

Kanker - Behandeling met chemotherapie

Verpleegkundig consulent oncologie	3
Behandeling met chemotherapie	3
Behandeling met immunotherapie (doelgerichte therapie)	4
Hoe wordt de behandeling met chemotherapie en immunotherapie gegeven?	4
Aandachtspunten bij het innemen van cytostatica- en immunotherapie tabletten:	5
Bijwerkingen	5
Rijvaardigheidswaarschuwing	6
Invloed van de zon	6
Voeding en voedingssupplementen	6
Reiskosten vergoeding tijdens de behandeling	6
Waar u thuis op kunt letten bij gebruik van chemotherapie	7
Omgang met urine en ontlasting	8
Omgang met braaksel	8
Algemeen	9
Andere afscheidingsproducten	9
Seksualiteit	9
Vruchtbaarheid	10

Kanker - Behandeling met chemotherapie

Belang mondhygiëne tijdens chemotherapie/radiotherapie	11
Redenen om contact op te nemen	16
Redenen om contact op te nemen	16

U wordt behandeld met chemotherapie. Tijdens de periode van deze behandeling, zult u worden begeleid door de verpleegkundig consulent oncologie.

Verpleegkundig consulent oncologie

De verpleegkundig consulent oncologie is gespecialiseerd in de verpleegkundige zorg voor mensen met kanker. U kunt bij hen terecht met vragen over uw ziektebeeld, behandeling, de gevolgen van de behandeling en over uw afspraken. Voor het bespreken van veranderingen in het leven zowel op lichamelijk, emotioneel als sociaal gebied kunt u ook bij hen terecht. Wanneer u daar behoefte aan heeft kunnen zij u in contact brengen met andere hulpverleners. De verpleegkundig consulent oncologie werkt nauw samen met uw behandelend internist/oncoloog.

3

De behandeling kan bestaan uit chemotherapie al dan niet in combinatie met immunotherapie.

Behandeling met chemotherapie

Chemotherapie is de behandeling van kanker met medicijnen die de celdeling remmen of de kankercellen vernietigen, ook wel cytostatica genoemd. Er zijn tientallen soorten cytostatica, die alleen of in combinatie kunnen worden toegepast. Welke cytostatica u krijgt is onder meer afhankelijk van de soort kanker die bij u is geconstateerd. De gevoeligheid van kankercellen voor deze medicijnen kan tijdens de behandeling veranderen. Daarom wordt soms na enige tijd op andere cytostatica overgegaan.

Cytostatica hebben niet alleen invloed op kankercellen, maar ook op gezonde cellen in het lichaam. Gelukkig herstellen de gezonde cellen zich meestal vrij snel, waarna bijwerkingen verdwijnen. Er zijn echter

ook bijwerkingen die blijvend kunnen zijn, zoals onvruchtbaarheid of een beschadiging van de zenuwen in de ledematen. Wanneer dit risico bestaat zal dit met u worden besproken.

Behandeling met immunotherapie (doelgerichte therapie)

Tegenwoordig zijn er nieuwe medicijnen beschikbaar, die proberen kankercellen in hun groei te remmen zonder al te veel schade bij gezonde cellen aan te richten. De celdeling is een ingewikkeld proces waarbij de cellen en dus ook de kankercellen gebruik maken van signaalstoffen en receptoren. Door het produceren van signaalstoffen kunnen cellen met elkaar 'praten'. Daarvoor moet de boodschap wel opgevangen worden door receptoren op de andere cellen. De receptoren zijn een soort antennes op en in de celwand die de boodschap van de signaalstoffen ontvangen. Deze signaalstoffen worden onder andere gebruikt om de cel aan te zetten tot celdeling en dus groei. De doelgerichte therapieën zorgen ervoor dat de signaalstoffen of de receptoren niet goed werken. Dit kan op verschillende manieren en daarom zijn er verschillende medicijnen. Niet voor alle tumoren zijn deze stoffen ontwikkeld of geschikt.

Hoe wordt de behandeling met chemotherapie en immunotherapie gegeven?

Chemotherapie en doelgerichte therapie kunnen zowel alleen als in combinatie worden gegeven. Chemotherapie en doelgerichte therapie kunnen via tabletten worden ingenomen en/of via een infuus worden toegediend.

De tijdsduur van het toedienen van het infuus hangt af van de soorten medicijnen die u krijgt. Meestal kan dit poliklinisch, maar het kan ook zijn dat u hiervoor één of enkele dagen moet worden opgenomen op een verpleegafdeling.

