



Uw chemotherapie

Persoonlijke gids voor de patiënt
tijdens de chemotherapeutische behandeling

Inleiding	7
De chemotherapie	9
De nevenwerkingen	10
- Haar en nagels	11
- Huid en slijmvliezen	12
- Misselijkheid en braken	12
- Vermindering van het immunitair systeem	14
- Vermoeidheid	14
- Hormonale veranderingen	15
- Sexualiteit	15
- Lymfoedeem	16
Hulpmiddelen	18
- Toegangspoorten	19
- Kinesitherapie	20
- Dieet	20
- Psychologische ondersteuning	22
- Onthaal	23
- Sociale hulp	23
- Vervoer	24
Praktisch deel	26
- Volgbladen	27
- Medicatie	31
- Afspraken	32
- Medewerkers	33
- Praktische inlichtingen	34
- Voor uw familie	35
Om meer over te weten	36
De stichting "Mimi"	42

Inleiding

Het doel van dit boekje is enerzijds om u te informeren over de behandeling die u werd voorgesteld door uw oncoloog en anderzijds om de communicatie tussen u, het overal verpleegkundig personeel van ons ziekenhuis en uw huisarts te optimaliseren.

Het is niet de bedoeling dat dit boekje onze contacten en onze gesprekken vervangt... De informatie die hierin verstrekt wordt, kan niet individueel worden aangepast aan elke patiënt. Het is dus steeds noodzakelijk dat de dialoog met het verpleegkundig personeel en de arts primeert.

Dit boekje is het resultaat van een intense samenwerking tussen artsen, verpleegkundigen en patiënten. Wij zijn iedereen hiervoor erkentelijk.



De chemotherapie

De term chemotherapie dekt het geheel van medicamenteuze behandelingen voor een kwaadaardige aandoening. Op enkele uitzonderingen na, wordt het merendeel van deze producten intraveneus toegediend. Zeldzaam kunnen een aantal medicaties via de mond worden ingenomen. Deze behandeling is niet pijnlijk, maar kan verantwoordelijk zijn voor een aantal nevenwerkingen.

De toediening van een chemotherapie op het daghospitaal duurt meestal enkele uren. Soms zal u een aantal opeenvolgende dagen naar het daghospitaal moeten komen om chemotherapie te krijgen. Occasioneel is een hospitalisatie nodig.

Tijdens uw verblijf op het daghospitaal staat het u vrij vergezeld te worden door een van uw naasten. U mag lectuur, werk, of een aantal dingen meebrengen, zoals een sjaal of een kussen die uw verblijf op het daghospitaal zo aangenaam mogelijk maken.

Bij elk bezoek aan het daghospitaal zal u de mogelijkheid hebben uw arts te spreken. Aarzel niet haar alle mogelijke problemen te melden die u ondervonden hebt sinds uw laatste chemotherapietoediening.

Het haar en de nagels

Eén van de meest gekende nevenwerkingen van chemotherapie is haarverlies of alopecia. Haarverlies komt niet altijd voor en is afhankelijk van de medicatie die gebruikt wordt. Meestal treedt haarverlies op 2-3 weken na de start van de chemotherapeutische behandeling. Het haar groeit echter na het stoppen van de chemotherapie volledig terug, zij het dat er zich soms kleine verschillen kunnen voordoen qua kleur en textuur. De haren kort knippen kan u helpen bij het aanpassen aan de tijdelijke veranderingen van uw fysiologie. Bij een korte haarsnit zal de hoeveelheid haarverlies minder opvallend zijn. Het geeft tevens de mogelijkheid aan uw omgeving om zich aan te passen aan de verandering van uw uiterlijk.

Een ijskap tijdens de intraveneuze toediening van de chemotherapie kan in een aantal gevallen het haarverlies in zekere mate verminderen.

Indien u tijdelijk een pruik wenst te dragen, zal u kunnen genieten van een gedeeltelijke tussenkomst van uw mutualiteit. Uw arts zal u hiervoor een medisch attest opmaken.

In een aantal gevallen kan tevens de lichaamsbehaaring tijdens de chemotherapie verdwijnen. De baardgroei zal bij de man vertraagd worden.

Tevens kunnen de nagels tijdens de chemotherapie veranderingen vertonen. Dit kan gaan van kleurveranderingen tot het breken van de nagels. In een aantal gevallen kan het onderdempelen van de vingertoppen in koud water tijdens de intraveneuze toediening van de chemotherapie de nagels beschermen. Tevens bestaan er producten om de nagels te versterken.

De huid en de slijmvliezen

Onder invloed van chemotherapie kan de huid eveneens veranderingen ondergaan. Het gaat vooral over een zekere graad van uitdroging en een overgevoeligheid voor de zon. Hydraterende cremes zijn aan te raden.

