

SİBEL GÜNGÖR / DOÇ. DR. FATİH ERBEY
DR. ESRA ERGÜN ALIŞ / ELİF SOYDAMAL



ONKOLOJİDE ÇOCUK BESLENMESİ ve YEMEK TARİFLERİ



Remzi Kitabevi

ONKOLOJİDE ÇOCUK BESLENMESİ VE YEMEK TARİFLERİ /

Sibel Güngör / Doç. Dr. Fatih Erbey / Dr. Esra Ergün Alış / Elif Soydamal

© Remzi Kitabevi, 2021

Her hakkı saklıdır.

Bu yapıtın aynen ya da özet olarak
hiçbir bölümü, telif hakkı sahibinin
yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

Fotoğraflar: Shutterstock: Elena Shashkina, 33; Erhan Inga, 35; Nataliia Zhekova, 39; MK studio, 47; zebratomato, 55; Nihan Maleri, 61; nito, 65; Holly Vegter, 73; oykuozgu, 77; sedir, 97; Lapina Maria, 107; Natalia Van Doninck, 111; Karpenkov Denis, 119; Nataliya Arzamasova, 127; Olga Zarytska, 139; nesavinov, 145; Ink Drop, 163; vanillaechoes, 167; AJCespedes, 169; Africa Studio, 171
Can Cömert-İlgın Akarsu, 115, 131
Mehmet Ateş, 159
Mehmet Okutan, 43, 87, 101, 123, 153, 173

Yayına hazırlayan: Nesrin Arslan

İç ve kapak tasarımı: Ömer Erduran

ISBN 978-975-14-2001-5

BİRİNCİ BASIM: Nisan 2021

Kitabın basımı 2000 adet yapılmıştır.

Remzi Kitabevi A.Ş., Akmerkez E3-14, 34337 Etiler-İstanbul

Sertifika no: 10705

Tel (212) 282 2080 Faks (212) 282 2090

www.remzi.com.tr post@remzi.com.tr

Baskı ve cilt: Seçil Ofset, 100. Yıl Mah. Matbaacılar Sitesi

4. Cad. No: 77 Bağcılar-İstanbul

Sertifika no: 44903 / Tel (212) 629 0615

SİBEL GÜNGÖR / DOÇ. DR. FATİH ERBEY
DR. ESRA ERGÜN ALIŞ / ELİF SOYDAMAL

ONKOLOJİDE ÇOCUK BESLENMESİ ve YEMEK TARİFLERİ



Remzi Kitabevi

İçindekiler

Önsöz.....	6	Sade ve Peynirli Bazlama	53
Çocukla Hastalığını Paylaşmak Elif Soydamal.....	7	Katmer	53
Çocukluk Çağı Kanseri Doç. Dr. Fatih Erbey.....	10	Sosisli Mini Milföy	54
Kanser Tedavisi Gören ve Bağışıklığı Baskılanmış Hastalarda Enfeksiyon Dr. Esra Ergün Alış	19	Pratik Kruvasan	54
Çocukluk Çağı Kanser Hastalarında Beslenme ve Yemek Tarifleri		Sade ve Peynirli Poğaçı	56
Çocukluk Çağı Kanser Tedavilerinde Beslenme Doç. Dr. Fatih Erbey / Sibel Güngör	23	Peynirli Yumurtalı Patates	57
Kahvaltı Tarifleri		Patates Köftesi.....	57
Yumurtalı Muffin	32	Kıymalı Börek	58
Patatesli Omlet	34	Sigara Böreği.....	59
Sebzeli Omlet	34	Kabaklı Gül Böreği	60
Kıymalı Yumurta	36	Patatesli Gül Böreği.....	62
Peynirli Yumurta	36	Ispanaklı Peynirli Börek	63
Avokadolu Yumurta.....	37	Mermer Kek	64
Menemen.....	37	Limonlu Kek, glütensiz	64
Krep	38	Yulafı Kuruyemişli Kurabiye	66
Peynirli Krep	38	Pişmiş Muzlu Smoothie	67
Kahvaltı Tabakı	40	Pişmiş Meyveli Yoğurt.....	67
Yumurtalı Ekmek	41	Çorba Tarifleri	
Kızarmış Ekmekli Yumurta	41	Domates Çorbası.....	70
Fırında Pizza Ekmek.....	42	Havuç Çorbası	70
Peynirli Yulaf Lapası.....	44	Balkabağı Çorbası	71
Elmalı Yulaf Lapası.....	44	Kabak Çorbası	71
Pankek.....	45	Pırasalı Patates Çorbası	72
Muzlu Pankek.....	45	Sebzeli Makarna Çorbası	72
Waffle	46	Sebzeli Mercimek Çorbası.....	74
Hafif Sade Kahvaltı Keki	46	Kırmızı Pancar Çorbası	74
Puf Ekmek, mayalı.....	48	Kırmızıbiber Çorbası	75
Kumru Sandviç	48	Enginar Çorbası	75
Pişi, mayasız	49	Yayla Çorbası.....	76
Ara Öğün Tarifleri		Kırmızı Tarhana Çorbası.....	76
Peynirli Yumurtalı Sandviç.....	52	Ezogelin Çorbası	78
Kaşarlı Kıymalı Gözleme.....	52	Et Suyuna Sebze Çorbası	78
		Tel Şehriyeli Tavuk Çorbası.....	79
		Tavuklu Pirinç Çorbası.....	80
		Terbiyeli Tavuk Çorbası	80
		Köfteli Erişte Çorbası.....	81
		Soğuk Yemekler	
		Soğuk Buğday Çorbası	84
		Cacık	84
		Sebzeli Soğuk Patates.....	85
		Ton Balıklı Soğuk Patates	85

