

Cáncer y estreñimiento o dificultad para defecar

Descargar Educación para pacientes

Cáncer y estreñimiento o dificultad para defecar

Las personas con cáncer suelen padecer estreñimiento y diarrea. Cuando tiene estreñimiento, puede tener menos deposiciones de lo normal para usted. Sus deposiciones pueden ser duras o secas, y más difíciles de evacuar. Cuando el recuento de plaquetas es bajo (trombocitopenia), el estreñimiento puede aumentar el riesgo de hemorragia rectal. Puede notar sangre en el inodoro después de defecar.

Las alteraciones de la función intestinal pueden deberse a cambios en el funcionamiento del organismo debidos a enfermedades, medicamentos, deshidratación o cambios en los hábitos y actividades cotidianas. Es importante tratar el estreñimiento para su comodidad y calidad de vida.

El objetivo es defecar al menos una vez cada tres días.



Entre los medicamentos que pueden causar estreñimiento se incluyen:

- Quimioterapia
- Analgésicos, como morfina, Vicodin®, oxycodona®, OxyContin®, Percocet®, Fentanyl®, Dilaudid® y metadona.
- Medicamentos contra las náuseas, incluidos ondansetron/Zofran® y palonosetron/Aloxi®

Métodos para reducir el estreñimiento:

- Tome jugo de ciruelas pasas o de manzana.
- Coma frutas, verduras y alimentos integrales para aumentar su ingesta de fibra.
 - Frutas: ciruelas pasas, damascos, pasas.
 - Verduras: brócoli crudo o cocido, judías verdes, espinacas, ensaladas de hoja verde.
 - Panes y cereales: cereales de salvado, arroz integral, pan integral.
 - Frutos secos y semillas: nueces, palomitas de maíz, semillas de girasol.
- Haga ejercicio moderado (por ejemplo, dar una vuelta a la manzana) durante 15 o 30 minutos al día para
- ayudar a mover los intestinos. Tome agua (por ejemplo, al menos 8 vasos diarios) para ayudar a prevenir la
- deshidratación, que puede aumentar el estreñimiento. Pregunte al personal de enfermería sobre las combinaciones de alimentos que pueden ayudar a evacuar.

Medicamentos para el estreñimiento:

- Tome laxantes en caso necesario para evacuar con regularidad. Si padece diarrea, deje de tomar laxantes hasta que la función intestinal vuelva a la normalidad. Es posible que le receten estos medicamentos, muchos de los cuales pueden adquirirse sin receta en su farmacia:
 - Senna/Senokot® (laxante en comprimidos)
 - Bisacodyl/Dulcolax® (laxante en comprimidos)
 - Polietilenglicol/Miralax® (laxante líquido)
 - Hidróxido de magnesio/leche de Magnesia (laxante líquido)
-

Llame al médico si tiene:

- Dolor de estómago. •
Fiebre.
- Incapacidad para expulsar gases.
- Náuseas o vómitos con su estreñimiento.
- Ausencia de deposiciones en los 3 días siguientes a la toma de laxantes recomendada. • Hinchazón de estómago o sensación de dureza al tacto.

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

vida. PTE.237 © Derechos de autor 2011