

# Behandelwijzer chemotherapie

Oncologie

## Inhoud

|   |         |
|---|---------|
| 1. Inleiding  | pag. 3  |
| 2. Contact opnemen  | pag. 4  |
| 3. Informatie algemeen  | pag. 6  |
| 3.1 Ontstaan  | pag. 6  |
| 3.2 Behandeling   | pag. 6  |
| 3.3 Het ontstaan van bijwerkingen   | pag. 6  |
| 3.4 Polikliniekbezoek   | pag. 7  |
| 3.5 Plaats van chemokuur toediening   | pag. 7  |
| 3.6 Uitscheidingsproducten  | pag. 7  |
| 3.7 Voeding   | pag. 7  |
| 3.8 Tandarts  | pag. 8  |
| 3.9 Machtigingen  | pag. 8  |
| 3.10 Verstandig zonnen  | pag. 8  |
| 3.11 Bewegen tijdens en na de behandeling van chemotherapie                       | pag. 9  |
| 3.12 Seksualiteit/ vruchtbaarheid   | pag. 10 |
| 3.13 Psychosociale ondersteuning  | pag. 10 |
| 3.14 Adressen waar u en uw naasten tijdens en na de behandeling terecht kunnen    | pag. 11 |
| 3.15 Uitleg en begeleiding voor (klein) kinderen                                  | pag. 12 |
| 3.16 Uw behandeling in de regio   | pag. 13 |
| Overzicht ondersteunende medicatie  |         |
| Samenstellen Informatie Bijwerkingen op maat: specifieke bijwerkingen en adviezen |         |
| Folders   |         |

## 1. Inleiding

De reden waarom u deze behandelwijzer ontvangt is geen plezierige maar wel een belangrijke. U heeft in overleg met uw specialist besloten om binnenkort te starten met chemotherapie. Dit houdt in dat u gedurende een langere periode behandeld gaat worden met chemotherapie: medicijnen die de celdeling remmen.

Tijdens het voorlichtingsgesprek hebben wij u geïnformeerd over de zaken die gaan komen. Er komt heel veel op u af, daarbij is het niet eenvoudig om alles in één keer te onthouden. Daarom is deze informatie opgeschreven, zodat u thuis alles nog eens rustig kunt nalezen. Deze informatie is niet alleen voor uzelf van belang, maar ook voor bijvoorbeeld uw huisarts of andere hulpverleners waarmee u in contact komt.

## 2. Contact opnemen

Op deze pagina kunt u lezen hoe en wanneer u contact op kunt nemen met een oncologieverpleegkundige of polikliniek-assistente.

De oncologieverpleegkundigen van de polikliniek zijn:

- Didi Berends-van Zeben
- Dini Buitenhuis
- Esther van Ravesteijn – Brussé
- Erika van der Spek – de Jong
- Rhodé Wiersma (coördinerend oncologieverpleegkundige)
- Machelien van Wijk

### Voor niet spoedeisende zaken

Dagelijks is er een telefonisch spreekuur van de oncologieverpleegkundigen:

Maandag t/m vrijdag 09.00–09.30 uur  
14.00–14.30 uur

T 010-2975270

### Waarvoor is het telefonisch spreekuur?

- recepten;
- vragen over lichte klachten;
- obstipatie;
- onzekerheid.

Neemt u bij de volgende klachten na 24 uur contact op via het telefonisch spreekuur:

- obstipatie (verstopping) langer dan 48 uur;
- plotselinge huiduitslag;
- blaasjes in de mond, pijn bij het slikken.

### **Voor spoedeisende zaken**

Heeft u met spoed vragen die niet kunnen wachten tot het telefonisch spreekuur? Dan kunt u van maandag t/m vrijdag tussen 8:30–16:00 uur een oncologieverpleegkundige bereiken via onderstaande telefoonnummers:

U krijgt een bandje te horen, luister deze helemaal af.

