Uvimbe wa Wilms

Mwongozo wa Kimataifa wa Lishe ya Kitabibu

Uvimbe wa Wilms kwa Watoto





Muhimu: Hati hii ni nyenzo ya elimu na mipango kwa wahudumu wa afya, mashirika yasiyo ya serikali, wakfu na programu za saratani za watoto zinazosaidia walezi. Haichukui nafasi ya ushauri binafsi wa kitabibu, tathmini ya lishe ya figo, taratibu za matibabu ya saratani au uamuzi wa kitabibu wa taasisi.

Mwongozo wa Kimataifa wa Lishe ya Kitabibu

Nyenzo kamili inayolingana na viwango vya kimataifa kwa wahudumu na walezi kuhusu lishe wakati wa utambuzi, matibabu, kurudia kwa ugonjwa na maisha baada ya matibabu.

1) Utangulizi 1
2) Mfumo wa Kimataifa wa Kitabibu 2
3) Kanuni Kuu za Lishe 3
4) Ulinzi wa Figo 4
5) Lishe Wakati wa Matibabu 5
6) Lishe Ugonjwa Unaporudia na kwa Walio Hatarini Zaidi 6
7) Lishe Baada ya Matibabu 7
8) Hatua za Usimamizi wa Lishe ya Kitabibu 8
9) Mwongozo kwa Walezi 9
10) Maarifa na Matokeo ya Kitabibu 10
11) Hitimisho 11
Kiambatisho A (Mbinu za Matibabu) 12
Kiambatisho B (Marejeo) 13

1 - Utangulizi

Uvimbe wa Wilms (nefroblastoma) ndio saratani ya msingi ya figo inayopatikana zaidi kwa watoto. Kwa kawaida hujitokeza utotoni na huchangia sehemu kubwa ya saratani za figo za watoto. Maendeleo ya matibabu yanayochanganya upasuaji, dawa za saratani na wakati mwingine mionzi yameongeza sana uhai katika maeneo mengi. Hata hivyo, matokeo haya hayategemei matibabu ya saratani pekee. Huduma saidizi, hasa usimamizi wa lishe, zina jukumu muhimu ambalo mara nyingi halitambuliwi vya kutosha katika mafanikio ya matibabu ya muda mfupi na afya ya muda mrefu.

Watoto wenye saratani wana hali ya kipekee na changamano ya kifizikia. Tofauti na watu wazima, watoto hukua na kuendelea kukomaa, hivyo wanahitaji nishati, protini na virutubishi vidogo kwa mfululizo ili kusaidia shughuli za kawaida za mwili.

Saratani na msongo wa kimetaboliki unaotokana na matibabu huongeza sana mahitaji haya ya msingi. Wakati huohuo, kupungua kwa hamu ya kula, madhara katika mfumo wa mmeng'enyo na sumu inayohusiana na matibabu vinaweza kuzuia mtoto kupata lishe ya kutosha. Hivyo upungufu wa lishe unaweza kutokea haraka na kuleta athari za moja kwa moja za kiafya.

Utapiamlo kwa watoto wenye saratani si suala la pembeni: ni hali muhimu ya kitabibu inayoathiri matokeo moja kwa moja. Lishe duni huhusishwa na hatari kubwa ya maambukizi, uwezo mdogo wa kuvumilia dawa za saratani, kulazwa hospitalini kwa muda mrefu na kukatizwa kwa matibabu mara nyingi zaidi. Watoto wenye lishe bora wana uwezekano mkubwa wa kuvumilia matibabu makali, kupona haraka na kudumisha uthabiti wa mwili wakati wote wa matibabu.

Kwa uvimbe wa Wilms, lishe huwa changamano zaidi kutokana na jukumu kuu la figo katika kudhibiti metaboli. Figo hudhibiti maji na elektroliti na kuondoa taka za kimetaboliki, pamoja na dawa za saratani. Upasuaji, hasa kuondoa figo, hupunguza uwezo wa figo; hivyo mikakati ya lishe lazima isaidie utendaji wake bila kuongeza mzigo wa kimetaboliki kupita kiasi. Kusaidia ukuaji huku ukilinda figo huongeza changamoto ya usimamizi wa chakula. Zaidi ya kipindi cha matibabu, lishe huathiri afya na ubora wa maisha kwa muda mrefu. Walionusurika saratani ya utotoni wana hatari kubwa ya madhara ya baadaye, ikiwemo magonjwa ya moyo na mishipa, kupungua kwa utendaji wa figo na matatizo ya kimetaboliki. Hatua za mapema za lishe na mazoea bora ya kula zinaweza kupunguza hatari hizi hadi ujana na utu uzima.

Huduma bora za lishe kwa watoto wenye saratani zinahitaji ushirikiano wa taaluma mbalimbali unaozingatia familia. Madaktari, wataalamu wa lishe, wauguzi na walezi wanapaswa kutathmini lishe, kutekeleza hatua zinazofaa na kurekebisha mikakati hali ya mtoto inapobadilika. Walezi hasa wana jukumu muhimu la kila siku na wanahitaji maarifa na mwongozo wa vitendo kuhusu kulisha mtoto wakati wa ugonjwa.