Yeşil Mercimekli Soğuk Yaz Çorbası.....	86
Kinoalı Kısır.....	86
Bezelyeli Makarna.....	88
Tavuk Söğüşlü Makarna.....	88
Tavuk Söğüş Sandviç.....	89
Yoğurtlu Domates Soslu Sebze.....	89
Fırında Kış Sebzeleri.....	90
Yumurtalı Patates Salatası.....	90
Pirinç Salatası.....	91

Sebzeli Yemekler

Kıymalı Bezelye.....	94
Kıymalı Kabak.....	94
Patatesli Kıymalı Taze Fasulye.....	95
Kıymalı Pazı Dolması.....	95
Kabak Mücver.....	96
Kabak Dolması.....	96
Fırında Yoğurtlu Sebze.....	98
Barbunya.....	98
Enginarlı Pilav.....	99
Zeytinyağlı Pirinçli Kabak.....	99
Zeytinyağlı Yaprak Sarma.....	100

Çocukların Severek Yedikleri Yemekler

Pratik Manti.....	104
Milföy Manti.....	104
Peynirli Erişte.....	105
Fırın Makarna.....	105
Beşamel Soslu Sebzeli Fırın Makarna.....	106
Ev Yapımı Kıymalı Pide.....	108
Ev Yapımı Lahmacun.....	109
Margarita Pizza.....	110
Beşamel Soslu Tavuk.....	112
Tavuklu Beşamel Soslu Krep.....	112
Tavuk Dürüm.....	113
Tavuklu Tel Şehriye.....	114
Fırında Sebzeli Tavuk Baget.....	114
Fırında Parmak Balık.....	116
Hindi Sote.....	116
Hindi Külbastı.....	117
Köfteli Spagetti.....	118
Ev Yapımı İskender.....	120
Kıymalı Patates Sote.....	120
Kumpir.....	121
Kıymalı Yaprak Sarma.....	121
Kıymalı Bezelye.....	122
Arpa Şehriyeli Yeşil Mercimek.....	122

Lezzetli ve Hafif Köfte Tarifleri

Dil Peynirli Tavuk Köftesi.....	126
Peynirli Mini Hindi Burger.....	126
Ev Yapımı Mini Hamburger.....	128

Fırında Mini Top Köfteler.....	129
Pırasa Köftesi.....	129
Sulu Köfte.....	130
İzmir Köfte.....	132
Patatesli Köfte.....	133

Kusma ve Bulantı İçin Öneri ve Tarifler

Limonlu Hafif Ev Kurabiyesi.....	136
Elma ve Ayva Kompostosu.....	137
Taze Naneli Çay.....	137
Mayasız Çörek Otlı Grisini.....	138
Zeytin Ezmeli Grisini.....	138

Ağızda Metalik Tat ve Tatsızlık İçin Tarifler

Körili Tavuk.....	142
Baharatlı Mercimek Köftesi.....	142
Ekşili Köfte.....	143
Baharatlı Balkabağı Çorbası.....	144
Kişişli Tavuk Çorbası.....	144
Kırmızıbiber Çorbası.....	146
Sarmısaklı Tarhana Çorbası.....	146
Şehriyeli Domates Çorbası.....	147
Kişiş Çorbası.....	147

