



## Ondersteunende medicatie

### Paracetamol en clemastine (Tavegyl)

Bij de toediening van rituximab kunt u een overgevoeligheidsreactie krijgen, zoals koude rillingen, zwelling in het gezicht, tong of mond, jeuk en/of benauwdheidsklachten. Om dit zoveel mogelijk te voorkomen neemt u thuis, vlak voordat u naar het ziekenhuis vertrekt, paracetamol en clemastine in. Op de overige dagen van de kuur hoeft u deze medicijnen niet in te nemen.

Als gevolg van anti-allergie medicatie kunt u vermoeid en slaperig worden. Dit kan de rijvaardigheid beïnvloeden. Het is raadzaam om u te laten brengen en ophalen op de dag van de behandeling.

### Cotrimoxazol

In het beenmerg worden nieuwe bloedcellen gemaakt. Als gevolg van de behandeling is de aanmaak van nieuwe bloedcellen verstoord. Er treedt een tekort op aan verschillende bloedcellen, waaronder de witte bloedcellen (leukocyten). U bent daardoor gevoeliger voor infecties. Om u zoveel mogelijk te beschermen krijgt u antibiotica voorgeschreven. Deze medicatie neemt u standaard iedere dag in, zolang u wordt behandeld. Van uw arts of verpleegkundig specialist hoort u wanneer u met deze medicijnen mag stoppen.

Wanneer u wordt opgenomen voor de toediening van MTX wordt cotrimoxazol tijdelijk gestaakt, omdat deze medicijnen niet verenigbaar zijn. Zodra de MTX spiegel in uw bloed laag genoeg is, wordt cotrimoxazol weer herstart.

### Valaciclovir

Door een tekort aan witte bloedcellen bent u gevoeliger voor het herpes zoster virus, dit wordt ook wel gordelroos genoemd. Om u hiertegen te beschermen gebruikt u dagelijks valaciclovir. Deze medicatie neemt u standaard iedere dag in zolang u wordt behandeld. Van uw arts of verpleegkundig specialist hoort u wanneer u met deze medicijnen mag stoppen.

### Pantoprazol of famotidine

Tijdens de behandeling gebruikt u veel medicijnen. Om uw maagslijmvlies te beschermen krijgt u een maagbeschermer voorgeschreven. Ook dit medicijn gebruikt u dagelijks en neemt u 's morgens in.

Net als bij cotrimoxazol wordt pantoprazol tijdelijk gestaakt bij de toediening van MTX. Wanneer u famotidine krijgt voorgeschreven hoeft de behandeling niet onderbroken te worden.

### Folinezuur

Folinezuur is een vitamine en speelt een belangrijke rol in de stofwisseling en deling van lichaamscellen. Deze medicatie krijgt u meerdere keren per dag toegediend in het infuus of in tabletvorm, ten vroegste 24 uur nadat MTX zijn nuttige werking heeft uitgeoefend. Door folinezuur wordt MTX beter door het lichaam verdragen, waardoor er minder kans zijn op bijwerkingen. U krijgt folinezuur in het ziekenhuis toegediend door de verpleegkundige. Na ontslag gaat u thuis nog 24 uur door met deze medicatie.

## Bloedcontrole

Laat een dag voor de kuur **voor 10:30 uur** bloed afnemen bij een Medlon prikpost bij u in de buurt.

Als de kuur op maandag wordt gegeven, kunt u op vrijdag bloed laten afnemen. De verpleegkundig specialist beoordeelt aan de hand van de bloedsuitslagen of u de kuur kunt krijgen. Zijn de bloedwaarden niet goed genoeg, dan wordt u gebeld. Indien u niets hoort, gaat de kuur gewoon door.

U kunt zelf online of telefonisch een afspraak maken bij een Medlon prikpost bij u in de buurt.

Ga naar [www.medlon.nl](http://www.medlon.nl) of bel 088-4633566.

## Wat mag ik eten en drinken?

Grapefruit (sap), citrusvruchtensappen en overige zure dranken wordt afgeraden. Wees ook zuinig met alcohol. Alcohol in combinatie met MTX geeft een groter risico op leverfunctiestoornissen. Veel supplementen en kruidengeneesmiddelen hebben een negatief effect op de werking van de medicijnen. Denk hierbij o.a. aan wietolie, visolie en Sint Janskruid. Het advies is om af te zien van dergelijke middelen en het gebruik te overleggen met de behandelend arts. Voor meer informatie kijkt u op [www.voedingenkankerinfo.nl](http://www.voedingenkankerinfo.nl)

## BIJWERKINGEN

Het is niet te voorspellen hoe u persoonlijk op de behandeling reageert. Sommige mensen hebben veel last van bijwerkingen, anderen merken er minder van. Het is van belang dat u bijwerkingen aan uw behandeld arts en/of verpleegkundig specialist kenbaar maakt. Zij kunnen eventueel medicijnen voorschrijven of adviezen geven om bijwerkingen tegen te gaan.