**T** 010–2975270

Heeft u last van onderstaande klachten? Neemt u nog dezelfde dag contact op met een oncologieverpleegkundige of behandelend arts:

- koorts boven 38°C;
- koude rillingen;
- braken / diarree;
- langdurig bloedneuzen (langer dan 30 minuten);
- blauwe plekken, zonder dat u gevallen bent of u zich gestoten heeft;
- aanhoudend bloeden van een wondje (langer dan 30 minuten);
- bloed in de urine of de ontlasting;
- benauwdheid die u niet kent of die toeneemt;
- pijn.

Belt u buiten kantooruren of in het weekend dan krijgt u een oncologieverpleegkundige van de verpleegafdeling aan de telefoon.

Het nummer van afdeling 3B:

**T** 010–2975234.

### **Maken of veranderen van polikliniek–afspraken**

Wilt u een afspraak maken of uw afspraak veranderen?

Belt u dan met:

#### **Polikliniek Interne**

Bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 8:30–16:00 uur

**T** 010–2975250

#### **Polikliniek Longziekten**

Bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 8:30–16:00 uur

**T** 010–2975360

Ons bezoekadres is:

Montessoriweg 1

3083 AN Rotterdam

**E** [oncologievpk@ikazia.nl](mailto:oncologievpk@ikazia.nl)

**W** [www.ikazia.nl](http://www.ikazia.nl)

Voor verdere informatie over chemotherapie verwijzen wij u door naar: [www.allesoverchemotherapie.nl](http://www.allesoverchemotherapie.nl)

## 3. Informatie algemeen

### 3.1 Ontstaan

Uw lichaam is opgebouwd uit miljarden cellen, in allerlei soorten en maten. Kankercellen ontstaan uit gewone lichaamscellen. Bij kankercellen is er iets mis gegaan met het erfelijk materiaal in de kern van de cel. Daardoor gaat die cel zich onnodig en onbeheerst delen. Op die manier kan een tumor ontstaan, een gezwel dat steeds harder groeit.

### 3.2 Behandeling

Zodra de diagnose gesteld is, stelt uw arts een behandelplan op. Dat plan past zo goed mogelijk bij uw situatie. Welk behandelplan het beste is, hangt af van uw ziektebeeld, hoe ver de ziekte zich verspreid heeft en hoe uw lichamelijke en psychische conditie is.

U heeft in overleg met de arts u gekozen voor chemotherapie. Dat betekent dat u medicijnen krijgt waardoor de tumorcellen doodgaan of zich niet meer kunnen vermenigvuldigen. Chemotherapie werkt door het gehele lichaam. Uiteraard zijn ook combinaties van verschillende behandelwijzen mogelijk. Chemotherapie kan worden gecombineerd met chirurgie, radiotherapie, antihormoontherapie of immunotherapie.

#### Doelen chemotherapie:

1. De ziekte genezen;
2. Een behandeling die wordt toegevoegd aan bijvoorbeeld een operatie en/of bestraling. Er kunnen kankercellen in het lichaam zijn achtergebleven. Om de kans op overleving zo groot mogelijk te maken, wordt dan een behandeling met chemotherapie en/of antihormoontherapie toegevoegd;
3. Als de ziekte te ver is uitgebreid waardoor genezing niet meer te bereiken is, kan chemotherapie (en eventueel antihormoontherapie) gegeven worden om de tumor en/of de uitzaaiingen mogelijk te verkleinen of tot stilstand te brengen. De behandeling is gericht op het remmen van de ziekte en/of op het voorkomen of verminderen van klachten, zoals pijn maar ook het verlengen van de levensduur.

### 3.3 Het ontstaan van bijwerkingen

Chemotherapie tast niet alleen de kankercellen aan, maar beschadigt ook de gezonde lichaamscellen. Sommige gezonde cellen zijn daar gevoeliger voor dan andere. Vooral beenmergcellen die voortdurend nieuwe bloedlichaampjes aanmaken of de cellen in de haarzakjes die zorgen dat uw haar groeit. Zo ook de slijmvliezen waar steeds nieuwe cellen worden aangemaakt. Chemotherapie veroorzaakt met name bijwerkingen bij deze sneldelende lichaamscellen.

Een andere bijwerking is de manier waarop uw lichaam reageert op het binnendringen van ongewenste stoffen. Uw lichaam herkent de chemokuur als giftig. Misselijkheid en braken zijn daarom een begrijpelijke en natuurlijke reactie van het lichaam op chemotherapie.