İshal Dönemi İçin Tarifler

Yayla Çorbası.....	150
Patates Çorbası.....	150
Patates Dolması.....	151
Tavuklu Pilav.....	152
Domatesli Pilav.....	152
Etli Patates Püresi.....	154
Portakallı Havuç Püresi.....	154
Havuçlu Muz Püresi.....	155
Elma ve Ayva Kompostosu.....	155

Tatlı Tarifleri

Ev Yapımı Soğuk Meyveli Jöle.....	158
Ev Yapımı Dondurma.....	160
Çilekli Mozaik Pasta.....	160
Muzlu Mozaik Pasta.....	161
Meyveli Soğuk Lolipop.....	162
Yumurtasız Brownie Kek.....	164
Yumurtasız Elmalı Kek.....	165
Kuru Üzümlü Anneanne Kurabiyesi.....	166
Yumurtasız Kurabiye.....	166
Sütlaç.....	168
Sade Muhallebi.....	170
Badem Sütü Keşkül.....	170
Sütlü İrmik Tatlısı.....	172
Badem Sütü İrmik Tatlısı.....	172

Önsöz

Günümüzde, çocukluk çağı kanserlerinin yaşam oranları giderek artmaktadır, bunda modern tedavilerdeki gelişmelerin rolü büyüktür. Bu gelişmelerin yanı sıra **beslenmenin** de tedavi başarısındaki önemi her geçen gün daha da anlaşılmakta, bu konudaki farkındalığımız giderek artmaktadır.

Kanser tedavileri ve kök hücre nakil tedavileri ne yazık ki, beslenme bozukluğu ve kilo kaybına neden olan birçok olumsuz durumu içinde barındırmaktadır. Çocuk kanser tanısı aldığı anda ya da kök hücre nakli gereken bir hastalığı olduğunda ebeveynler öncelikle bir şok yaşarlar ve ardından çocukları için en iyisini yapmaya çalışırlar. İşte bu noktada biz tedavi sağlayıcıları (doktorlar, hemşireler, psikolog, diyetisyen vs.) ebeveynler ile güçlü bir ekip olmayı isteriz. Özellikle çocuğun psikolojisi, tedavi uyumu ve beslenmesi konularında ebeveynler en güçlü destekçilerimiz olurlar.

Bu nedenle kitapta, hasta çocuklarımızın ailelerini çocukluk çağı kanser hastalıkları, tedavi yöntemleri ve tedavilere bağlı yan etkiler hakkında bilgilendirmeyi amaçladık. Ancak esas amacımız, beslenmenin önemini vurgulayıp gıdaların satın alınmasından saklanmasına, hazırlanmasından mutfak düzenine kadar pratik bilgileri vererek özellikle annelerin yardımına koşmaktır. Diğer taraftan kitabın tarifler kısmını oluşturarak, “Bugün ne pişirsem?” “Nasıl hazırlasam da çocuğumun yemesini sağlasam?” “Bu hazırladıklarım çocuğum için uygun mu?” “Hangi gıdayı nasıl hazırlamalıyım?” gibi sorulara bir nebze olsun cevap vererek, belki de annelerin en çok zorlandığı konuda onlara destek olmayı amaçladık.

Kitaptaki bilgiler ve tariflerden faydalanırken, sizi takip eden tıbbi ekiple birlikte karar vermeniz uygun olacaktır. Çocuğunuzun hastalığı, aldığı tedaviler, tedavilerin yan etki durumları, kan değerleri (nötropenik olup, olmaması) gibi faktörlere bağlı olarak önerilerde değişiklikler olabileceği akılda tutulmalıdır.

Kanserli çocuk tedavisinden sorumlu tüm bireylerin, doktorundan annelere kadar, ağır ve zorlu modern tedaviler yanında **beslenmenin** de farkında olmaları dileklerimizle...

Doç. Dr. Fatih Erbey

ÇOCUKLA HASTALIĞINI PAYLAŞMAK

Çocukla hastalığını paylaşmadan önce, ebeveynlerin kendilerine zaman verip sakinleşmesi çocuk için en yararlı olanıdır. Çünkü ona destek olan ve sevgiyle ilgilenen bir anne-babaya ihtiyacı her zamankinden daha fazla olacaktır.