Hati hii inatoa mfumo mpana wa kitabibu wa kusimamia lishe kwa watoto wenye uvimbe wa Wilms. Inaunganisha viwango vya kimataifa, mbinu zinazotegemea ushahidi na mikakati ya vitendo kwa walezi katika hatua zote: utambuzi, matibabu, kurudia kwa ugonjwa na maisha ya muda mrefu baada ya matibabu. Kwa kuweka lishe kuwa msingi wa huduma za saratani za watoto, mwongozo huu unalenga kuboresha uvumilivu wa matibabu, kuimarisha kupona na kuchangia matokeo bora kwa watoto wenye uvimbe wa Wilms.

2 - Mfumo wa Kimataifa wa Kitabibu

Mwongozo huu unatokana na viwango vya kimataifa vya saratani za watoto vilivyowekwa na Shirika la Afya Duniani (WHO), Children's Oncology Group (COG) na International Society of Paediatric Oncology (SIOP). Mashirika haya yanafafanua kwa pamoja mbinu bora za huduma, huku yakisisitiza zaidi kuunganisha lishe kama sehemu kuu ya matibabu. Kipaumbele kinachofanana ni uchunguzi wa lishe wa mapema na wa utaratibu wakati wa utambuzi, ukifuatiwa na ufuatiliaji endelevu katika kipindi cha matibabu. Hii inatambua kuwa lishe inaweza kuzorota haraka kutokana na mzigo wa ugonjwa, sumu ya matibabu na ongezeko la mahitaji ya kimetaboliki.

Kutambua mapema wagonjwa walio hatarini huwezesha hatua kuchukuliwa kabla utapiamlo haujawa tatizo kubwa la kitabibu. Kanuni kuu ya miongozo hii ni kuzuia na kudhibiti utapiamlo unaohusiana na saratani, ambao unaweza kuathiri uvumilivu wa matibabu, maambukizi, kulazwa hospitalini na uhai. Huduma za lishe hujumuishwa katika huduma za taaluma mbalimbali, kwa ushirikiano wa madaktari wa saratani, wataalamu wa lishe, wauguzi na walezi. Mfumo huu huhakikisha mikakati ya chakula inalingana na hali ya mgonjwa, hatua ya matibabu na mahitaji binafsi.

Mifumo hii pia inasisitiza kubadilika kulingana na mazingira tofauti ya huduma za afya. Katika mazingira yenye rasilimali nyingi, msaada wa lishe unaweza kujumuisha lishe kupitia mrija kwenye mfumo wa chakula au kupitia mshipa, pamoja na ufuatiliaji wa kina wa maabara.

Katika nchi zenye kipato cha chini na cha kati, ambako huduma maalumu na bidhaa za lishe zinaweza kuwa chache, msisitizo huwekwa kwenye mikakati ya chakula inayotekelezeka kwa vyakula vya eneo husika na elimu ya mapema kwa walezi ili kupunguza hatari.

Katika mazingira yenye rasilimali chache, utapiamlo kabla ya matibabu hutokea zaidi, na watoto wanaweza kuwasili wakiwa tayari na lishe duni. Hili linaongeza umuhimu wa hatua za mapema, kwa sababu utapiamlo wakati wa utambuzi huhusishwa na matokeo mabaya zaidi. Katika mazingira haya, lishe ni msaada muhimu na pia huamua uwezekano wa kutekeleza matibabu na kuishi.

Kwa ujumla, mfumo wa kimataifa unasisitiza mabadiliko muhimu: lishe ni nguzo ya msingi ya matibabu bora ya saratani, inayohitaji taratibu zilizopangwa, hatua za mapema na uangalizi endelevu katika mfululizo mzima wa huduma.

3 - Kanuni Kuu za Lishe

Usimamizi bora wa lishe kwa watoto wenye uvimbe wa Wilms unategemea kanuni zilizothibitishwa za kifizikia na kitabibu. Watoto hukua na kuendelea kukomaa, hivyo mahitaji yao ya msingi ya lishe ni makubwa. Msongo wa kimetaboliki wa saratani na matibabu yake huongeza ugumu wa hali hii na kuhitaji usimamizi makini. Wanga ndio chanzo kikuu cha nishati kwa shughuli za msingi za mwili na mahitaji yanayoongezeka wakati wa matibabu na kupona. Wanga wa kutosha huzuia kuvunjwa kwa akiba ya protini ili kupata nishati, hivyo kuhifadhi misuli na tishu zisizo mafuta. Hili ni muhimu kwa watoto wenye saratani, ambao wanaweza kupoteza misuli haraka, jambo linalohusishwa na matokeo mabaya zaidi.

Protini ni muhimu kwa kurekebisha tishu, kinga na ukuaji. Dawa za saratani na mionzi huongeza ubadilishaji wa protini kutokana na uvimbe wa uchochezi, uharibifu wa seli na kuamshwa kwa kinga. Upungufu wa protini unaweza kuchelewesha kupona kwa vidonda, kudhoofisha kinga na kuchelewesha kupona. Hata hivyo, kwa watoto wenye uvimbe wa Wilms, hasa wenye uwezo mdogo wa figo, protini lazima ilinganishwe kwa makini na mahitaji ya mwili bila kuongeza mzigo mkubwa kwa figo.