Sommige chemokuren hebben minder bijwerkingen dan andere. Ook is het effect per persoon verschillend. Er zijn voor veel bijwerkingen goede medicijnen beschikbaar.

Uitgebreide informatie over verschillende bijwerkingen en wat er aan te doen is, vindt u onder nummer 4 in de behandelwijzer.

### 3.4 Polikliniek bezoek

Voorafgaand aan de kuur (meestal een dag voor de kuur) bezoekt u uw behandelend arts. Voordat u bij hem of haar komt, moet er eerst bloed geprikt worden. De arts beoordeelt daarna het bloed, waarna u de uitslag krijgt. Soms blijkt dat het bloed zich niet voldoende hersteld heeft van de voorgaande kuur. In dat geval wordt de kuur een week uitgesteld. Als het bloed goed is, krijgt u in dezelfde week de kuur. Ook worden voor u afspraken gemaakt bij de oncologieverpleegkundige.

### 3.5 Plaats van chemokuur toediening

U krijgt de chemokuur op de oncologiedagbehandeling. Op deze dagbehandeling kan gedurende de chemokuur iemand bij u blijven. Er wordt voor eten en drinken gezorgd.

De mogelijkheid bestaat om gebruik te maken van radio en televisie.

De chemokuur kan in meerdere dagen gegeven worden, u wordt dan opgenomen op afdeling 3B. In een enkel geval gaat u met de chemotherapie naar huis.

De ochtend van de opname meldt u zich om 09.30uur bij de opname in de centrale hal.

Tijdens de kuur moet u op de afdeling blijven.

### 3.6 Uitscheidingsproducten

De medicijnen die gebruikt worden bij de chemokuur worden via uw urine, ontlasting, braaksel en transpiratievocht uitgescheiden. Het is daarom belangrijk om een aantal voorzorgsmaatregelen in acht te nemen, namelijk:

- De afvalstoffen scheidt u gedurende \_\_\_\_\_ dagen uit;
- Plas altijd direct in het toilet en niet op een emmer of in de fles;
- Bij morsen direct opruimen;
- Handen wassen na ieder toiletbezoek;
- Mannen worden geadviseerd zittend te plassen;
- Na toilet gebruik toiletdeksel dichtdoen, twee maal doortrekken en het toilet één keer per dag huishoudelijk schoonmaken;
- Afvalmateriaal zoals bijvoorbeeld incontinentiemateriaal of stomamateriaal verzamelt u apart in een afvalzak. Sluit deze af en plaats deze bij het gewone huisafval;
- Kleding die bevuild is door urine, ontlasting of braaksel kunt u het beste direct wassen. Eerst op een koud programma en daarna kan het wasgoed op het gewenste programma gewassen worden.

### 3.7 Voeding

Gezonde voeding is voor iedereen belangrijk. In uw situatie is het extra belangrijk te letten op wat u eet en drinkt. In een goede conditie kunt u de behandeling mogelijk beter aan. Om uw voedingstoestand op peil te houden is het belangrijk voldoende vocht, energie en voedingsstoffen zoals eiwitten, vetten, koolhydraten en mineralen met de voeding binnen te krijgen. Mocht er gewichtsverlies of –toename zijn, bespreek dit dan met de oncologieverpleegkundige.

### Hygiënische voedingsrichtlijnen

Als u chemotherapie krijgt heeft u een verminderde afweer en een verhoogde kans op infecties. Daarom is het goed om extra op uw voeding te letten. Voedingsmiddelen die een groter risico geven doordat ze (goede) bacteriën bevatten, kunnen voor problemen zorgen. Daarom worden onderstaande producten afgeraden in de periode van chemotherapie (ondanks dat dit niet wetenschappelijk is onderbouwd).

- Rauw vlees, rauwe vis, voorverpakte gerookte vis, zachte rauwmelkse kaas, rauwe melk en rauw of zacht gekookt ei.

Andere aandachtspunten met betrekking tot de hygiëne in de keuken/in huis zijn:

- Dagelijks thee-, hand-, en vaatdoekjes verwisselen;
- Houd rauwe en gare producten gescheiden van elkaar;
- Melkproducten niet langer dan 2 uur buiten de koelkast laten staan;
- Let op de houdbaarheidsdatum en het bewaaradvies van producten.