Öncelikle çocuğa kanseri vahim ve umutsuz bir hastalık gibi göstermemek gerekir. Sürekli hastalıktan bahsetmemek, başkalarının hastalığıyla çocuğun durumunu kıyaslamamak hastalık sürecini daha rahat geçirmesini sağlayacaktır.

Çocuğa ve tedavisine odaklanmak, olumlu bir enerjiyle tedavi sürecini devam ettirmek bu süreçte çok önemlidir.

Elbette anne-baba olarak aklınızda pek çok soru olacaktır. Hastalığı öğrenir öğrenmez çocukla konuşmadan önce bu durumu sizin anlamanız ve kabul etmeniz gerekiyor. Doktorunuzla ve hastane danışmanlarıyla, endişelerinizi, duygularınızı çekinmeden paylaşın. Hastalıkla ve tedavi süreciyle ilgili doktorunuzdan, bu alanda çalışan dernek ve yardım kuruluşlarından bilgi alın.

Çocukla Tedavi Sürecini Konuşun

Çocuğa nasıl tedavi göreceğini yaşına uygun bir şekilde açıklayın.

- Bu açıklamayı doğru bir şekilde yapabilmek için uzmanlardan yardım alın.

- Çocukla konuşmadan önce hangi bilgileri ne kadar ve nasıl paylaşacağınızı öğrenin.
- Gerekirse önce kendi aranızda bu konuşmayı nasıl yapacağınızı değerlendirin.
- Hastalığının tedavi edileceğini ve tedaviden sonra tekrar eski sağlığına kavuşacağını ve çoğu şeyi eskisi gibi yapabileceğini anlatın.
- Elbette tedavi sürecinde beklenmedik gelişmeler olabilir.
- Çocuğu hayal kırıklığına uğratmamak için, geleceğe dair tarihli sözler vermeye özen gösterin. Bunun yerine, tekrar okula döneceksin, bıraktığın yerden devam edeceksin, arkadaşlarınla yine oynayacaksın denebilir.

Tedavi sürecini, çocuğun yaşına ve karakterine göre açıklamalıyız.

Küçük Yaştaki Çocuklara Hastalığını Söylemek

- Çocuğa bir süreliğine hastanede kalacağını veya sık sık hastaneye gideceğinizi anlatın.
- Ona tedavi olduğunda iyi olacağını anlatın.
- Tedavi sürecinin hemen bitmeyeceğini, bir süre devam edeceğini çocukla paylaşın.

Çocuklar 8 yaşından önce soyut kavramları anlayamadıkları için onlara hastalığı somutlaştırarak anlatmak gerekir.

Örnek cümleler:

“Kanımda seni hasta eden kötü hücreler var ve bunların temizlenmesi gerekiyor. Kötü hücreleri tedaviyle iyileştireceğiz.”

“Kahramanlar önce zorluklarla savaşır ve sonra zafere ulaşırlar.”

“Sen de bir kahramansın ve hastalığı yenibilmek için her kahraman gibi sen de savaşacaksın.”

“Biz de her zaman senin yanındayız, hep birlikte olacağız.”

Ergen Yaştaki Çocuklara Hastalığını Söylemek

- Kanser de diğer hastalıklar gibi bir hastalık olduğunu ve tedavisinin yapılabilirliğini söyleyin.
- Ergen çocuklara hastalıkla ve tedavi süreciyle ilgili daha detaylı bilgi verilebilir.
- Bu tür hastalıkların tedavi şeklinin kişiye özel olduğunu anlatın.
- Bu yaştaki çocuklara tedavi boyunca hastalıkla ve tedavi şekliyle ilgili bilgi verin.
- Hastalıkla ilgili bilgi edinmesi ve tedavi sürecini anlaması, tüm bunlara dahil olması ona daha iyi gelebilir.
- Çocuğun hayal kırıklığı, öfke vb duyguları yaşaması normal karşılanmalıdır.
- Tedavinin uzun süreceğini, çabuk bitmeyeceğini söylemek gerekir.
- Gelecekle ilgili planların konuşulmaya devam edilmesi onun geleceğe dair umudunun korunmasını sağlayacaktır. Örneğin meslek seçimi, hangi üniversiteye gitmek istediği gibi konular konuşulabilir.