Op de dag van de kuur hoeft u geen speciale voorbereidingen te

treffen. U hoeft niet nuchter te zijn en mag dus gewoon eten, drinken en uw medicijnen innemen zoals u gewend bent.

Tijdens de toediening van de medicijnen kunt u gewone kleding dragen. Wel is het handig dat uw mouwen gemakkelijk omhoog kunnen.

Het is prettig wanneer u samen met een vertrouwd persoon naar het ziekenhuis komt. In het bijzonder geldt dit voor de eerste behandeling en als u uitslagen van onderzoeken verwacht. Deze persoon kan bij de behandeling blijven en kan steun en afleiding geven. Bovendien zult u samen meer informatie opnemen dan wanneer u alleen bent.

Andere medicijnen kunnen de werking van cytostatica en doelgerichte therapie beïnvloeden. Het is daarom belangrijk dat uw arts weet welke medicijnen u gebruikt, ook als het gaat om aspirines, voedingssupplementen of vitaminepreparaten.

5

Aandachtspunten bij het innemen van cytostatica- en immunotherapie tabletten:

- De tabletten in zijn geheel innemen met voldoende water. De tabletten niet breken of vermalen.
- Na het innemen de handen wassen.
- Voorkom dat anderen de tabletten of de verpakking aanraken.
- Het verpakkingsmateriaal mag u bij het gewone afval doen.

Bijwerkingen

Of u last krijgt van bijwerkingen hangt af van de soort en hoeveelheden van de cytostatica of immunotherapie die u krijgt. Iedereen reageert anders, ook al betreft het hetzelfde medicijn. Sommige mensen hebben veel last van bijwerkingen, anderen

merken er weinig van. De ernst van de bijwerkingen heeft niets te maken met het resultaat van de behandeling. Als u veel hinder hebt van bijwerkingen mag u niet de conclusie trekken dat de therapie een goed effect op uw ziekte heeft. Of omgekeerd: merkt u er weinig van, dan wil dat niet zeggen dat de medicijnen geen invloed op uw ziekte hebben.

Rijvaardigheidswaarschuwing

Sommige medicijnen die voorafgaand aan de chemotherapie en doelgerichte therapie worden gegeven, kunnen de rijvaardigheid beïnvloeden. Het is daarom verstandig om vervoer vanuit het ziekenhuis te regelen.

Invloed van de zon

Onder invloed van de medicijnen kan de huid droger en schilferig worden. Uw huid kan gevoeliger zijn dan normaal en sneller verbranden in de zon. U kunt best van de zon genieten, maar doe dit met mate. Maak gebruik van een zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor. Vermijd de zon tussen 12 en 16 uur.

Voeding en voedingssupplementen

Indien u een gevarieerde voeding gebruikt volgens de richtlijn gezonde voeding (zie www.voedingenkankerinfo.nl) krijgt u voldoende vitamines en mineralen binnen. Indien u door de ziekte of door de bijwerkingen van uw behandeling niet goed of onvoldoende kunt eten, kunnen vitamines en mineralen in de vorm van supplementen tijdelijk een nuttige aanvulling zijn. Als u op advies van uw arts of diëtist aanvullende dieetpreparaten zoals medische drinkvoeding of sondevoeding gebruikt, is een aanvullend vitamine preparaat af te raden. Deze preparaten leveren vaak al extra vitamines en mineralen. Daarnaast zijn niet alle multivitaminepreparaten geschikt. Een

supplement vervangt nooit een goede voeding. Een gezonde voeding levert nu eenmaal veel meer dan de stoffen die in voedingssupplementen voorkomen.

Voedingssupplementen kunnen invloed uitoefenen op het effect van medicatie en dus ook op chemotherapie. Om die reden is het gebruik van grapefruit en pompelmoes af te raden. Gebruik tijdens de chemotherapie geen voedingssupplementen zonder dit met uw behandelend arts en/of verpleegkundige te bespreken.

Reiskosten vergoeding tijdens de behandeling

Om voor reiskosten vergoeding in aanmerking te komen, raden wij u aan om contact op te nemen met de zorgverzekeraar. De zorgverzekeraar kan aangeven welke vergoedingsregeling bij u van toepassing is.

7

Waar u thuis op kunt letten bij gebruik van chemotherapie

Chemotherapie kan op de lange duur gezondheidsrisico's met zich meebrengen voor mensen die regelmatig met (resten van) deze stoffen in aanraking komen.