Hieronder worden de meest voorkomende bijwerkingen die kunnen optreden kort benoemd:

### Overgevoeligheidsreactie

Tijdens de toediening van rituximab kunt u overgevoeligheidsklachten krijgen. Daarom neemt u van te voren medicijnen die deze klachten onderdrukken. Vaak komt het voor dat u toch klachten krijgt. Het is belangrijk dat u dit direct kenbaar maakt bij de verpleegkundigen van de afdeling. Eventueel wordt uw infuus tijdelijk stop gezet en u krijgt extra medicijnen. Zodra de klachten zijn verminderd, wordt het infuus weer herstart.

### Misselijkheid en braken

Tijdens de behandeling met chemotherapie kunt u misselijk worden. Om dit te voorkomen krijgt u medicatie voorgeschreven om de misselijkheid te onderdrukken. Het is erg belangrijk dat u deze medicatie inneemt. Als de misselijkheid aan blijft houden, bespreek dan deze klachten met uw arts of verpleegkundig specialist. Zij kunnen eventueel extra medicatie voorschrijven.

Adviezen:

- Eet regelmatig kleine hoeveelheden, forceer het eten niet;
- Wanneer u weinig drinkt kunt u meer last krijgen van een ziek en misselijk gevoel. Het is daarom heel belangrijk dat u voldoende drinkt: 1½ tot 2 liter per dag. Probeer niet alleen water te drinken, maar wissel dit af met bijvoorbeeld bouillon, limonade melkproducten, vruchtensap of groentesap;
- U krijgt van uw behandelend arts een recept, voor medicijnen tegen de misselijkheid voor thuis. Het is belangrijk dat u deze medicijnen volgens voorschrift gebruikt.

### Haarverlies

Als gevolg van de behandeling zult u tijdelijk kaal worden. Niet alleen het hoofdhaar, maar ook wenkbrauwen, wimpers en schaamhaar kunnen uitvallen. Haarverlies treedt op binnen enkele weken, daarom is het goed om te bedenken of u een haarwerk wilt aanschaffen. Een goed haarwerk is duur en wordt vaak maar deels vergoed door de zorgverzekeraar. Bij iedere pruik hoort een ingevuld machtigingsformulier, deze kan de arts of verpleegkundig specialist voor u regelen. Er zijn ook alternatieven voor een haarwerk, zoals hoeden, petten of sjaals. Verderop in deze folder vindt u namen en telefoonnummers waar u terecht kunt.

Uw haar zal weer terugkomen als de kuren zijn afgelopen, meestal na ongeveer 2 maanden.

### Pijnlijke mond en lippen

Om dit te voorkomen kunt u beginnen met het goed schoon houden van de mond. Dit betekent minimaal 2 keer per dag tandenpoetsen met een zachte/medium borstel en 4 keer per dag de mond spoelen met water of afgekoelde kamillethee. Houdt de lippen goed schoon en vet ze regelmatig in (ook de mondhoeken). Als de mond zo pijnlijk wordt dat u niets meer kunt eten of drinken, neem dan contact op het met ziekenhuis.

### Rood gekleurde urine en traanvocht

U wordt behandeld met doxorubicine, dit medicijn is rood van kleur. Hierdoor kan urine of traanvocht na de behandeling rood of oranje van kleur zijn. Dit is normaal en verdwijnt weer binnen enkele dagen. Wij raden af om in deze periode contactlenzen te dragen.

### Psychische klachten

Tijdens iedere kuur krijgt u 5 dagen lang hoge dosis prednison. Als gevolg hiervan kunt u (vaak na het stoppen van de prednison) psychische klachten ervaren. Denk hierbij aan stemmingswisselingen, depressieve klachten en vermoeidheid.

## Minder bloedcellen

In het beenmerg worden nieuwe bloedcellen aangemaakt. Door de behandeling kan de aanmaak van nieuwe bloedcellen door het beenmerg verminderen. Dan treedt een tekort aan verschillende bloedcellen op. Meestal merkt u daar weinig of niets van, maar het is wel belangrijk te weten op welke signalen of veranderingen u moet letten.