Hastalığı Yakın Akraba ve Dostlarla Paylaşmak

Hastalığı, yakın çevreyle çocuğun olmadığı bir ortamda paylaşmak daha doğru olur. Çünkü diğer insanların tepkilerini, konuşmalarını kontrol edemeyebiliriz ve bu tepkilerin bazıları çocuğumuza iyi gelmeyebilir. Yakın akraba ve dostlarımıza olumlu davranışları ve bize destek olmaları konusunda ısrarcı olabiliriz.

Çocuğun etrafında olumlu ve çocuğun psikolojisine iyi gelecek ortamı sağlamamız gerekir.

Hijyen

Tedavi sürecinin kurallarına herkesin uyması gerekiyor. Bazen bu dönemde misafir kabul edilemeyebilir. Gelen misafirlerin hijyen kurallarına uymaları ve anlayışlı olmaları gerekir. Örneğin; eve gelir gelmez ellerini yıkamaları, hastayla görüşmemeleri, yiyecek getirmemeleri gibi...

Yakın akraba ve dostların en büyük yardımı bu dönemde ihtiyaç anında sizin yanınızda olmaları ve size destek vermeleridir.

ELİF'TEN ANNELERE

- Çocuğa her koşulda hep yanında olacağımızı hissettirelim.
- Hep sevecen ve anlayışlı olmak, hem size hem de ona iyi gelecektir.
- Tedaviye odaklanalım, bu süreci çocuğunuzun ve sizin en iyi şekilde nasıl atlatacağınızı planlamak faydalı olacaktır.
- Yapabileceklerimize ve değiştirebileceklerimize odaklanalım. Örneğin beslenme. Çocuğun bu dönemde iyi ve doğru beslenmesini sağlamak tedavinin başarısını etkileyen faktörlerden biridir. Tedaviyle birlikte çocuğun beslenmesini her gün detaylı takip etmek, durumuna göre yemeklerini ayarlamak bazı dönemlerde yemeklerini değiştirmek gerekecektir. Bu nedenle çocuğun beslenmesini yakından takip etmeniz çok önemlidir.
- Çocuğunuza bu durumun geçici olduğunu ve milyonlarca kişinin bunu yaşadığını ve atlattığını söyleyebilirsiniz.
- Çocuğun yanında sürekli hastalıktan ve tedaviden konuşmak sizi de çocuğu da strese sokabilir.
- Çocuğunuzla her anın değerini bilerek yaşamanın şimdi her şeyden çok daha önemli olduğunu hep hatırlayın. Hayatınıza çocuğunuzun seyerek sizinle yapabileceği yeni aktiviteler katın. Örneğin yeni bir şey öğrenmek, birlikte kek yapmak, yap-boz gibi yeni oyunlar keşfetmek ve birlikte oynamak, birlikte kitap okumak, sosyal medyada ve televizyonda onun seveceği şeyleri birlikte izlemek ve takip etmek gibi.
- Çocuğun yanında onun yapamadığı, kısıtlandığı şeylere özendirici olmamak gerekir. Örneğin çocuğun yiyemeyeceği yemekleri yanında yememek gibi. Ziyaretçilerin de bu hassasiyette davranmaları önemlidir. Bu konuda ziyaretçileri, yakın akrabaları ve arkadaşları bilgilendirmek önemlidir.
- Bazen aşırılıklarına, taşkınlık yapmasına, ağlamasına, tepki vermesine izin verin. Tedavi sürecinde çocuğunuzun karakterinde ve alıştığınız davranış ve tepkilerinde farklılıklar başlayabilir. Bu durumda çocuğa karşı sabırlı olmak, sakın ve güçlü durmak, yanında olduğunuzu hissettirmek gerekir.
- Tanı ve tedavi süreci çocuk ve aile için çok yıpratıcı olabilir. Bu, insani bir durumdur ve böyle zamanlarda size psikolojik destek verecek bir uzmandan yardım almanız faydalı olur.

EBEVEYNLERE DANIŞMANLIK VE DESTEK

ONKOLOJİ ANNELERİ

e-posta: elif.sydm1@gmail.com

Twitter: @onkolojianneleri

Instagram: @onkolojianneleri

Tel: (505) 688 3692

ÇOCUKLUK ÇAĞI KANSERLERİ

KANSER NEDİR, NASIL GELİŞİR

Sağlıklı bir vücutta hücreler bölünür, büyür, farklılaşır ve ölür. Kanser durumunda ise hücreler kontrolsüz olarak bölünüp çoğalırlar. Kanserli hücreler başlangıçta köken aldıkları dokuya hasar verirken, ilerleyen safhalarda diğer tüm dokulara yayılarak, onların normal görevlerini engellerler. Tedavi edilmedikleri takdirde kanserli hücreler hızla çoğalıp yayılarak sağlığı bozmaya ve hayati tehlike yaratmaya başlarlar.