Om deze reden zijn er door de overheid veiligheidsrichtlijnen opgesteld. Die richtlijnen zijn vooral bedoeld voor mensen die beroepsmatig met cytostatica werken. De richtlijnen richten zich op het bereiden en toedienen van de medicijnen, maar ook op het omgaan met afvalstoffen. Afvalstoffen van cytostatica worden grotendeels door de urine en ontlasting uitgescheiden. Ook in bloed, braaksel en speeksel kunnen resten van cytostatica zitten. Cytostatica en afbraakproducten van cytostatica kunnen tot 7 dagen na toediening nog in uw uitscheidingsproducten voorkomen. Daarom is het van belang dat u medewerkers in de thuiszorg op de hoogte stelt van uw behandeling met chemotherapie. Ook uw familie en

vrienden zouden mogelijk in contact kunnen komen met afvalstoffen van cytostatica. Dit zal echter veel minder vaak voorkomen, dan dat dit bij hulpverleners die meerdere patiënten verzorgen, het geval is. Hierdoor is de kans erg klein dat dit gevolgen voor hen kan hebben. Toch willen wij u enige voorzorgsmaatregelen voor thuis meegeven.

Omgang met urine en ontlasting

- Tijdens het plassen op het toilet gaan zitten, om spatten van urine te voorkomen (ook mannen).
- Na afloop het toilet (indien mogelijk) twee keer doorspoelen met gesloten deksel.
- Was uw handen na elke toiletgang.
- Bij gebruik van po of urinaal (plasfles) zo nodig een onderlegger gebruiken.
- De po of urinaal na gebruik voorzichtig legen in het toilet. Voorkom spatten en spoel indien mogelijk twee keer door met gesloten deksel.
- De po of urinaal afspoelen met water en afdrogen met keukenrol.
- Het toilet regelmatig reinigen met een gewone allesreiniger.
- Bij mogelijk contact met urine of ontlasting de handen goed wassen.
- Bij incontinentie of verzorging van een stoma: gebruik wegwerp handschoenen (verkrijgbaar bij drogist of apotheek) bij het contact met incontinentie materiaal en/of natte kleding en beddengoed. Vouw incontinentie materiaal in natte toestand dicht zodat de plastic buitenlaag de inhoud afsluit en doe dat samen met de handschoenen in een plastic zak. Deze kunt u dan bij het huisvuil deponeren.
- Laat degene die u helpt bij het legen of verwisselen van het stomazakje of bij het verwisselen van de stomaplak wegwerp handschoenen dragen.

Omgang met braaksel

- Het braaksel wat opgevangen is weggooien in het toilet. Indien mogelijk het toilet twee keer doorspoelen met gesloten deksel.
- De emmer of bak met koud water omspoelen daarna afdrogen met keukenrol.
- Deze maatregelen gelden vooral tot 2 uren na inname van cytostatica tabletten.

Algemeen

Indien kleding of beddengoed bevuild is met bloed, braaksel, urine of ontlasting kunt u dit bij voorkeur apart van ander wasgoed in de wasmachine doen. Gebruik wegwerphandschoenen of was daarna uw handen. Gebruik eerst een koud spoelprogramma. Daarna kunt u het wasgoed wassen zoals u gewend bent en kunt u ook ander wasgoed eraan toevoegen.

Andere afscheidingsproducten

De hoeveelheid afvalstoffen van cytostatica in zweet, sputum, sperma en speeksel zijn zo gering dat er thuis geen maatregelen voor zijn aan te geven. Knuffelen en kussen is dus ook geen bezwaar. Voor wat betreft seksueel contact zijn er geen strikte maatregelen aan te geven. Om elke twijfel uit te sluiten kunt u overwegen om een condoom te gebruiken.

Seksualiteit

Als gevolg van de behandeling kan het mogelijk zijn dat de behoefte aan seksueel contact afneemt. De behoefte aan intimiteit kan in deze periode juist toenemen. Factoren zoals vermoeidheid en zwakte kunnen hierbij een rol spelen. Operatieve ingrepen als onderdeel van uw behandeling kunnen een blijvende verandering van uw

seksualiteitsbeleving tot gevolg hebben. Een behandeling met cytostatica hoeft geen belemmering te zijn voor geslachtsgemeenschap. Door de behandeling kan het slijmvlies van de vagina droger worden.

Bij het vrijen, kan een glijmiddel een goed hulpmiddel zijn. Problemen op seksueel gebied zijn soms moeilijk bespreekbaar en zijn niet altijd door u zelf op te lossen. Het is goed te weten dat u de problemen met uw behandelend arts of verpleegkundig consulent kunt bespreken. Indien nodig kan deze u doorverwijzen naar deskundigen op dit gebied.