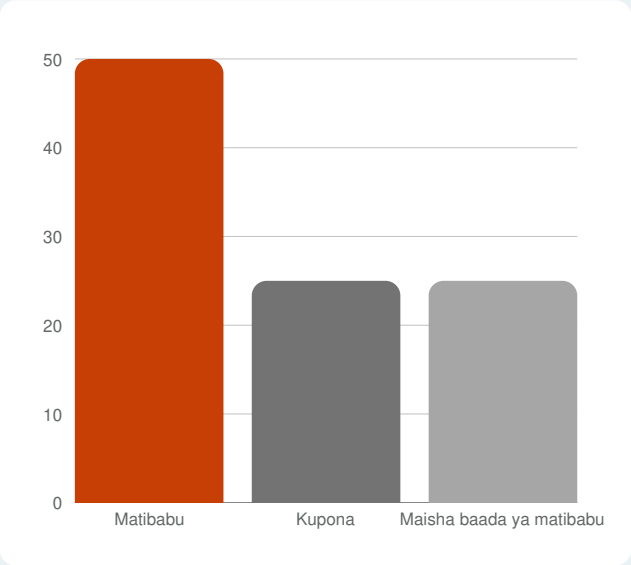
Mafuta ya chakula hutoa nishati nyingi katika kiasi kidogo, jambo muhimu kwa watoto wenye hamu ndogo ya kula au ulaji mdogo. Pia husaidia ufyonzwaji wa vitamini zinazoyeyuka katika mafuta na ukuaji wa mfumo wa neva. Mafuta yenye afya huongeza kalori bila kuongeza kiasi cha chakula, na kusaidia watoto wanaoshiba mapema au kuchoka kutokana na matibabu.

Virutubishi vidogo vya kutosha ni muhimu kwa uthabiti wa kimetaboliki na kinga. Madini ya chuma, zinki na vitamini A, C na D husaidia kutengeneza chembe nyekundu za damu, kuponya vidonda, afya ya mifupa na kupambana na maambukizi. Upungufu wake unaweza kuzidisha madhara ya matibabu na matatizo mengine. Virutubisho vitolewe kwa kuongozwa na tathmini ya kitabibu ili kuepuka kiasi kingi au mwingiliano na matibabu.

Unywaji wa maji ni sehemu muhimu ambayo mara nyingi haisisitizwi vya kutosha, hasa kwa wagonjwa wa Wilms kwa sababu figo hudhibiti maji na elektroliti. Maji ya kutosha husaidia figo kuondoa dawa za saratani, kudumisha uwiano wa elektroliti na kupunguza madhara kwa figo. Upungufu wa maji, hata mdogo, unaweza kuathiri utendaji wa figo na uvumilivu wa matibabu; hivyo kunywa kwa utaratibu ni kipaumbele.

Kanuni hizi zitumike kwa namna inayobadilika na kumweka mgonjwa katikati. Mabadiliko ya hamu ya kula, madhara ya matibabu, vyakula vya kitamaduni na hali ya kisaikolojia na kijamii huathiri ulaji. Maagizo yasiyobadilika mara nyingi hayafanyi kazi vizuri kama mikakati inayorekebishika na kutanguliza ulaji wa jumla na faraja ya mtoto.

Kielelezo 1: Lishe katika Hatua za Huduma (Uwiano wa Virutubishi Vikuu)



4 - Ulinzi wa Figo

Kulinda figo ni kipaumbele kwa watoto wenye uvimbe wa Wilms kwa sababu ugonjwa na matibabu huathiri figo moja kwa moja. Wagonjwa wengi huondolewa figo na kubaki na moja inayofanya kazi; wengine hupata madhara kwa figo kutokana na dawa za saratani. Mikakati ya lishe lazima ipunguze mzigo kwa figo huku ikitosheleza ukuaji na mahitaji ya kimetaboliki.

Usimamizi wa protini ni muhimu sana. Ingawa protini inahitajika kwa ukuaji, kinga na kurekebisha tishu, kiasi kingi kinaweza kuongeza mahitaji ya uchujaji na mzigo kwa figo iliyobaki. Kiasi cha protini kiwe kinachofaa, si kikubwa iwezekanavyo: kitoshe bila kuzidi. Uwiano huu ni muhimu hasa wakati wa ukuaji wa haraka au kupona baada ya matibabu.

Sodiamu pia ni muhimu: kiasi kingi kinaweza kusababisha shinikizo la damu, kuhifadhi maji mwilini na hatari ya muda mrefu ya magonjwa ya moyo na mishipa. Hatari hizi tayari ni muhimu kwa wenye akiba ndogo ya utendaji wa figo. Kupunguza vyakula vilivyosindikwa na vyenye sodiamu nyingi husaidia kudhibiti shinikizo la damu na kupunguza mzigo kwa figo.

Uwiano wa elektroliti ufuatiliwe kwa karibu. Potasiamu na fosforasi vinaweza kukosa uwiano kwa wagonjwa wenye utendaji duni wa figo. Kiasi cha madini haya katika chakula kinaweza kuhitaji kurekebishwa kulingana na vipimo vya maabara, hasa kwa wanaopata matibabu yenye madhara kwa figo au wenye utendaji wa figo uliopungua.

Maji hulinda figo kwa kusaidia kuondoa taka za kimetaboliki na dawa za saratani. Kiasi cha kutosha husaidia mtiririko wa damu kwenye figo na kupunguza hatari ya jeraha la ghafla la figo. Mapendekezo ya maji yalingane na mgonjwa, hasa mwenye matatizo ya uwiano wa maji au taratibu maalumu za matibabu.

