

Cisplatine, fluorouracil (5FU) en cetuximab (1128)

Interne Geneeskunde

Deze kuur bestaat uit twee soorten chemotherapie (cisplatine en fluorouracil (5FU) en één soort doelgerichte therapie (cetuximab). Er worden nog andere medicijnen voorgeschreven ter ondersteuning van de behandeling, bijvoorbeeld om bijwerkingen te voorkomen of te beperken. Waarschijnlijk zult u vragen hebben over deze kuur en wat u kunt verwachten van de behandeling. In deze folder vindt u antwoorden op een aantal veel gestelde vragen.

Chemotherapie

Alle cellen in het lichaam delen zich om zich te kunnen vernieuwen. Kankercellen delen zich sneller dan andere lichaamscellen en kennen een ongeremde groei, die zich niet houdt aan de grenzen van organen. Chemotherapie werkt doordat het een remmend effect heeft op de deling van cellen. Daardoor zijn kankercellen gevoeliger voor de remmende werking van chemotherapie dan normale cellen. Door de remming van celdeling komt er een verstoring in groei van tumoren. Hierdoor gaan de cellen in de tumor kapot en worden dan door het lichaam vernietigd. Doordat chemotherapie ook effect heeft op niet kwaadaardige cellen, ontstaan bijwerkingen van chemotherapie.

Monoklonale antilichamen (doelgerichte therapie)

Monoklonale antilichamen zijn geneesmiddelen die lijken op lichaamseigen antistoffen en kunnen specifieke eiwitten in het immuunsysteem of op kankercellen herkennen en binden. Door binding van het antilichaam aan deze eiwitten kan de groei van kankercellen geremd worden. Cetuximab is een voorbeeld van zo'n antilichaam en bindt aan tumorcellen.

Kuur

We beginnen altijd met het tellen vanaf de eerste dag van de kuurcyclus; dit noemen wij dag 1. De kuur wordt elke 3 weken gegeven. Maximaal 6 kuren, daarna eventueel door met cetuximab.

U wordt van dag 1 t/m 5 opgenomen op afdeling E6, op dag 5 gaat u in principe eind van de ochtend met ontslag. Op dag 8 en 15 komt u op de dagbehandeling E21 voor de cetuximab. Op dag 8 en 15 van de 1^e kuur bent ongeveer 2,5 uur op de afdeling, vanaf de 2^e kuur is dit ongeveer 1,5 uur.

Medicament	Dag				Bijzonderheden
	1	2 t/m 5	8	15	
Cisplatine	WEL	niet	niet	niet	Infuus
Fluorouracil	WEL	WEL	niet	niet	Infuus (spuitpomp)
Cetuximab	WEL	niet	WEL	WEL	Infuus
Afdeling	Opname afdeling E6		Dagbehandeling E21	Dagbehandeling E21	

Aanvullende medicijnen

medicijnen	dag						wijze van toediening
	1	2	3	4	8	15	
Granisetron 2 mg	1 uur voor start kuur 2 mg	niet	niet	niet	niet	niet	tabletten
Aprepitant	1 uur voor start kuur 125 mg	80 mg	80 mg	niet	niet	niet	tabletten
Dexamethason 4 mg	1 uur voor start kuur 12 mg	8 mg	8 mg	8 mg	1 uur voor start kuur 8 mg	1 uur voor start kuur 8 mg	tabletten
Clemastine 1 mg	1 uur voor start kuur 2 mg	niet	niet	niet	1 uur voor start kuur 2 mg	niet (indien allergie dan wel)	tabletten
Metoclopramide 10 mg	zonodig 3 keer daags 1 tablet, bij misselijkheid						tabletten of zetpillen

De medicatie van dag 1 t/m 4 krijgt u van de verpleegkundige in het ziekenhuis.
De medicatie van dag 8 en 15 neemt u zelf thuis in één uur voor de kuur.

Indien géén allergie dan vanaf kuur 1 dag 15 géén clemastine meer.
Indien nog steeds geen allergie dan kan de dexamethason op dag 8 en 15 verder afgebouwd worden.
De dexamethason op dag 1 t/m 4 blijft ivm de cisplatine.

Hoe wordt het toegediend?

De kuur wordt toegediend via een infuus in de arm.

Bloedprikken

Op de dag vóór elke kuur laat u bloedprikken bij prikpost van Unilabs.

Dit is mogelijk bij de volgende prikposten:

- Medisch Spectrum Twente, locatie Enschede, poli B03 vóór 11.00 uur.
- Medisch Spectrum Twente, locatie Oldenzaal, poli 0.89 vóór 08.30 uur.
- Prikposten Enschede vóór 11.00 uur.
- Prikpost Wiedenbroek Haaksbergen vóór 10.00 uur.
- Prikpost Losser Oldenhove vóór 08.30 uur.
- Prikpost Glanerbrug gezondheidscentrum vóór 8.45 uur.
- Op alle overige prikposten is géén afname mogelijk.

Zelf een afspraak maken voor het bloedprikken bij Unilabs: telefonisch of online (<https://unilabs.nl/afspraak-maken>). Lukt dit niet binnen de hierboven genoemde tijd dan secretariaat bellen zodat zij afspraak voor u kunnen maken (053-4872440).

Indien kuur op maandag dan bloedprikken op vrijdag ervoor. De verpleegkundig specialist beoordeelt aan de hand van de bloeduitslagen of u een kuur kunt ontvangen. Zijn de bloedwaarden niet goed genoeg om de kuur te kunnen ontvangen, dan wordt u in de middag gebeld door de verpleegkundig specialist.