Vruchtbaarheid

Een behandeling met cytostatica kan onvruchtbaarheid veroorzaken bij de man. De mate van onvruchtbaarheid is afhankelijk van diverse factoren. De soort en combinatie van cytostatica, de aard van uw ziekte en uw leeftijd kunnen hierbij een rol spelen. U kunt daarom het beste aan uw arts vragen wat voor u op dit gebied de verwachting is. Ook kunt u bespreken of het invriezen van sperma vóór het starten met de behandeling voor u zinvol of wenselijk is.

Een behandeling met cytostatica kan bij de vrouw veranderingen in het menstruatiepatroon veroorzaken. Deze kan in sommige gevallen heviger/onregelmatiger worden of (tijdelijk) verdwijnen. Dit kan gepaard gaan met overgangsklachten. Na de behandeling herstelt uw menstruatiepatroon, afhankelijk van uw leeftijd, zich weer.

Een behandeling met cytostatica kan beschadiging van het erfelijk materiaal tot gevolg hebben. Dit kan leiden tot aangeboren afwijkingen bij kinderen. Een zwangerschap tijdens de behandeling moet daarom worden voorkomen. Het is noodzakelijk dat u doorgaat

of start met een betrouwbare methode van anticonceptie. Overleg met uw arts wat voor u de juiste vorm is. Het is beter om met een eventuele zwangerschap te wachten tot enkele maanden na de behandeling. Uw lichaam krijgt dan de tijd om te herstellen van de behandeling.

Belang mondhygiëne tijdens chemotherapie/radiotherapie

Met een goede mondhygiëne houdt u uw tanden, kiezen en tandvlees gezond. Tandenvoetsen vormt hiervoor de basis. Goed tandenvoetsen is echter een secuur werkje en zeker niet eenvoudig.

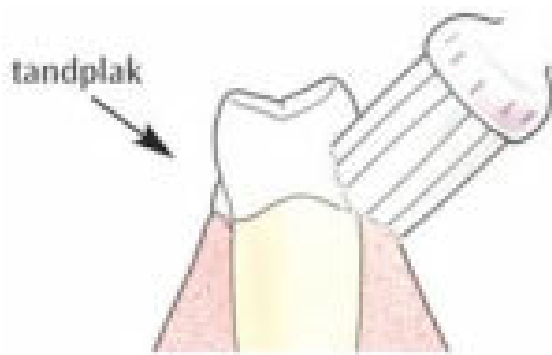
Een goede mondzorg draagt bij aan een goede behandeling of het enigszins voorkomen van ontsteking van het mondslijmvlies (orale mucositis).

Gebruik van de handtandenborstel

Gebruik een zachte tandenborstel, het liefst met een kleine kop. Gebruik een milde tandpasta met fluoride. Poets minimaal 2-4 keer uitgebreid per dag. Een goede poetsbeurt duurt vier minuten. Dus neem de tijd!

Hoe

- Hoek van 45 graden op de tand of kies.
- Vaste volgorde aan houden, binnen / buiten / bovenop.
- Korte heen en weer gaande bewegingen met lichte druk.
- Blijf vijf tellen op dezelfde plek.
- Poets de buitenzijde van de achterste kiezen met de mond iets gesloten, hierdoor wordt de toegankelijkheid van het gebied vergroot.
- Eindig met de kauwvlakken.



Houd de tandenborstel in een hoek van 45 graden.



Houd een vaste poetsvolgorde aan, binnen / buiten / bovenop.

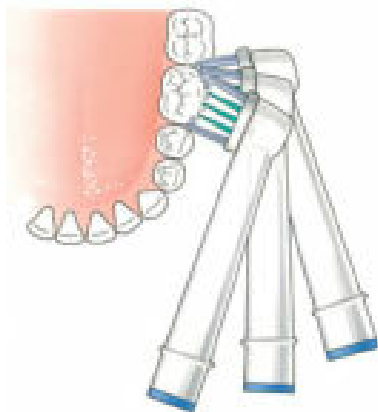
Als laatste kunt u de tong reinigen. Steek daarbij de tong zo ver mogelijk uit en probeer de tandenborstel/ tongschraper zo ver mogelijk op de tongrug te plaatsen. Maak vervolgens 5 lange halen naar voren.

Gebruik van de elektrische tandenborstel

Poets minimaal 1 keer uitgebreid per dag. Daarnaast poetst u nog 1 of 2 keer per dag iets minder uitgebreid. Met de uitgebreide poetsbeurt bent u ongeveer 3 minuten bezig met de bovenkaak en ook nog eens 3 minuten met de onderkaak. Neem de tijd! Gebruik een milde tandpasta met fluoride.