Overige richtlijnen met betrekking tot voeding:

- Visolie, vitamine- en mineralensuppletie en homeopathische middelen worden afgeraden tijdens de behandeling, tenzij in overleg met uw arts.

### 3.8 Tandarts

Voordat u naar de tandarts gaat, is het belangrijk om dit eerst aan de oncologieverpleegkundige of uw behandelend arts te melden. Eventueel wordt van tevoren bloed geprikt om te beoordelen hoe uw bloedwaarden zijn. Als deze goed hersteld zijn na de chemokuur kunt u naar de tandarts. Het is wel belangrijk om altijd aan uw tandarts te melden dat u bezig bent met chemotherapie.

### 3.9 Machtigingen

Kosten die u maakt om naar het ziekenhuis te komen voor de chemotherapie kunnen vergoed worden door uw zorgverzekeraar. U ontvangt van ons een vervoersmachtiging waarmee u naar uw zorgverzekeraar kunt gaan. Hiermee kunt u informeren of u vergoeding ontvangt voor de gemaakte reiskosten.

Wanneer u door de behandeling uw haar verliest en hiervoor een pruik wilt aanschaffen, ontvangt u van ons een machtiging eventueel ter vergoeding van de pruik.

### 3.10 Verstandig zonnen

Bepaalde stoffen kunnen de huid gevoeliger maken voor uv-straling, of in combinatie met uv-straling huidreacties veroorzaken zoals jeuk, bultjes en snellere verbranding. Het is daarom aan te raden verstandig met de zon om te gaan als u chemotherapie krijgt.

Heeft u vragen over verstandig zonnen? Stel ze aan de oncologieverpleegkundige.

#### Een paar tips:

- Gebruik een zonnebrandcrème met minimaal factor 30;
- Bescherm uzelf ook tegen de zon tijdens activiteiten (fietsen, wandelen, etc);
- Bescherm uw hoofdhuid, denk hierbij aan een pet, zonnehoed of parasol;
- Blijf uzelf tot een half jaar na de behandeling op deze manier beschermen.



### 3.11 Bewegen tijdens en na de behandeling van chemotherapie

Door onderzoek en ervaring is gebleken dat bewegen tijdens en na de behandeling voor het welbevinden en herstel veel winst oplevert. Daarom willen wij u hierin adviseren en stimuleren. Het doel van bewegen tijdens de behandeling is vooral de conditie zoveel mogelijk op peil te houden. Vooral behoud van spiermassa is van toegevoegde waarde, door het behoud van spiermassa bent u beter in staat om actief te zijn en heeft u minder kans op spierafbraak, vooral door dit laatste ontstaat het gevoel van zwakte. Ook leert de ervaring dat door activiteiten de mensen zich beter voelen en beter herstellen. Omdat iedereen een andere uitgangswaarde en een andere behoefte heeft adviseren wij om dit altijd eerst met uw behandelend arts te bespreken. Het team kiest er bewust voor om u een revalidatie programma te adviseren in uw eigen woonomgeving omdat u vanwege uw behandeling, uw ziekte al regelmatig in het ziekenhuis moet zijn. Wel vinden wij het belangrijk dat u revalidatie op maat krijgt, daarom zal de oncologieverpleegkundige u, na akkoord van uw arts, graag adviseren en/of u verder op weg helpen.

#### Wat kan u zelf doen?

Elke vorm van bewegen is goed voor uw conditie. Neem bijvoorbeeld de trap in plaats van de lift. Sporten kan ook, kies dan wel een manier waarbij u nog gewoon kan praten en niet buiten adem raakt. Ga vooral niet over uw grenzen heen. Wandelen, fietsen, dansen, het belangrijkste is dat u er plezier in heeft en dat u ervaart dat bewegen iets toevoegt.

Wat doet een (oncologisch) fysiotherapeut binnen de oncologie?