Indien u een gespecialiseerde schoonheidsverzorging wenst, kan deze u worden aangeboden op het daghospitaal, tijdens de toediening van de chemotherapie. In het kader van de Stichting Mimi, kan U steeds gratis terecht bij een schoonheidspecialist(e). Aarzel niet deze te contacteren.

In een aantal gevallen kan er een irritatie van de handpalmen en de voetzolen optreden. Hiervoor is een aangepaste behandeling noodzakelijk.

De slijmvliezen die zich bevinden ter hoogte van de ogen, neus, mond, keel en de gynaecologische regio zijn tevens tijdens de chemotherapie gevoelig voor irritatie en uitdroging. In de meeste gevallen kan een lokale behandeling hulp bieden.

Een goede mond- en tandhygiëne en mondspoelingen zijn aan te raden.

Misselijkheid en braken

Misselijkheid of braken zijn frequente nevenwerkingen tijdens de chemotherapie. Systematisch worden anti-braakmiddelen (anti-emetica) toegediend tijdens elke chemotherapeutische behandeling om deze verschijnselen te voorkomen.

Een aantal van deze geneesmiddelen tegen misselijkheid en braken kan constipatie geven. Men moet dus dieetmaatregelen nemen en/ of medicatie innemen om constipatie tegen te gaan.

Naast de preventieve inname van anti-emetica is het aan te raden een neutrale voeding te nuttigen gedurende de eerste dagen na uw chemotherapie; Vermijd sterk gekruide spijzen en te sterk uitgesproken smaken; eet frequent maar niet te veel bij elke maaltijd; dwing uzelf niet om te eten.

Smaakvermindering en/of smaakverandering kan tijdelijk aanwezig zijn tijdens de chemotherapeutische behandeling.

Meestal wordt een dosis Cortisone voor elke chemotherapiekuur toegediend. Zij versterkt het effect van de anti-braakmiddelen. Deze dosis van cortisone kan echter een aantal tijdelijke nevenwerkingen veroorzaken (slapeloosheid gedurende de eerste nacht, waterretentie, excitatie, roodheid van het gelaat gedurende 24h00...). Deze eenmalige dosis van cortisone veroorzaakt echter geen nevenwerkingen zoals bij een langdurige cortisone inname (risico op osteoporose, diabetes, morfologische veranderingen).

Uw anti-emetische behandeling:

Naam	Morgen	Middag	Avond	Nota

Vermindering van het immunitair systeem

De chemotherapie veroorzaakt frequent een daling van het aantal witte bloedcellen. Hierdoor kan de weerstand van het lichaam tijdelijk worden verzwakt, zonder dat men dit merkt. Op dat ogenblik is men veel gevoeliger aan infecties.

In geval van temperatuursverhoging van 38°C of meer, dient u onmiddellijk contact met de spoedgevallendienst of met onze dienst op te nemen:

U zal een klinisch onderzoek ondergaan samen met een bloedafname. Afhankelijk van deze resultaten zal men u antibiotica voorschrijven.

De daling van het immunitair systeem verplicht u echter niet om binnen te blijven. U dient enkel een goede hygiëne na te streven en contact met zieke personen te vermijden.

Vermoeidheid

Chemotherapie veroorzaakt altijd vermoeidheid, doch deze is variabel in intensiteit (ze verschilt van de vermoeidheid die voorkomt na fysische of intellectuele arbeid).

De vermoeidheid kan worden verminderd door het aanpassen van de levensgewoonten of door de toediening van medicatie.

Informatiebrochures staan ter uwer beschikking in het daghospitaal. Op uw verzoek kunnen de verpleegkundigen van de afdeling u meer uitleg verschaffen over dit onderwerp.

Hormonale veranderingen

Chemotherapie kan bij vrouwen die nog niet in de menopauze zijn hormonale veranderingen teweeg brengen doordat de aanmaak van vrouwelijk hormoon in eierstokken stil wordt gelegd.

Deze artificiële menopauze kan zich uiten door het optreden van warmteopwellingen, gemoedsveranderingen, gewichtstoename, moeilijkheden bij de geslachtsgemeenschap en natuurlijk het achterblijven van de menstruatie.

Naargelang het soort chemotherapie en de leeftijd van patiënte kan deze menopauze al dan niet omkeerbaar zijn. Bij een aantal tumoren (bv. borstkanker) kan een vermindering van de productie van vrouwelijke hormonen bijdragen tot het voorkomen van ziekteherval.

Om de klachten van de menopauze draaglijk te maken zal de oncoloog, na overleg met de gynaecoloog, u een aantal behandelingen voorstellen. Zelfs indien de inname van hormonen niet aangewezen is, kunnen geneesmiddelen voor lokaal gebruik helpen.