Hoe

- Gebruik een zacht en rond borstelkopje.
- Plaats het borstelkopje loodrecht op de tandvleesrand.
- Houd een vaste volgorde aan; binnen/buiten/bovenop.
- Beweeg de borstelkop niet, zet de borstelkop neer en schuif na vijf tellen een tand/kies op.
- Poets de buitenzijde van de achterste kiezen met de mond iets gesloten. Hierdoor wordt de toegankelijkheid van het gebied vergroot.
- Eindig met de kauwvlakken.

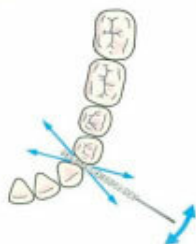


Gebruik van ragers

Ragen doet u om bacteriën te verwijderen. Het is belangrijk om de bacteriën één keer in de 24 uur te verwijderen. Uitgebreid ragen hoeft maar één keer per dag.

Hoe

- De rager wordt vastgehouden tussen duim en wijsvinger, op korte afstand van de haren. De overige vingers kunnen gebruikt worden om te steunen, waardoor uitschieten wordt voorkomen.
- Plaats de rager recht tussen tanden en kiezen.
- De rager moet niet te makkelijk tussen de tanden / kiezen door gaan. U mag druk voelen, maar u mag het metaal niet voelen raspen.
- Vraag de tandarts of mondhygiënist welke ragers u nodig heeft.
- Beweeg de rager(s) heen en weer. Ga vijf keer door het midden, vijf keer vanaf links en vijf keer vanaf rechts.
- Gebruik de hele lengte van de rager, zodat deze ook de binnenzijde goed bereikt.
- Voor het bereiken van de achterste kiezen, kunt u het beste de mond iets sluiten. Hierdoor wordt de toegankelijkheid iets vergroot.
- Na gebruik de rager goed afspoelen en laten drogen.
- U kunt een rager blijven gebruiken totdat de haren plat worden.

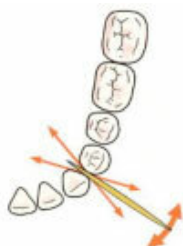


Gebruik van tandenstokers

Tanden stoken doet u om bacteriën te verwijderen die tussen de tanden en kiezen blijven zitten. Het is belangrijk om de bacteriën één keer in de 24 uur te verwijderen. De stoker gebruik je wanneer ragers te groot zijn.

Hoe

- De tandenstoker wordt vastgehouden tussen duim en wijsvinger. De overige vingers kunnen gebruikt worden om te steunen, waardoor uitschieten wordt voorkomen.
- Maak het puntje van de tandenstoker vochtig in de mond. Hierdoor breekt het puntje minder snel af.
- Kijk naar de vorm van de tandenstoker: een driehoek.
- Duw de tandenstoker stevig tussen de tanden / kiezen met de platte kant (basis van de driehoek) tegen het tandvlees.
- Maak een korte heen en weer gaande beweging. Ga vijf keer door het midden, vijf keer vanaf links en vijf keer vanaf rechts.
- Voor het bereiken van de achterste kiezen, kunt u het beste de mond iets sluiten. Hierdoor wordt de toegankelijkheid iets vergroot.
- Na gebruik gooit u de tandenstoker weg.
- Het kan zijn dat u meerdere tandenstokers nodig heeft per stookbeurt.



Mocht een stoker ook niet passen gebruik dan dagelijks flossdraad!

Redenen om contact op te nemen

Het is belangrijk dat u uw specialist informeert over de bijwerkingen waarover u zich zorgen maakt. Soms kan dit wachten tot de eerst volgende controle afspraak. Soms is het nodig om eerder contact op te nemen. (zie hoofdstuk 2, Belangrijke namen en telefoonnummers)

Bij onderstaande klachten moet u nog dezelfde dag contact opnemen

- Koorts boven 38,5°C
- Koude rillingen
- Langdurige bloedneus, langer dan 30 minuten.
- Blauwe plekken zonder dat u bent gevallen of zich hebt gestoten.
- Aanhoudend bloeden van een wondje, langer dan 30 minuten.
- Bloed in de ontlasting of urine.

16

Bij onderstaande klachten na een dag of aantal dagen contact opnemen:

- Braken langer dan 24 uur
- Diarree langer dan 48 uur
- Obstipatie (verstopping) langer dan 3 dagen
- Plotselinge huiduitslag
- Pijnlijke plekjes in de mond en moeite met slikken, waardoor u niet kunt eten of drinken.

Als u twijfelt of zich onzeker voelt kunt u altijd contact opnemen met de verpleegkundig consulent oncologie. Indien nodig overlegt deze met uw behandelend specialist.