Er zijn fysiotherapeuten die zich specifiek richten op het behandelen van mensen die kanker hebben of hebben gehad, maar nog problemen hebben met de gevolgen van de ziekte. Het kan daarbij gaan om problemen met bewegen, maar ook om bijvoorbeeld pijn of vermoeidheidsklachten of conditieverlies. De problemen kunnen het gevolg zijn van de ziekte zelf of van de medische behandelingen.

De gespecialiseerde fysiotherapeut kan helpen bij bijvoorbeeld;

- verminderde beweeglijkheid van de gewrichten;
- vermoeidheid;
- pijnklachten;
- conditieverlies;
- lymfoedeem (vochtophoping, meer informatie vindt u op de website);
- strengvorming in de oksel (na borstkanker behandeling);
- een stug of strak litteken;
- huidveranderingen (door bijvoorbeeld bestraling of operatie);
- verminderde spierkracht;
- spanningsklachten.

Een oncologisch fysiotherapeut kan hulp bieden in alle fasen van de ziekte.

Het is per zorgverzekering verschillend hoe de vergoedingen zijn. Ons advies is dit altijd eerst bij uw zorgverzekering na te vragen.

### **3.12 Seksualiteit/vruchtbaarheid**

Door de bijwerkingen van de chemokuur kan de zin in vrijen verminderd zijn of veranderen. De behoefte aan tederheid en knuffelen kan juist toenemen.

Door de chemokuur kan de vagina droger worden. Bij het vrijen kan er een glijmiddel gebruikt worden b.v. Sensilube.

Aarzel niet om problemen op dit gebied te bespreken met uw arts of oncologieverpleegkundige.

Indien u in de vruchtbare leeftijd bent, overleg dan met uw arts welke consequenties de behandeling hiervoor heeft, omdat chemotherapie invloed heeft / kan hebben op uw vruchtbaarheid.

Overleg ook met uw arts over het gebruik van anticonceptiemiddelen.

Als u zwanger wilt worden, is het raadzaam om dit met uw behandelend arts te overleggen. Chemotherapie kan aangeboren afwijkingen veroorzaken.

De menstruatie wisselt tijdens de chemokuur van 'een keer overslaan' tot wegblijven en kan gepaard gaan met overgangsklachten. Na het beëindigen van de behandeling kan de menstruatie terugkomen.

### **3.13 Psychosociale ondersteuning**

Wanneer de diagnose kanker bij u gesteld is, breekt er voor u en uw naasten een moeilijke tijd aan. U krijgt zowel lichamelijk als geestelijk veel te verwerken.

Door de lichamelijke gevolgen en door de spanning kunnen allerlei problemen ontstaan, bijvoorbeeld op het werk, in een relatie of bij dagelijkse bezigheden. Vaak hebben mensen behoefte aan steun van hun naasten of willen zij juist hulp van een hulpverlener.

Aarzel niet om dit met uw oncologieverpleegkundige of behandelend arts te bespreken. Ook zijn we er voor uw partner en/ of kinderen.

Ook binnen het Ikazia ziekenhuis zijn er hulpverleners die naast uw arts en oncologieverpleegkundige, ondersteuning kunnen bieden bij problemen die u tegenkomt op psychisch, sociaal, maatschappelijk en levensbeschouwelijk gebied.

### 3.14 Adressen waar u en uw naasten tijdens en na de behandeling terecht kunnen

#### **De Vruchtenburg**

Centrum voor ondersteuning van mensen met kanker en hun naasten.

De Vruchtenburg ondersteunt en vult met haar aanbod de reguliere (medische) zorg aan.

Straatweg 171

3054 AD Rotterdam

**T** 010-2859594

[www.devruchtenburg.nl](http://www.devruchtenburg.nl)

#### **De Boei**

De Boei is een ontmoetingscentrum voor mensen met kanker en hun naasten, georganiseerd door de Stichting Inloophuis Rotterdam.

Weimansweg 70-72

3075 MP Rotterdam

**T** 010-2152855

[www.inloophuisdeboei.nl](http://www.inloophuisdeboei.nl)

#### **Patiëntenvereniging**

Binnen de Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties (NFK) werken 24 patiëntenorganisaties samen.

U kan via de website de patiëntenvereniging vinden.