Seksualiteit

Tijdens de periode van de chemotherapie kan het libido aangetast worden.

Vermoeidheid, de ziekte zelf en angst kunnen de seksuele behoeften verminderen. Tevens kunnen stress en angst om u te vermoeien of om u te belasten leiden tot een verminderd libido bij uw partner. Gedurende enige tijd kan tederheid de plaats van seksualiteit innemen.

Het is belangrijk dat u hierover met uw partner spreekt. Aarzel niet om hierover met uw arts of een psycholoog te spreken.

Lymfoedeem

Lymfoedeem is een infiltratie van de weke weefsels van de arm en / of de borst, die kan optreden na een operatie bij borstkanker waarbij de okselklieren werden verwijderd. Het tijdstip en de graad van de ernst zijn erg verschillend.

Lymfoedeem wordt door middel van kinesitherapie (lymfedrainage) behandeld. Soms wordt een steunkous of drukverband aangeraden.

Nuttige voorzorgsmaatregelen :

- Vermijd bloedafname, inspuitingen of meting van de bloeddruk aan de geopereerde arm.
- Draag geen zware voorwerpen of een tas met schouderriem aan die kant. Tracht langdurige repetitieve oefeningen met deze arm te vermijden.
- Onnodig blootstellen van de arm aan warmte (ook zonnewarmte) dient te worden vermeden.
- Slaap niet op deze arm.
- Tracht elke verwonding te vermijden. Bij verwonding dient deze met zorg te worden gedesinfecteerd.

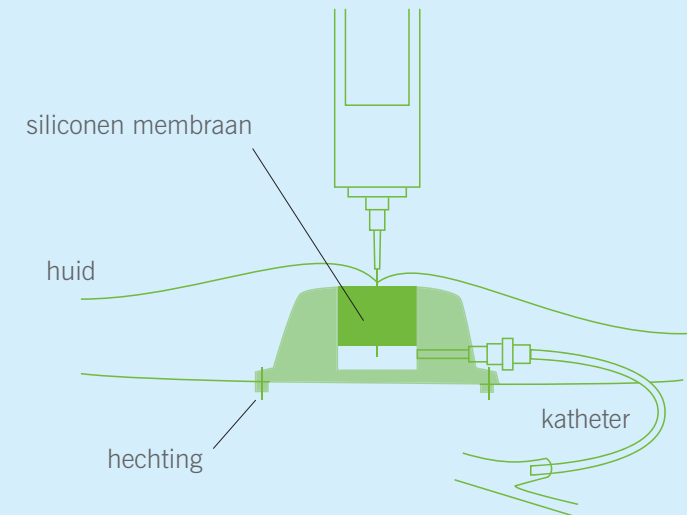
Indien u een verandering ter hoogte van de geopereerde arm waarneemt, contacteert u onmiddellijk uw arts.

Toegangspoorten

Voor een maximaal comfort, alsook voor uw veiligheid, wordt een implanteerbare poort-catheter («Port-a-Cath») meestal aanbevolen. Deze poort, die onder plaatselijke verdoving door een chirurg wordt geplaatst, maakt een regelmatige toediening van medicatie, direct in de bloedbaan, mogelijk.

De chirurgische procedure is eenvoudig en veroorzaakt slechts weinig ongemak. Als de wonde eenmaal genezen is, kunt u uw dagelijkse activiteiten weer gewoon voortzetten.

Wanneer de poort niet meer wordt gebruikt, dient deze te worden doorgespoeld. Hiervoor dient men zich om de 3 maanden even in het daghospitaal aan te melden.



Hulpmiddelen

Psychologische ondersteuning

De mededeling van de diagnose van een kwaadaardige aandoening zorgt voor een zware schok. Angst en stress kunnen uw psychologisch evenwicht ernstig verstoren (gevoel van schuld, isolement, kwetsbaarheid...)

Een psychologe kan u en uw familie hulp bieden om deze schok te verwerken. In het kader van de Stichting Mimi, kan U steeds gratis terecht bij een psycholoog. Aarzel niet hierover te spreken met uw oncoloog.

Tijdens uw verblijf in het daghospitaal kan u, indien u dit wenst, tevens beroep doen op een ploeg van goed getrainde en ervaren vrijwilligers.

Psycholoog: _____

Telefoon: _____

Vrijwilliger: _____

Telefoon: _____

Onthaal

Dit boekje werd speciaal voor u door onze dienst ontworpen om de periode van uw behandeling zo vlot en aangenaam mogelijk te laten verlopen.

Om u een zo aangenaam mogelijk verblijf in het daghospitaal te bezorgen, werd heel veel zorg aan de decoratie van de kamers besteed.