### *Bloedarmoede*

Bloedarmoede is een tekort aan rode bloedcellen (erythrocyten) en wordt ook wel *anemie* genoemd. U kunt klachten krijgen van kortademigheid en vermoeidheid, bleek zien, koud gevoel en transpireren.

#### Adviezen:

- Klachten bespreekbaar maken met uw behandelend arts of verpleegkundig specialist hematologie;
- Zelf kunt u niets doen.

### *Leukopenie*

Leukopenie is een tekort aan witte bloedcellen (leukocyten). Witte bloedcellen zorgen voor afweer tegen infecties. Bacteriën of ziekten die voor de gezonde mens weinig gevaar opleveren kunnen bij u tot heftige reacties leiden met hoge koorts. Er zijn een aantal maatregelen die u kunt treffen om de kans op een infectie zoveel mogelijk te beperken. Een infectie is te herkennen aan een temperatuur van 38,5 °C of hoger al dan niet in combinatie met koude rillingen.

#### Adviezen:

- Bespreek deze klachten met uw behandelend arts of verpleegkundig specialist (zie belkaart);
- Zorg voor goede lichaamshygiëne;
- Controleer eventuele wondjes op ontstekingsverschijnselen (roodheid, warmte, zwelling en pijn);
- Goede mondverzorging is belangrijk.

### *Trombocytopenie*

Trombocytopenie is een tekort aan bloedplaatjes (trombocyten) in het bloed. Bloedplaatjes spelen een belangrijke rol bij de bloedstolling. Een daling van het aantal bloedplaatjes maakt het bloed minder gemakkelijk stolt. De menstruatie zal over het algemeen heviger zijn, maar kan soms onder chemotherapie ook achterwege blijven.

U heeft een verhoogde kans op blauwe plekken, bloedend tandvlees, neusbloeding en bloed bij de ontlasting.

#### Adviezen:

- Bespreek deze klachten met uw behandelend arts of verpleegkundig specialist;
- Pas op met stoten (blauwe plekken) en krab geen wondjes open;
- Gebruik geen scherpe voorwerpen, elektrisch scheren is beter dan met een mes;
- Probeer door veel te drinken de ontlasting soepel te houden;
- Gebruik bij het tandenpoetsen een zachte borstel;
- Neem de temperatuur op onder de arm of met een oor thermometer.

## Neuropathie

Vincristine kan de uiteinden van de zenuwen beschadigen, dit heet neuropathie. Neuropathie uit zich door tintelingen, een doof/slappend gevoel of een brandende pijn in de vingertoppen en/of tenen. Ook kunt u het gevoel hebben op kussentjes te lopen. Als u deze klachten ervaart, is het belangrijk om deze kenbaar te maken bij het volgende bezoek aan uw arts, verpleegkundig specialist of bij de verpleegkundigen op de dagbehandeling. Eventueel kan de dosering worden aangepast om verergering (en blijvende schade) te voorkomen. Herstel van de zenuwuiteinden kan lang duren. Zelf kunt u niets doen om neuropathie te voorkomen. Wel is gebleken dat dagelijks bewegen (wandelen, fietsen) een positieve invloed heeft. Heeft u behoefte aan extra begeleiding, dan kunt u terecht bij gespecialiseerde oncologische fysiotherapeuten. Het is per zorgverzekeraar verschillend in welke mate deze vorm van fysiotherapie wordt vergoed. Uw behandelend arts of verpleegkundig specialist kan zorgen voor een verwijsbrief.

## **Vermoeidheid**

Tijdens de behandeling kunt u merken dat u sneller vermoeid bent. Zoek de balans tussen activiteit en rust. Probeer zoveel mogelijk te bewegen en verdeel uw energie over de dag. De mate en de duur van vermoeidheid is verschillend. Ook kunt u last krijgen van concentratiestoornissen.

Adviezen:

- Het is belangrijk een ritme in de dag te houden;
- Verspreid de activiteiten over de dag;
- Stel prioriteiten en wissel drukke dagen en rustdagen zoveel mogelijk af;
- Maak overdag tijd vrij voor een dutje;
- Accepteer hulp van anderen als het gaat om boodschappen doen, koken of schoonmaken;
- Eet verantwoord en drink voldoende;
- Blijf in beweging, maak bijvoorbeeld regelmatig een korte wandeling.

## **Invloed op conditie**

Uit onderzoek blijkt dat het goed is om lichamelijk actief te blijven tijdens en na de behandeling. Door chemotherapie gaat uw fitheid (conditie) echter vaak achteruit. Houdt daarom uw conditie zo goed mogelijk op peil. Beweeg minimaal dertig minuten per dag. Maak bijvoorbeeld dagelijks een wandeling of meerdere kleine wandelingen. Het effect van bewegen is het grootst wanneer u onder begeleiding traint. Dat kunt u bijvoorbeeld doen in een revalidatieprogramma of bij een fysiotherapeut die is gespecialiseerd in kanker. Uw behandeld arts of verpleegkundig specialist kan zorgen voor een verwijsbrief.