Kulinda figo kunahitaji mpango wa lishe unaobadilika kulingana na mgonjwa na ufuatiliaji endelevu. Kuunganisha usimamizi wa chakula, vipimo vya maabara na uangalizi wa kitabibu husaidia kuhifadhi utendaji wa figo na kupunguza matatizo ya muda mrefu.

5 - Lishe Wakati wa Matibabu

Kipindi cha matibabu hai huleta baadhi ya changamoto kubwa zaidi za lishe kwa watoto wenye saratani. Dawa za saratani na mionzi zinaweza kuathiri sana hamu ya kula, mmeng'enyo na ufyonzwaji wa virutubishi, na kupunguza ulaji wakati mahitaji ya lishe yameongezeka.

Madhara ya kawaida ni kichefuchefu, kutapika, uvimbe au vidonda vya utando wa mdomo na njia ya chakula, mabadiliko ya ladha na uchovu. Haya yanaweza kuzuia kula kimwili na kisaikolojia, na kusababisha upungufu wa kalori na kupungua uzito. Kwa watoto wadogo, uwezo mdogo wa kueleza hali yao na kuchukia kula vinaweza kuzidisha hali.

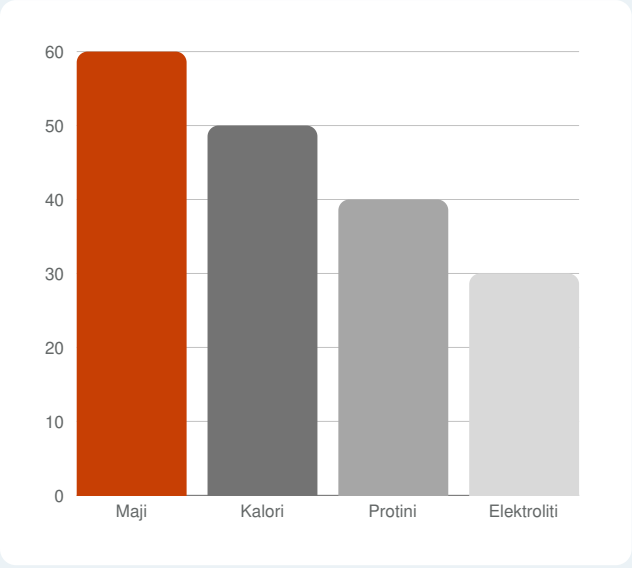
Mikakati ya lishe itangulize kubadilika na kile mtoto anachovumilia. Milo midogo ya mara kwa mara mara nyingi ni rahisi kuliko milo mikubwa na husaidia kupata kalori na virutubishi kwa utaratibu. Vyakula vyenye nishati nyingi, ikiwemo mafuta yenye afya, hutoa kalori nyingi katika kiasi kidogo na vinafaa kwa mtoto mwenye hamu ndogo ya kula.

Kubadili ulaini na joto la chakula kunaweza kusaidia ulaji. Vyakula laini, visivyo na viungo vikali au vilivyopoa mara nyingi huvumilika zaidi wakati wa vidonda vya utando au kichefuchefu. Harufu kali na viungo vingi vinaweza kuhitaji kuepukwa kwa kuwa huongeza kichefuchefu au kuchukia chakula.

Usalama wa chakula ni muhimu sana, hasa kinga inapopungua. Kuepuka vyakula vibichi au visivyopikwa vizuri, kushughulikia chakula ipasavyo na kudumisha usafi hupunguza maambukizi. Ulaji usipotosha, vinywaji au vyakula vya nyongeza vya lishe vilivyotengenezwa kitabibu vinaweza kusaidia kutimiza mahitaji ya kalori na protini. Hatua za mapema ni muhimu: kusubiri uzito upungue sana kunaweza kufanya urejeshaji wa lishe kuwa mgumu.

Lishe wakati wa matibabu inahitaji mbinu inayomzingatia mtoto, kubadilika kulingana na dalili na kudumisha ulaji badala ya kufuata kwa ukali mpangilio unaodhaniwa kuwa bora kabisa.

Kielelezo 2: Vipaumbele vya Lishe Wakati wa Matibabu



6 - Lishe Ugonjwa Unaporudia na kwa Walio Hatarini Zaidi

Watoto ambao uvimbe wa Wilms umerudia mara nyingi hupata matibabu makali zaidi na ya muda mrefu, hivyo kuwa na hatari kubwa zaidi ya lishe duni. Madhara yanayokusanyika ya matibabu ya awali na mahitaji ya matibabu ya ziada hufanya usimamizi wa lishe wa kina na wa mapema kuwa muhimu.

Mara nyingi wagonjwa hawa hupata msongo mkubwa zaidi wa kimetaboliki, uchochezi zaidi na madhara makali zaidi ya matibabu. Haya huongeza matumizi ya nishati na kupunguza ulaji, hivyo kuongeza sana hatari ya lishe kuzorota haraka.

Katika hali hii, wahudumu wachukue hatua mapema zaidi. Ingawa kula kwa mdomo ndiko kunakopendelewa, mara nyingi hakutoshi. Kuanza mapema lishe ya mrija kwenye mfumo wa chakula kunaweza kutoa virutubishi kwa namna ya kuaminika na inayodhibitika, hasa ulaji unapobadilika au kutotosha.

Lishe ya mrija isipowezekana kutokana na matatizo ya njia ya chakula au kutovumilia sana, lishe kupitia mshipa inaweza kuhitajika. Ingawa inahitaji kuingilia mwili zaidi na ina hatari za ziada, inaweza kudumisha uhai kwa kuhifadhi hali ya lishe katika vipindi muhimu vya matibabu.

