγκεκριμένων τροφών που μπορεί να βελτιώσουν ή να επιδεινώσουν το νόσημά τους.

Το γεγονός ότι το μεγαλύτερο ποσοστό των ασθενών δε θα λάβει θεραπεία τη στιγμή της διάγνωσης είναι δύσκολο στην κατανόηση και αποτελεί πηγή άγχους για τους περισσότερους. Σαν αποτέλεσμα, πολλοί από τους ασθενείς σε μία προσπάθεια να έχουν την ασθένειά τους υπό έλεγχο και με βάση αυτά που έχουν διαβάσει σε φυλλάδια ή έχουν δει στο ίντερνετ, στρέφονται στην εναλλακτική ιατρική, αλλάζουν τις διατροφικές τους συνήθειες και χρησιμοποιούν συμπληρώματα διατροφής συχνά χωρίς να ενημερώνουν τον γιατρό τους.

Σε κάθε περίπτωση είτε ένας ασθενής λαμβάνει θεραπεία είτε είναι υπό παρακολούθηση, θα πρέπει να συμβουλευτεί τον γιατρό του για τυχόν απορίες σχετικά με τη διατροφή του αλλά και την λήψη συμπληρωμάτων διατροφής.

Υπάρχουν τροφές που μπορεί να προκαλέσουν τη ΧΛΛ και που θα πρέπει να αποφεύγει η οικογένειά μου?

Σύμφωνα με τις διαθέσιμες μελέτες, δεν έχει διαπιστωθεί η ύπαρξη κάποιας τροφής που να προκαλεί ΧΛΛ.

Υπάρχουν τροφές που θα πρέπει να τρώω ή να αποφεύγω για να μην εξελιχθεί αρνητικά η νόσος μου?

Σύμφωνα με τις διαθέσιμες μελέτες, δεν έχει διαπιστωθεί η ύπαρξη κάποιας τροφής που να επηρεάζει την πορεία της ΧΛΛ.

Τι πρέπει να προσέχω ότι είμαι υπό θεραπεία?

Όταν λαμβάνω Ibrutinib.

Οι έως τώρα μελέτες έχουν δείξει ότι κατά τη διάρκεια της λήψης Ibrutinib, θα πρέπει να αποφεύγεται η κατανάλωση γκρέιπφρουτ και πορτοκαλιών Σεβίλλης (τα γνωστά σε όλους πικρά πορτοκάλια) γιατί επηρεάζουν την απορρόφηση του φαρμάκου.

Όταν λαμβάνω Idelalisib.

Οι έως τώρα μελέτες έχουν δείξει ότι κατά τη διάρκεια της λήψης Idelalisib, θα πρέπει να αποφεύγεται η κατανάλωση βαλσαμόχορτου και γκρέιπφρουτ γιατί επηρεάζουν την απορρόφηση του φαρμάκου.

Όταν λαμβάνω Venetoclax.

Οι έως τώρα μελέτες έχουν δείξει ότι κατά τη διάρκεια της λήψης Venetoclax, θα πρέπει να αποφεύγεται η κατανάλωση γκρέιπφρουτ, πορτοκαλιών Σεβίλλης (τα γνωστά σε όλους πικρά πορτοκάλια) και καραμπόλας (αναφέρεται συχνά και ως star fruit) γιατί επηρεάζουν την απορρόφηση του φαρμάκου.

Όταν ο γιατρός μου με ενημερώνει ότι έχω απλασία

Οι διατροφικές συνήθειες πρέπει να διαφοροποιούνται κατά την περίοδο της **απλασίας** όταν δηλαδή αριθμός των λευκών αιμοσφαιρίων (και συγκεκριμένα των πολυμορφοπύρηνων) είναι πολύ χαμηλός. Αυτό συνήθως συμβαίνει μετά τη λήψη χημειοθεραπείας.

Κατά τη διάρκεια αυτή της περιόδου, ο ασθενής θα πρέπει:

- i) Να αποφεύγει την κατανάλωση ωμών λαχανικών (π.χ. μαρούλι)
- ii) Να βράζει καλά τα υπόλοιπα λαχανικά (π.χ. κουνουπίδι)
- iii) Να αποφεύγει τα φρούτα που δεν έχουν φλούδα (π.χ. φράουλες) και να ξεφλουδίζει τα υπόλοιπα (π.χ. φρούτα)

Όλα τα παραπάνω αφορούν στην αποφυγή λοιμώξεων.

Τέλος, οι ασθενείς με ΧΛΛ πρέπει να προσέχουν την γενικότερη υγεία τους όπως και οι συνομήλικόι τους και αυτό συμπεριλαμβάνει και την καλή, χωρίς υπερβολές διατροφή .