**W** [www.kankerpatient.nl](http://www.kankerpatient.nl)

**W** [www.kanker.info](http://www.kanker.info)

**T** 030-2916090

### 3.15 Uitleg en begeleiding voor (klein) kinderen

Praten met een kind, het klinkt zo eenvoudig. Maar hoe leg je uit dat je kanker hebt? Hoe moet je zeggen wat er aan de hand is? Moet je het trouwens wel vertellen?

Moet je wel eerlijk zijn? Kinderen hebben voelsprietten, hoe jong ze ook zijn. Ze hebben razendsnel in de gaten dat er iets mis is. Een vader die plotseling huilend thuis zit, een moeder die fluistert aan de telefoon, het zijn voor een kind duidelijke signalen dat er iets geheimzinnigs aan de hand is waar ze niet bij betrokken worden. Het achterhouden van informatie of het verstrekken van gedeeltelijke informatie kan leiden tot angstige fantasieën bij het kind.

Weten de kinderen wat er aan de hand is dan zijn veel reacties heel normaal. Ze zijn verdrietig, angstig of boos en kunnen zich soms schuldig voelen.

Door met het kind open en eerlijk over de ziekte te praten en over de eventuele gevolgen ervan, krijgen zowel uw kind en u als (groot) ouder de kans gevoelens te uiten. Op deze manier voelt het kind zich vrij om vragen te stellen. Problemen worden bespreekbaar en er kan samen gezocht worden naar oplossingen. De onderlinge band tussen (groot) ouder en het kind versterkt door gevoelens uit te wisselen en te delen.

#### Belangrijke tips

- Zoek een rustig moment om met uw kind te praten;
- Moedig het kind aan vragen te stellen;
- Vertel niet teveel tegelijk;
- Ook als ouder heb je niet alle antwoorden, wees daar eerlijk in;
- Het kind mag het verdriet van de ouder zien, verberg uw verdriet niet. Samen huilen kan erg opluchten;
- Let op afwijkend gedrag van het kind;
- Licht de school in, de leerkracht begrijpt dan beter waarom het kind zich anders gedraagt. De leerkracht kan zo in de klas ook aandacht besteden aan de begeleiding van uw kind.

#### Er zijn veel boeken met informatie en op internet is ook veel informatie te vinden

Voor jongere kinderen is er het boekje "Chemokasper en zijn jacht op de slechte kankercellen" waarin aan kinderen wordt uitgelegd wat chemotherapie doet. U kunt dit boekje op internet vinden: <http://www.kinderkanker.nl/kindersite/ChemoKasperv4.htm>;

Voor kinderen in een oudere leeftijd willen we u attenderen op de website [www.kankerspoken.nl](http://www.kankerspoken.nl) waar kinderen met elkaar kunnen chatten en zelf op zoek kunnen gaan naar informatie.

Wilt u meer informatie over de begeleiding van uw (klein) kinderen neem dan contact op met de oncologieverpleegkundige tijdens het telefonisch spreekuur.

### 3.16 Uw behandeling in de regio

In Zuidwest Nederland, de regio van Rotterdam, werken alle ziekenhuizen samen om optimale zorg voor patiënten met kanker te realiseren.

In regio verband zijn er afspraken tussen alle medisch specialisten die bij de behandeling en begeleiding van patiënten met kanker zijn betrokken. Hierbij gaat het zowel over de behandelmogelijkheden als over het ziekenhuis waar de behandeling het best gegeven kan worden.

De standaard behandelmogelijkheden worden door de medisch specialisten met elkaar besproken en zijn zoveel mogelijk vastgelegd in richtlijnen.

Daarnaast wordt in het ziekenhuis de behandeling besproken voor oncologiepatiënten in aanwezigheid van een specialist uit het Erasmus MC. Hierbij worden ook de nieuwe behandelwijzen besproken die in het kader van wetenschappelijk onderzoek geboden kunnen worden.

Als u hier vragen over heeft of meer informatie wenst, kunt u dit bespreekbaar maken bij uw arts.

Voor verdere informatie over chemotherapie verwijzen wij u door naar:

[www.allesoverchemotherapie.nl](http://www.allesoverchemotherapie.nl)

#### Specifieke maatregelen/opmerkingen

---

---

---

---