Kukosekana kwa uwiano wa elektroliti hutokea zaidi kwa wagonjwa walio katika hatari kubwa na kunahitaji ufuatiliaji wa karibu. Mipango ya lishe irekebishwe kulingana na vipimo vya maabara, hali ya mgonjwa na maendeleo ya matibabu.

Mzigo wa kihisia na kisaikolojia wa kurudia kwa ugonjwa usipuuzwe. Mapendeleo ya chakula, kula kwa faraja, uchovu wa kulishwa na mahusiano na walezi huathiri ulaji. Mbinu ya jumla inayojumuisha msaada wa kitabibu, kisaikolojia na kijamii ni muhimu kwa kudumisha lishe ya kutosha katika kipindi hiki kigumu.

7 - Lishe Baada ya Matibabu

Watoto wanapoingia katika maisha baada ya matibabu ya uvimbe wa Wilms, huduma za lishe hubadilika kutoka msaada wa haraka hadi kuimarisha afya ya muda mrefu na kuzuia madhara ya baadaye. Ingawa ukali wa matibabu hupungua, athari za muda mrefu, hasa kwenye figo na mfumo wa moyo na mishipa, zinahitaji uangalizi endelevu.

Walionusurika wanaweza kuwa na hatari kubwa ya shinikizo la damu, kupungua kwa utendaji wa figo, matatizo ya kimetaboliki na magonjwa ya moyo na mishipa, hasa baada ya kuondolewa figo au matibabu yenye madhara kwa figo. Lishe ina jukumu muhimu katika kupunguza hatari hizi.

Mlo kamili unaotegemea vyakula visivyosindikwa sana unapendekezwa, ukisisitiza matunda, mboga, nafaka zisizokobolewa, protini zisizo na mafuta mengi na mafuta yenye afya. Kupunguza sodiamu bado ni muhimu kwa shinikizo zuri la damu na kulinda figo. Maji ya kutosha huendelea kusaidia afya ya figo na uwiano wa mwili.

Ukuaji na maendeleo yafuatiliwe kwa karibu, hasa kwa watoto wadogo ambao matibabu yamechelewesha ukuaji wao. Lishe isaidie kufidia ukuaji uliochelewa inapohitajika, huku ikiepuka kuongezeka kupita kiasi kwa uzito kunakoweza kuleta matatizo ya muda mrefu.

Mazoezi pamoja na lishe bora ni sehemu muhimu ya huduma baada ya matibabu. Kuhimiza mazoea yenye afya mapema husaidia kujenga mwenendo unaopunguza hatari ya magonjwa sugu baadaye maishani.

Lishe baada ya matibabu ni mkakati unaoendelea kubadilika kulingana na historia ya matibabu, afya ya sasa na hatari za muda mrefu za kila mtu.

8 - Hatua za Usimamizi wa Lishe ya Kitabibu

Mpangilio wa maamuzi ya kitabibu hutoa njia ya utaratibu ya kusimamia lishe kwa watoto wenye uvimbe wa Wilms, kuhakikisha uthabiti na hatua kwa wakati. Kwa kawaida huanza na tathmini, kisha msaada na kuongeza kiwango cha msaada kulingana na viashiria vya kitabibu.

Hatua ya kwanza ni tathmini kamili ya lishe: uzito, urefu, fahirisi ya uzito wa mwili, mzingo wa katikati ya mkono pale unapopimika, mwenendo wa ukuaji, ulaji na viashiria muhimu vya maabara. Hii huweka hali ya kuanzia na kutambua walio hatarini.

Kutokana na tathmini, wahudumu huimarisha lishe ya mdomo kwa kuongeza kalori katika kiasi cha chakula, kuongeza marudio ya milo na kushughulikia vizuizi vya kula. Mara nyingi hii hujumuisha elimu kwa walezi na kurekebisha chakula. Ulaji usipotosha, msaada huongezwa hadi lishe ya mrija, inayotoa virutubishi kwa udhibiti na uthabiti huku ikihifadhi utendaji wa mfumo wa chakula.

Lishe ya mrija isipowezekana, lishe kupitia mshipa ni njia mbadala, lakini inahitaji ufuatiliaji makini kwa sababu ya hatari kama maambukizi na matatizo ya kimetaboliki.

Tathmini ya mara kwa mara ni muhimu katika kila hatua. Mahitaji yanaweza kubadilika haraka kutokana na madhara ya matibabu, kuendelea kwa ugonjwa au kupona. Mpangilio ubadilike kulingana na hali ili msaada urekebishwe ipasavyo kadiri muda unavyopita.

