



CANCRO
NA FAMILIA
— construir conhecimento



IRREGULARIDADES MENSTRUAIS

Este folheto fala de irregularidades menstruais ou menopausa, condições que podem surgir durante o seu tratamento de quimioterapia ou terapia hormonal. Pergunte ao seu médico se deverá esperar este efeito secundário no decurso do seu tratamento.

ESTAS RECOMENDAÇÕES NUNCA DEVERÃO SOBREPOR-SE À INFORMAÇÃO DADA PELO SEU MÉDICO ONCOLOGISTA, QUE É QUEM ACOMPANHA DE PERTO O SEU CASO PESSOAL.

Irregularidades menstruais ou menopausa

Com a quimioterapia ou terapia hormonal, os períodos menstruais podem tornar-se irregulares ou parar completamente, durante o tratamento e após o mesmo.



Alguns tratamentos para o cancro da mama podem mesmo ter como objectivo provocar precocemente a menopausa.

É, por isso, frequente surgirem sintomas semelhantes aos da menopausa, como afrontamentos (ondas de calor), prurido, ardor ou secura dos tecidos vaginais. Pode também estar mais propensa a infecções vaginais.

*Para a ajudar a lidar com estes efeitos,
siga as seguintes indicações:*

Para prevenir infeções :

- ✘ Evite lubrificantes à base de óleo (como vaselinas ou loções).
- ✘ Use sempre preservativo.
- ✘ Prefira roupa interior e collants em algodão respirável.
- ✘ Evite usar calças ou calções justos.
- ✘ Evite alimentos demasiado doces que favorecem a flora dos fungos, sobretudo se tiver o diagnóstico de diabetes.

O seu médico pode também prescrever um creme ou óvulo vaginal para reduzir as hipóteses de infeção. Se realmente tiver uma infeção, deve ser tratada de imediato.

Se tiver afrontamentos:

- ✘ Não tome ervas medicinais, como óleo de prímula ou trevo vermelho, antes de falar com o seu médico (podem funcionar como o estrogéneo e estimular o cancro da mama).
- ✘ Evite alimentos ou bebidas quentes, alimentos picantes, cafeína ou álcool.

Se tiver secura vaginal:

- ✘ Use um hidratante - pode ajudar a aliviar a secura vaginal;
- ✘ Se o sexo se tornar desconfortável, use um lubrificante à base de água;
- ✘ Não use lubrificantes que aumentem o calor da pele, com cores, com sabores ou bactericidas - podem irritar a vagina.
- ✘ Algumas mulheres poderão usar tratamentos locais (fale com o seu médico sobre isto).

*Pergunte ao seu médico
ou enfermeira como
poderá tratar ou atenuar
os sintomas de menopausa.*





A LEITURA DESTE FOLHETO NÃO DISPENSA O ACONSELHAMENTO PRESENCIAL E INDIVIDUALIZADO DO SEU MÉDICO ASSISTENTE

Fontes de informação: American Cancer Society, Sloan Kettering Cancer Center, Mayo Clinic / **Revisão científica:** Maria Rita Dionísio, Médica Oncologista, Fundação Champalimaud / **Conteúdos e produção:** Susana Lamas / **Coordenação:** Filipe Santos Silva / **Design:** www.estudiorjdesign.com / **Ilustração:** www.zecardoso.com / **Edição:** Public Awareness of Cancer Unit, IPATIMUP Junho 2012 / **+ info:** www.cancronafamilia.com



HARVARD MEDICAL SCHOOL
- PORTUGAL PROGRAM
IN TRANSITIONAL RESEARCH AND INFORMATION