## **Psychische en sociale gevolgen**

Het kan moeilijk zijn om met kanker om te gaan. Kanker kan immers veel veranderen in uw leven, bijvoorbeeld op het werk of in relaties. Soms kunt u door lichamelijke beperkingen tijdelijk niet werken of dagelijkse dingen niet meer doen. De toekomst kan onzeker zijn. Vraag uw verpleegkundig specialist of behandelend arts voor een verwijzing naar een psycholoog, als u daar behoefte aan heeft.

## **Combinatie met andere geneesmiddelen**

Voordat u aan de behandeling begint, dient uw arts op de hoogte te zijn van alle andere medicijnen die u gebruikt (ook supplementen of alternatieve geneesmiddelen die niet zijn voorgeschreven door een arts). Dit is van buitengewoon belang, omdat het er wisselwerkingen kunnen optreden tussen deze medicijnen.

## **Parkeerkaart**

Tijdens uw behandeling kunt u mogelijk in aanmerking komen voor korting op de parkeerkosten. Dit kunt u aanvragen bij de balie van de centrale receptie.

## **BESCHERMENDE MAATREGELEN**

Wanneer u met chemotherapie wordt behandeld, dan zullen de chemische stoffen uit de medicijnen via excreta uit uw lichaam verdwijnen. Excreta is een medische term voor alles wat het lichaam uitscheidt: urine, ontlasting, wondvocht, bloed, traanvocht, transpiratie, sperma, braaksel en speeksel.

De eerste **6** dagen van uw R-CHOP kuur scheidt u deze stoffen uit. Bij MTX 72 uur via urine en 7 dagen via uw ontlasting. De risico's zijn voor u en uw omgeving klein, omdat u thuis slechts korte tijd in aanraking komt met chemotherapie. Toch is het goed om een aantal maatregelen te nemen. Zo kunt u de risico's tot een minimum beperken.

Als uw naaste/mantelzorger u helpt met de persoonlijke verzorging en daarmee mogelijk in contact kan komen met bijvoorbeeld braaksel of urine, kan diegene het beste plastic wegwerphandschoenen dragen. De aanschaf van deze handschoenen zijn voor eigen rekening.

### **Gebruik toilet**

Spoel het toilet na gebruik 2 maal door met gesloten deksel. Was uw handen na toiletgebruik. Gebruik geen chloor, bleekmiddel of ander schoonmaakmiddel dat erg bruist.

### **Wasgoed**

Normaal bevuilde was kan gecombineerd worden met andere was. Sterk bevuilde was wast u liever apart.

### **Lichamelijk contact en seksualiteit**

Voor zover men weet heeft intiem contact, het geven van een knuffel of een zoen geen schadelijke effecten. Dit hoeft u dan ook niet te mijden. Het is niet bekend of, en in welke mate, chemotherapie opgenomen wordt in het sperma of het slijmvlies van de vagina. Gebruik tijdens de risicoperiode van 6 dagen, altijd een condoom.

Chemotherapie kan aangeboren afwijkingen veroorzaken bij het ongeboren kind. U mag niet zwanger raken tijdens deze behandeling en u dient adequate anticonceptie te gebruiken. Dit kunt u bespreken met uw behandelend arts. Indien er tijdens de behandeling een vermoeden van zwangerschap is, breng dan direct uw arts op de hoogte.

**Bronnen voor haarbedekkingen omgeving Enschede**

Naam	Website	Mail en/of telefoonnummer
Hairmasters Finkers Almelo	<a href="http://www.hairmasters.nl">www.hairmasters.nl</a>	<a href="mailto:info@hairmasters.nl">info@hairmasters.nl</a> 0546-816650 0546-453366
Hairmasters Finkers Hengelo	<a href="http://www.hairmasters.nl">www.hairmasters.nl</a>	074-2501049
Confident Haarzorg Enschede	<a href="http://www.confidenthaarzorg.nl">www.confidenthaarzorg.nl</a>	<a href="mailto:info@confidenthaarzorg.nl">info@confidenthaarzorg.nl</a> 053-4884408 053-4873555
Ellen Tibbe Haarwerken Boekelo	<a href="http://www.ellentibbehaarwerken.nl">www.ellentibbehaarwerken.nl</a>	06-22242556
MoveHs hair solutions Enschede	<a href="http://www.movehs.nl">www.movehs.nl</a>	<a href="mailto:info@movehs.nl">info@movehs.nl</a> 053-4348493 06-31743766
Pruiken Oost Nederland	<a href="http://www.pruikenoostnederland.nl">www.pruikenoostnederland.nl</a>	<a href="mailto:info@pruikenoostnederland.nl">info@pruikenoostnederland.nl</a> 053-4763287 06-86104894
Villa Capelli Haaksbergen	<a href="http://www.villacapelli.nl">www.villacapelli.nl</a>	<a href="mailto:info@villacapelli.nl">info@villacapelli.nl</a> 074-3490673
Hair4Her (pruiken lenen)	<a href="http://www.hair4her.nl">www.hair4her.nl</a>	