KANSERE YAKALANMA NEDENLERİ VE RİSK FAKTÖRLERİ

Çocukluk çağı kanser vakalarının çoğunun nedeni tam olarak bilinmemektedir. Genetik yatkınlığın, çevresel faktörlerin etkili olabileceği düşünülmekte ve araştırılmaktadır. Çevresel nedenler sigara, alkol, radyasyon, bazı ilaçlar, hormon tipi gübreler, böcek ilaçları, bazı kimyasal maddeler, virüsler (EBV, HIV vs) olarak sayılabilir.

Yanlış beslenme ve obezite, bazı gıdalar ve bazı işlenmiş ürünler de kansere neden olan faktörler arasında sayılmaktadır. Örneğin günümüzde şekerin kanser hücrelerini beslediği artık bilinmektedir.

Ayrıca, sağlığa zararlı katkı maddeleri, aşırı şekerli ürünler, çok kez kullanılan yağlar, tarım ilacı kalıntıları, tüketilmek üzere hayvanların hızlı büyütülmesi için kullanılan ilaç ve hormonların kanserojen olduğu kabul edilmektedir.

Ailevi yatkınlık, doğumsal anomaliler, gen bozuklukları, bağışıklık sistemi hastalıkları gibi durumlar ise kansere neden olan yapısal faktörleri oluşturur.

SIK GÖRÜLEN ÇOCUKLUK ÇAĞI KANSER TÜRLERİ VE DAĞILIMI

Çocuklarda kanser erişkinlere kıyasla daha nadir görülür. Tüm kanserlerin ortalama yüzde 2-4'ünü çocuk kanserleri oluşturur. Her yıl 1 milyon çocuktan 120'sinde kanser gelişmektedir. Çocukluk çağı kanserleri en sık ilk 5 yaşta ve 10-15 yaş döneminde ortaya çıkmaktadır.

Çocukluk çağı kanserleri 12 ana gruba ayrılır:

- Lösemiler
- Lenfomalar
- Beyin tümörleri
- Sempatik sinir sistemi tümörleri (Nöroblastom)
- Retinoblastoma (retina hücrelerinden gelişen tümörler)
- Böbrek tümörleri
- Karaciğer tümörleri
- Kemik tümörleri
- Yumuşak doku tümörleri
- Gonad ve germ hücreli tümörler
- Epitelyal tümörler
- Diğer kötü huylu tümörler

Lösemi, lenfoma ve santral sinir sistemi (beyin) tümörleri tüm dünyada ve ülkemizde en sık görülen çocukluk çağı kanserleridir.

Günümüzde çocukluk çağı kanserlerinde yaşam oranları yüzde 80'lere ulaşmıştır. Bu başarıda tanı ve tedavideki gelişmelerin yanı sıra başta beslenme olmak üzere destek tedavilerdeki gelişmelerin katkısı büyüktür.

ÇOCUKLARDA EN ÇOK GÖRÜLEN KANSER HASTALIKLARI

Lösemiler

Lösemi, blast adı verilen lösemi hücresinin kontrolsüz çoğalmasından kaynaklanan ve başta kemik iliği olmak üzere çeşitli organ ve dokuları tutması sonucu gelişen kötü huylu bir hastalıktır. Halk arasında ‘ilik kanseri’ veya ‘kan kanseri’ olarak da adlandırılır.

Lösemiler akut ve kronik olmak üzere ikiye ayrılır. Kronik lösemiler çocuklarda çok nadir olarak görülür. Akut lösemiler, akut lenfoblastik lösemi ve akut myeloid lösemi olarak iki gruba ayrılır. Çocuklarda en çok rastlanan lösemi türü akut lenfoblastik lösemidir.

Lösemilerde temel tedavi yöntemi kemoterapidir. Kemoterapi kötü huylu lösemi hücrelerinin ortadan kaldırılmasını hedefler. Kemoterapide birden fazla ilaç seanslar şeklinde uygulanır. Tedavinin yoğunluğu, ilaçların seçimi ve süresi hastadan hastaya değişebilir.