Tijdens uw verblijf in het daghospitaal heeft u de mogelijkheid om gebruik te maken van een TV-toestel. U kan tevens DVD's bekijken die u zelf meebrengt of die u kan kiezen uit onze catalogus.

Sociale hulp

Wanneer contact gelegd dient te worden met uw mutualiteit of wanneer vervoer of huishoudelijke hulp moet worden gezocht, staat de sociale dienst u en uw familie ter beschikking.

Sociaal assistente: _____

Telefoon: _____

Vervoer

Voor de verplaatsingen in het kader van uw chemotherapie, radiotherapie, onderzoeken en consultaties gerelateerd aan uw behandeling is er een tussenkomst door uw ziekenfonds voorzien. Een attest zal u dan ook bij elke verplaatsing worden overhandigd.

Indien u over geen vervoer beschikt, zullen wij samen met de sociaal assistente een oplossing voor u zoeken.

Transporten: _____

Telefoon: _____

Volgblad

Huisarts: _____

Telefoon: _____

Verpleegkundige: _____

Telefoon: _____

Datum	Commentaar

Praktisch deel

Volgblad

Datum	Commentaar

Volgblad

Datum	Commentaar

Lectuur

Ontboezemingen

Frieda Joris
Standaard Uitgeverij

Roodborstje

Frieda Joris
Houtekiet

Borstkanker

Sophie Devuysere
Paperback, Lannoo

De kracht van de berusting tegen het knagen van de onrust

Emile Genevois

Wat wilde je weten over borstkanker ?

Emile Genevois en M. J. Piccart-Gebhart

Web sites

Stichting tegen Kanker www.kanker.be

Vlaamse Liga tegen Kanker (NL) www.tegenkanker.nl

Nationaal Fonds tegen Kanker (NL) www.tegenkanker.nl

Informatie rond vermoeidheid bij kanker www.vermoeidheid.be

De Kankerfoon

Telefoonische hulplijn van de Stichting tegen Kanker : 0800 15 802

Gratis en anoniem, zowel voor de patiënt als voor de familie.

Telefonische hulplijn van de Vlaamse Liga tegen kanker : 078 / 150 151

De stichting MIMI

Stichting Mimi is een privé stichting samengesteld uit personen die zich verbonden voelen met de problematiek rondom de ziekte kanker en in het bijzonder de psychologische gevolgen die deze ziekte voor de patiënt met zich meebrengt.

Het doel van de Stichting Mimi is kleinschalige projecten tot stand brengen en te blijven opvolgen om de levenskwaliteit voor patiënten die kanker hebben te verbeteren, bij voorkeur in hun periode van radiotherapie en chemotherapie.

Indien U de tussenkomst van de Stichting Mimi hebt op prijs gesteld, of indien U meer uitgebreid wenst bij te dragen aan haar actie, kan U een steun brengen door een overschrijving op haar rekening 310-1658221-92.

‘wij geloven dat de zon brengen
in het leven van een patient
therapeutische kracht heeft’

Deze brochure, uitgegeven door de Stichting Mimi, is bestemd voor het persoonlijke gebruik van de patiënt(e) aan wie deze nominatief toegewezen werd.

Ondanks alle zorg besteed aan de inhoud van deze uitgave kunnen noch de samens-tellers noch de uitgever de verantwoordelijkheid aanvaarden voor schade die het gevolg zou zijn van enige fout in deze uitgave.

Patiënt(e)

Naam: _____

Voornaam: _____

Adres: _____



De Stichting Mimi dankt hartelijk Dokter Dominique Verhulst, oncoloog bij de Europa Ziekenhuizen te Brussel, voor de redactie van deze gids. Ze dankt eveneens Mevrouw Manuela Valvecchi, lid van het oprichtingscomité, voor haar actieve bijdrage. Alsook Mevrouw Marleen Melotte, de dokters Marina Debecker, Carl Salembier en Christian Dubois van de dienst oncologie van de Europa Ziekenhuizen en verschillende patiënten in behandeling, voor hun waardevolle advies en steun.

De auteursrechten van deze gids zijn eigendom van de Stichting Mimi. Niets in deze uitgave mag worden veelevoudigd, opgeslagen in een gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige ander manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

“Soms moet je heel goed kijken om het op te merken. De Nationale Loterij speelt voortdurend een actieve rol in de samenleving. Elk jaar creëert ze kansen voor honderden projecten in de humanitaire, sociale, culturele wetenschappelijke en sportieve sfeer. Kansen voor iedereen. En daarom vind je de Nationale Loterij ook daar waar je het niet verwacht.”



Nationale Loterij

Stichting Mimi

private stichting

Beeldhouwerslaan 45
1180 Brussel - België

T 32 2 645 01 90

F 32 2 645 01 91

www.mimi-foundation.org

ING: 310-1658221-92

Dankzij de steun van de



Nationale Loterij