**Site voor mutsjes/sjaals ter vervanging van een pruik**

Naam	Website	Mail en/of telefoonnummer
Pinkfashionz	<a href="http://www.pinkfashionz.nl">www.pinkfashionz.nl</a>	<a href="mailto:reginahellingwerf@gmail.com">reginahellingwerf@gmail.com</a>
Mooi Hoofd mammacare	<a href="http://www.mooihoofd.nl">www.mooihoofd.nl</a>	<a href="mailto:klantenservice@mooihoofd.nl">klantenservice@mooihoofd.nl</a>
Stofkunst	<a href="http://www.stofkunst.nl">www.stofkunst.nl</a>	<a href="mailto:contact@stofkunst.nl">contact@stofkunst.nl</a>
Moslim mode	<a href="http://www.moslima.com">www.moslima.com</a>	
Mutssja	<a href="http://www.mutssja.nl">www.mutssja.nl</a>	
Headcovers	<a href="http://www.headcovers.nl">www.headcovers.nl</a>	<a href="mailto:hilde@headcovers.nl">hilde@headcovers.nl</a> <a href="mailto:info@headcovers.nl">info@headcovers.nl</a>
Toupim	<a href="http://www.toupim.nl">www.toupim.nl</a>	<a href="mailto:info@toupim.nl">info@toupim.nl</a>
Stichting pruik voor elkaar (vrouwen die om financiële redenen geen pruik kunnen aanschaffen)	<a href="http://www.pruikvoorelkaar.nl">www.pruikvoorelkaar.nl</a>	

<b>Belkaart Medisch Spectrum Twente bij de behandeling met chemotherapie</b>	
<b>Niet-spoedeisende klachten</b>	<b>Ernstige en spoedeisende klachten</b>
<i>Neem contact op met de verpleegkundig specialist tijdens kantooruren of meld dit bij uw volgende polibezoek</i>	<i>Neem direct contact op met het ziekenhuis</i>
Temperatuurverhoging van 38.0-38.4 °C	Temperatuurverhoging van 38.5 °C of hoger en/of koude rillingen
Duizeligheid of ernstige vermoeidheid, waarbij u meer dan de helft van de dag op bed/bank ligt	Plotseling ontstaan van ernstige huiduitslag
Pijn in de mond, waardoor u problemen of pijn heeft bij het slikken	Een bloedneus die langer dan 5 minuten duurt, terugkerende bloedneuzen of aanhoudend bloeden van een wondje
Pijnlijke of branderige ogen	Bloed in de urine of zeer hevige menstruatie Bloed in de ontlasting of zwarte ontlasting
Blauwe plekken zonder dat u zich heeft gestoten	Plotselinge kortademigheid of pijn bij de ademhaling
Langer dan 3 dagen geen ontlasting	U bent langer dan 24 uur misselijk of u braakt en kunt daardoor geen drinken binnenhouden
U kunt minder dan 1 liter per dag drinken	Vaker dan 4x per dag diarree en dit duurt langer dan 24 uur
Tintelingen of een doof gevoel in de vingertoppen of tenen.	
Pijn bij het plassen en/of donkere urine	

**Vragen kunt u stellen tijdens het bezoek aan de arts of bij het bezoek aan de beschouwende dagbehandeling. Indien uw vraag niet kan wachten tot dit volgende bezoek, belt u:**

**Telefoonnummers:**

**Tijdens kantoor tijden (maandag t/m vrijdag van 8:30-16:00 uur)**

Verpleegkundig specialisten: Kim Kooiker-Hazekamp (i.o.)

Secretariaat interne geneeskunde: **053-4872440**

**Buiten kantoor tijden, alleen spoedeisende klachten die niet kunnen wachten tot de volgende werkdag:**

Centraal telefoonnummer MST: **053-4872000**

Vragen naar de dienstdoende internist