Bazı hastalarda tedavi amacıyla veya koruyucu amaçla santral sinir sistemine radyoterapi uygulanabilir. Eğer erkek çocuklarda yumurtalar tutulmuşsa, cerrahi olarak yumurtalar alınabilir ve o bölgeye radyoterapi verilebilir.

Lösemi çok yüksek riskliyse ya da tedaviyle kontrol altına alındıktan sonra tekrarlarsa kök hücre nakli uygulanabilir.

Tüm bu tedavi ve destek bakımlarıyla lösemili bir çocuğun tamamen sağlığına kavuşma oranı, lösemnin tipi ve risk grubuna göre yüzde 60 ile yüzde 90 arasında değişmektedir.

Lenfomalar

Lenfoma, lenf bezlerinin kötü huylu kanseridir. Hodgkin lenfoma ve Hodgkin dışı lenfoma olmak üzere ikiye ayrılır.

Hodgkin lenfoma

En sık 10-14 yaşları arasında görülür. Hastalık en sık boyundaki lenf bezlerinde görülmekle

birlikte, vücutta lenf bezi olan her yerde ortaya çıkabilir. Ateş, gece terlemesi, halsizlik, yaygın kaşıntı, boyun, koltuk altı ve kasık bölgesindeki lenf bezlerinde büyüme (lenfadenopati), karaciğer ve dalakta büyüme, son 6 ayda yüzde 10’dan fazla kilo kaybı ve kansızlık gibi bulgular ile ortaya çıkmaktadır. Kesin tanı, lenf bezi biyopsisi ile konur.

Tedavinin ana unsurları kemoterapi ve radyoterapidir. Kemoterapide birden fazla ilaç seanslar şeklinde uygulanır. Tedavinin yoğunluğu, ilaçların seçimi ve süresi hastadan hastaya, kanserin evresine göre değişebilir. Kanserın tuttuğu bölge, hastanın yaşı, kanserin evresi gibi çeşitli faktörlere bağlı olarak tedaviye radyoterapi eklenebilir. Tedavi süresi 4-6 aydır. Tedavi başarısı yüzde 90’ın üzerindedir. Tedaviye iyi yanıt vermeyen hastalarda ya da hastalığın tekrarlanması durumunda kök hücre nakli yapılabilir.

Hodgkin dışı lenfoma

Bu kanser, vücutta bulunan tüm lenf bezlerinde ortaya çıkabilir. En sık ortaya çıktığı bölge karın içindeki lenf bezleridir.

Hastalıkta belirtiler etkilenen bölgeye göre değişir. Vücudun değişik bölgelerinde, değişik büyüklükteki bezelerin tespit edilmesiyle anlaşılır.

Kemik iliği tutulumu olabileceğinden kan değerlerinde anormallikler olabilir. Bu nedenle kemik iliği incelemesi önemlidir.

Kemoterapi tedavinin ana unsurudur. Bazı hastalarda radyoterapi de uygulanabilir. Başarı oranı, köken aldığı yere ve hastalığın yaygınlığına göre değişmekle birlikte yüzde 70-90 arasındadır. Tedaviye iyi yanıt vermeyen ya da tedavi sonrası tümörü tekrarlayan hastalarda kök hücre nakli uygulanabilir.

Beyin Tümörleri

Patolojik ve klinik olarak birçok çeşidi mevcut olup, astrositoma, glioma, medulloblastoma, ependimoma gibi türler çocukluk çağında daha sık görülür.

En önemli bulgular, sabah kusmaları ve

Doğru ve yeterli beslenme, kanser tedavisi sürecinin önemli bir unsurudur. Beslenmenin iyi yapılabildiği hastalarda, yan etkilerin daha az görüldüğü, tedavi başarısının daha yüksek olduğu bilinmektedir. Gelişmiş tıbbi tekniklerle birlikte beslenmenin de aynı ciddiyet ve titizlikle sürdürülmesi sonuçları daha üstün kılmaktadır.

Çocuklar aynı zamanda büyüyen ve gelişen varlıklar oldukları için, yeterli ve doğru beslenme özellikle pediatrik onkoloji tedavilerinin ayrılmaz bir parçası olmalıdır.

Bu kitapta onkoloji servisinde tedavi gören çocuklarımız için ebeveynlere yol göstermeyi ve destek olmayı amaçlayan bilgilerle birlikte tedavilere ve yan etkilerine göre uygulanabilir yemek tariflerini bir arada bulacaksınız.

www.remzi.com.tr

ISBN 978-975-14-2001-5



9 789751 420015