Kielelezo 3: Hatua za Kuongeza Msaada wa Lishe

Hatua	Kitendo	Lengo la Vitendo
Hatua 1	Tathmini ya awali ya lishe	Tambua hatari mapema na weka msingi wa ukuaji na ulaji
Hatua 2	Kuimarisha lishe ya mdomo	Ongeza ulaji kwa vyakula vinavyopendwa, milo ya mara kwa mara na kalori nyingi
Hatua 3	Nyongeza za lishe za mdomo / vyakula vilivyoimarishwa	Jaza mapengo ulaji wa kawaida usipotosha
Hatua 4	Lishe ya mrija	Toa lishe ya kuaminika ulaji wa mdomo usipotosha
Hatua 5	Lishe kupitia mshipa	Tumia lishe ya mrija isipowezekana au isipotosha
Hatua 6	Tathmini upya na marekebisho	Rekebisha mpango kulingana na dalili, figo na hatua ya matibabu

9 - Mwongozo kwa Walezi

Walezi wana jukumu kuu lisiloepukika katika kudumisha lishe ya kutosha kwa watoto wenye uvimbe wa Wilms. Timu za afya huweka mkakati wa jumla, lakini walezi hutekeleza mipango ya kulisha kila siku, kufuatilia ulaji na kuitikia mabadiliko ya hali ya mtoto. Elimu na msaada kwa walezi ni sehemu muhimu za usimamizi bora wa lishe.

Changamoto kuu ni mabadiliko ya hamu ya kula na matatizo ya kula yanayotokana na matibabu. Mtoto anaweza ghafla kuchukia chakula alichopenda, kuhisi ladha tofauti au kupata usumbufu anapokula. Haya yanaweza kuvunja moyo na kuchosha kihisia mtoto na mlezi. Kubadilika ni muhimu: badala ya kushikilia mpangilio mgumu wa milo, tanguliza jumla ya kalori na virutubishi, hata ikihitaji kubadili chakula kulingana na mapendeleo ya mtoto wakati huo.

Milo midogo ya mara kwa mara, kwa kawaida kila saa mbili hadi tatu, inaweza kudumisha ulaji bila kumlemea mtoto. Vyakula vyenye kalori na virutubishi vingi katika kiasi kinachoweza kuliwa mara nyingi husaidia zaidi kuliko kuhimiza milo mikubwa. Mazingira ya kula yenye msaada na yasiyo na shinikizo hupunguza wasiwasi na kuongeza utayari wa kula.

Unywaji wa maji ni jukumu jingine muhimu. Watoto huenda wasitambue au kueleza kiu vizuri, hasa wakiwa wagonjwa. Walezi wahimize kunywa mara kwa mara siku nzima, wakitoa chaguo zinazokubalika kama maji, mchanganyiko wa kurejesha maji na chumvi mwilini, au vinywaji vingine vinavyofaa kitabibu.

Walezi pia wawezeshwe kutambua ishara za mapema za kuzorota kwa lishe au afya: kutapika mfululizo, kukataa kula au kunywa, kupungua uzito haraka, mkojo kupungua, au dalili za upungufu wa maji kama midomo mikavu na kulegea. Kuwasiliana haraka na timu ya afya ni muhimu ili kuzuia matatizo.

Hisia na saikolojia ya kulisha ni muhimu pia. Wakati wa matibabu, milo inaweza kuleta msongo na walezi wanaweza kuhisi shinikizo la kuhakikisha mtoto anakula vya kutosha. Kuwatia moyo, kuwapa mwongozo wa vitendo na kuwafikia wataalamu, kama mtaalamu wa lishe ya watoto, kunaweza kusaidia kushughulikia changamoto hizi.

Kuwapa walezi maarifa, uwezo wa kubadilika na msaada huwawezesha kushiriki kwa kujiamini katika kudumisha afya ya lishe ya mtoto katika safari yote ya matibabu.

Kielelezo 4: Ulinganisho wa Mbinu

Kipengele	Mbinu ya COG	Mbinu ya SIOP
Wakati	Msaada mara tu baada ya utambuzi	Kuimarisha hali kabla ya upasuaji
Msisitizo	Kalori nyingi / protini nyingi	Maji na kuimarisha hali
Kuongeza msaada	Lishe ya mrija / mshipa mapema	Kuongeza msaada hatua kwa hatua
Ufuatiliaji	Vipimo na uzito mara kwa mara	Ukuaji na uvumilivu

10 - Maarifa na Matokeo ya Kitabibu

Ushahidi unaoongezeka unaonyesha jukumu muhimu la lishe katika matokeo ya kitabibu ya saratani za watoto. Kwa uvimbe wa Wilms, ambapo matibabu huwa makali lakini yenye ufanisi mkubwa, hali ya lishe inaweza kuathiri sana uwezo wa mtoto wa kuvumilia matibabu, kupona kutokana na madhara yake na kupata matokeo bora ya muda mrefu.

Wagonjwa wenye lishe bora huvumilia vizuri zaidi dawa za saratani na mionzi, huku wakihitaji kupunguziwa dozi au kuchelewesha matibabu mara chache. Lishe ya kutosha husaidia kinga na kupunguza maambukizi yanayokatiza ratiba ya matibabu na kurefusha kulazwa hospitalini. Pia husaidia vidonda kupona baada ya upasuaji, ikiwemo kuondoa figo.

Kinyume chake, utapiamlo huhusishwa na maambukizi zaidi, muda mrefu hospitalini, uwezo mdogo wa mwili kustahimili na mwitikio mdogo wa matibabu. Katika hali kali, unaweza kulazimisha kupunguza ukali wa matibabu, na hivyo kuathiri ufanisi wake wa jumla.

Zaidi ya matokeo ya haraka, lishe huathiri kurejea kwa uwezo wa kufanya shughuli na ubora wa maisha. Watoto wanaodumisha lishe bora wana uwezekano mkubwa wa kuhifadhi misuli, kuwa na nishati na kushiriki shughuli za kawaida za ukuaji. Hili ni muhimu kwa afya ya mwili, akili na jamii.

Tafiti zinazoibuka zinaonyesha kuwa msaada wa lishe wa mapema na endelevu unaweza kusaidia kupunguza hatari za muda mrefu, ikiwemo magonjwa ya moyo na mishipa na matatizo ya kimetaboliki. Hii inasisitiza kuunganisha lishe katika huduma zote badala ya kuishughulikia tu matatizo yanapotokea.

Kwa mfumo wa afya, usimamizi bora wa lishe unaweza kuongeza ufanisi kwa kupunguza matatizo, kufupisha muda hospitalini na kuboresha matibabu kwa ujumla. Hili ni muhimu hasa katika mazingira yenye rasilimali chache, ambapo kuimarisha huduma saidizi kunaweza kubadili sana matokeo.

Lishe ni sehemu ya msingi ya mafanikio ya matibabu ya saratani za watoto, yenye athari zinazopimika kwa matokeo ya kitabibu na afya ya muda mrefu.

11 - Hitimisho

Lishe ni msingi wa huduma kwa watoto wenye uvimbe wa Wilms, ikiathiri kila hatua kutoka utambuzi hadi matibabu, usimamizi wa kurudia kwa ugonjwa na maisha ya muda mrefu baada ya matibabu. Ingawa maendeleo ya tiba yameongeza sana uhai, uwezo kamili wa matibabu hutimizwa kwa msaada wa huduma za lishe zilizounganishwa vizuri na zenye kina.

Ugumu wa usimamizi wa lishe unatokana na mwingiliano wa mahitaji ya ukuaji, changamoto za matibabu na mahitaji ya viungo maalumu, hasa kulinda figo. Haya yanahitaji ushirikiano wa madaktari wa saratani, wataalamu wa lishe, wauguzi na walezi katika kupanga na kutekeleza mikakati ya kila mtoto.

Ujumbe muhimu wa hati hii ni hatua za mapema na ufuatiliaji endelevu. Lishe inaweza kuzorota haraka, lakini tathmini ya mapema na hatua kwa wakati mara nyingi huzuia hali hiyo. Kujumuisha lishe katika huduma za kawaida huhakikisha inashughulikiwa kwa utaratibu, kabla matatizo hayajatokea.

Huduma bora za lishe zinaendelea nje ya hospitali. Walezi wana jukumu muhimu la utekelezaji, na uwezo wao wa kusaidia mahitaji ya mtoto hutegemea mwongozo ulio wazi, elimu na msaada endelevu.

Juhudi zaidi zinahitajika kusawazisha taratibu za lishe, kupanua upatikanaji wa huduma maalumu na kuunganisha lishe katika mipango ya kimataifa ya saratani za watoto. Hili ni muhimu hasa katika nchi zenye kipato cha chini na cha kati, ambako tofauti za huduma saidizi huathiri sana matokeo.

Kuweka lishe kuwa nguzo kuu ya huduma za saratani za watoto kunaweza kuboresha uhai, ubora wa maisha na afya ya muda mrefu ya watoto walioathiriwa na uvimbe wa Wilms.

Kiambatisho A

Kielelezo 5: Muhtasari

Kipengele	Desturi ya COG / NWTS	Desturi ya SIOP	Athari kwa Mpango wa Lishe
Mfuatano wa matibabu	Mara nyingi upasuaji kwanza, kisha tiba kulingana na hatari	Mara nyingi dawa za saratani kabla ya upasuaji, kisha upasuaji na tiba kulingana na hatari	Panga lishe kwa nyakati tofauti za tiba, mahitaji ya kupona baada ya upasuaji na mwenendo wa dalili
Msisitizo wa huduma saidizi	Huduma za taaluma mbalimbali mapema, ikiwemo tathmini ya lishe hatari inapotambuliwa	Kuimarisha hali kabla ya hatua kubwa ni muhimu panapotumika tiba kabla ya upasuaji	Chunguza lishe wakati wa utambuzi bila kujali mfuatano wa tiba
Kulinganisha na rasilimali	Hutumika zaidi katika vikundi shirikishi vyenye rasilimali nyingi	Hujumuisha SIOP PODC iliyolinganishwa na rasilimali na ushirikiano husika	Vyakula vya eneo, elimu ya walezi na ufuatiliaji unaotekelezeka ni muhimu penye rasilimali chache
Ulinzi wa figo	Fuatilia utendaji wa figo, shinikizo la damu na madhara ya baadaye baada ya tiba	Ulinzi wa figo ni muhimu katika kuondoa figo na matibabu yenye madhara kwa figo	Sodiamu ya kiasi, maji na uwiano binafsi wa protini hubaki vipaumbele

Kiambatisho B

Marejeo

1). World Health Organization. Global Initiative for Childhood Cancer. Geneva: WHO; 2018.

2). World Health Organization. WHO Global Initiative for Childhood Cancer: Overview booklet. Geneva: WHO; 2020.

3). National Cancer Institute. Wilms Tumor and Other Childhood Kidney Tumors Treatment (PDQ) - Health Professional Version. Bethesda (MD): National Cancer Institute; updated 2025.

4) International Society of Paediatric Oncology. SIOP PODC adapted treatment guidelines: Wilms tumour and supportive care. SIOP; accessed 2026.

5) Israels T, Moreira C, Scanlan T, Molyneux L, Kampondeni S, Hesseling P, et al. SIOP PODC: Clinical guidelines for the management of children with Wilms tumour in a low income setting. Pediatr Blood Cancer. 2013;60(1):5-11.

6) Wang J, Li M, Tang D, Gu W, Mao J, Shu Q. Current treatment for Wilms tumor: COG and SIOP standards. World J Pediatr Surg. 2019;2(3):e000038.

7) Dome JS, Fernandez CV, Mullen EA, Kalapurakal JA, Geller JI, Huff V, et al. Wilms tumor (nephroblastoma), version 2.2021, NCCN Clinical Practice Guidelines Oncology. J Natl Compr Canc Netw. 2021;19(8):945-977.

8) Ladas EJ, Sacks N, Brophy P, Rogers PC. Standards of nutritional care in pediatric oncology: results from a nationwide survey on the standards of practice in pediatric oncology. Pediatr Blood Cancer. 2006;46(3):339-344.

9) Ladas EJ, Sacks N, Meacham L, Henry D, Enriquez L, Lowry G, et al. A multidisciplinary review of nutrition considerations in the pediatric oncology population:a perspective from Children's Oncology Group. Nutr Clin Pract. 2005;20(4):377-393.

10) Brinksma A, Huizinga G, Sulkers E, Kamps WA, Roodbol PF, Tissing WJE. Malnutrition in childhood cancer patients: a review on its prevalence and possible causes. Crit Rev Oncol Hematol. 2012;83(2):249-275.

11) Jofe L, Dwyer S, Glade Bender JL, Frazier AL, Ladas EJ. Nutritional status and clinical outcomes in pediatric oncology. Lancet Child Adolesc Health. 2020;4(10):719-731.

12) Mehta NM, Corkins MR, Lyman B, Malone A, Goday PS, Carney LN, et al. Defining pediatric malnutrition: a paradigm shift toward etiology-related definitions. JPEN J Parenter Enteral Nutr. 2013;37(4):460-481.

13) Becker PJ, Nieman Carney L, Corkins MR, Monczka J, Smith E, Smith SE, et al. Consensus statement of the Academy of Nutrition and Dietetics/American Society for Parenteral and Enteral Nutrition: indicators recommended for the identification and documentation of pediatric malnutrition. J Acad Nutr Diet. 2014;114(12):1988 2000.

14) Barr RD. The role of nutrition in pediatric oncology. Pediatr Blood Cancer. 2020;67 Suppl 3:e28211.

15) Children's Oncology Group. Long-Term Follow-Up Guidelines for Survivors of Childhood, Adolescent, and Young Adult Cancers. Monrovia (CA): Children's Oncology Group; current version.

16) KDOQI Work Group. KDOQI clinical practice guideline for nutrition in children with chronic kidney disease: 2008 update. Am J Kidney Dis. 2009;53 (3 Suppl 2):S1 S124.

17) National Kidney Foundation. Nutrition and kidney disease in children: patient and family education resources. New York: National



Wakfu wa Saratani ya Wilms

Simu: +1 (778) 514 5000
Barua pepe: info@WilmsFoundation.org
Tovuti: www.WilmsFoundation.org
Anwani: Suite 2147, 712 H Street NE, Washington DC, United States, 20002.

Wakfu wa Saratani ya Wilms, WCF na kaulimbiu "Kushinda Saratani ya Figo kwa Watoto" na "Ugonjwa Ambao Hujawahi Kuusikia" ni alama za biashara za kimataifa za Wakfu wa Saratani ya Wilms na zinalindwa na hakimiliki. Maudhui na muundo wa hati: Wakfu wa Saratani ya Wilms. Haki zote zimehifadhiwa.

Kwa mujibu wa sheria za hakimiliki, hati hii hairuhusiwi kunakiliwa, kurudufiwa, kutolewa upya au kutafsiriwa, yote au sehemu, bila idhini ya maandishi ya Wakfu wa Saratani ya Wilms.

Marekani: Shirika lisilotozwa kodi la 501(c)(3) | EIN:98-3478827 | Kanada: Shirika la hisani: 756261939BC0001

© Hakimiliki | Wakfu wa Saratani ya Wilms | Haki Zote Zimehifadhiwa

Wakfu wa Saratani ya Wilms (WCF)

Wakfu wa Saratani ya Wilms (WCF) ni shirika la hisani linalosaidia na kuwakilisha watoto, familia na mashirika ya afya yaliyoathiriwa na saratani ya figo kwa watoto (hasa nefroblastoma, inayojulikana kama Wilms). Dhamira yake ni kuanzisha mpango wa kimataifa wa uhamasishaji, elimu, utetezi, utambuzi wa mapema, matibabu na msaada ili kukabiliana na kuenea kwa ugonjwa huu.

Mwongozo huu wa WCF ni kwa elimu pekee. Unategemea viwango vya kimataifa vya saratani za watoto vya Kanada, Marekani na Ulaya. Tafuta ushauri wa mtaalamu wa afya mwenye sifa ikiwa una wasiwasi au maswali.

© Shirika la Afya Duniani (WHO). Imetumika kwa ruhusa kwa ushirikiano na Wakfu wa Saratani ya Wilms (WCF). CureAll ni sehemu ya Mpango wa Kimataifa wa WHO wa Saratani za Watoto (GICC). WHO haiidhinishi shirika, bidhaa au huduma yoyote maalumu.

© Hakimiliki | Wakfu wa Saratani ya Wilms | Haki Zote Zimehifadhiwa