ALGEMENE BIJWERKINGEN

Hier volgt een opsomming van de meest voorkomende bijwerkingen en adviezen wat te doen als deze optreden.

Vermindering werking beenmerg

In het beenmerg worden rode bloedcellen, witte bloedcellen en bloedplaatjes aangemaakt.

Door een behandeling met chemotherapie kan de aanmaak van deze 3 types bloedcellen verminderen. Uw behandelend arts of verpleegkundig specialist controleert voor elke kuur of de bloedwaarden voldoende zijn voor het toedienen van een kuur.

Door de verminderde aanmaak van bloedcellen kunnen verschillende problemen optreden:

- Een laag aantal witte bloedcellen geeft een verhoogd risico op infecties. Een infectie kan veel heftiger verlopen als het aantal witte bloedcellen laag is. Indien het aantal witte bloedcellen te laag is en u koorts heeft, krijgt u laagdrempelig antibiotica of moet u in het ziekenhuis opgenomen worden.
- Een laag aantal rode bloedcellen kan vermoeidheid en kortademigheid veroorzaken. Heel soms is een bloedtransfusie met rode bloedcellen nodig.
- Een laag aantal bloedplaatjes geeft meer kans op bloedingen. Als de bloedplaatjes te laag zijn heeft u risico op een bloedneus, blauwe plekken of rode vlekjes op de benen of elders op het lichaam. (wanneer u bloedverdunders gebruikt worden tijdens de behandeling met chemotherapie vaker bloedwaarden gecontroleerd). Heel soms is een bloedtransfusie met bloedplaatjes nodig.

Neem direct contact op met het ziekenhuis:

Als u koorts krijgt van 38.5 °C of hoger.

Als u bloedingen krijgt.

Misselijkheid en braken

Dit is een veel gevreesde bijwerking van chemotherapie. Er worden echter maatregelen genomen om dit zo weinig mogelijk te laten voorkomen. Van uw arts krijgt u recepten mee voor medicatie ter voorkoming van misselijkheid (zie hiervoor de tabel op blz1). Als u toch nog misselijk bent, neem dan zonodig 3 keer per dag metoclopramide tabletten van 10 mg in. Als u zo misselijk bent dat u deze niet kunt slikken, vraag dan om zepillen. Bij de meeste patiënten helpt metoclopramide goed. Als u niet kunt eten, probeer dan in elk geval voldoende te drinken.

Neem direct contact op met het ziekenhuis:

Als u langer dan 24u misselijk bent of braakt en geen drinken kunt binnenhouden.

Obstipatie

Hebt u meer dan 3 dagen geen ontlasting of heeft u heftige buikkrampen, neem dan contact op met het ziekenhuis. Als de obstipatie niet zo heftig is maar wel hinderlijk, meldt dit dan aan uw arts of verpleegkundig specialist tijdens het volgende polikliniekbezoek, er zijn goede medicijnen om dit te voorkomen. Granisetron kan voor obstipatie zorgen.

Advies bij obstipatie:

- Om obstipatie te voorkomen is het belangrijk dat u genoeg drinkt en beweegt.
- Eet voldoende volkoren producten, groenten en fruit.

Diarree

Ook het omgekeerde, diarree kan voorkomen. Indien de diarree 4 keer per dag of vaker komt en meer dan 24 uur aanhoudt, neem dan contact op met het ziekenhuis. Ook moet u contact opnemen met het ziekenhuis als er bloed bij de ontlasting zit.

Advies bij diarree:

- Drink voldoende (minimaal 1,5-2 liter = 10-14 glazen) in de vorm van water, thee, bouillon, niet-koolzuurhoudende dranken.
- Zorg voor extra zout inname door regelmatig extra bouillon of soep te nemen (eventueel ORS, oral rehydration salt, te verkrijgen via apotheek of drogist).
- Zorg voor variatie en vezels uit groenten en fruit, die helpen de ontlasting in te dikken.
- Neem frequente kleine maaltijden en combineer het eten met iets te drinken.
- Beperk het gebruik van producten zoals koffie, alcohol, koolzuurhoudende dranken, ui, prei, koolsoorten en scherpe kruiden/specerijen.
- Neem maximaal 2-3 keer per dag melkproducten.
- Gebruik geen probiotica bij chemotherapie.
- 'Stoppende' voedingsmiddelen (zoals banaan, witte rijst) of een 'stoppend dieet' bestaan niet.

Vermoeidheid

Tijdens de kuren kunt u merken dat u sneller vermoeid gaat worden. Zoek de balans tussen activiteit en rust. Probeer zoveel mogelijk te bewegen. Verdeel uw energie goed. De mate van vermoeidheid is verschillend, de duur ook. Sommige patiënten blijven ook na het einde van de behandeling vermoeider of hebben last van (milde) concentratiestoornissen. Via de oncologieverpleegkundige kunt u voorlichting krijgen over oncologische fysiotherapie.

Advies:

- Het is belangrijk een ritme in de dag te houden.
- Verspreid uw activiteiten over de dag.
- Plan de belangrijkste activiteiten op dat tijdstip van de dag, wanneer u de meeste energie heeft.
- 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 licht en drink voldoende water.
- Blijf in beweging, maak bijvoorbeeld regelmatig een korte wandeling.

Smaakverandering

Als uw smaak verandert, kan dat leiden tot verminderde eetlust. Wat u kunt doen is veel verschillende producten proberen.

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 niet te harde borstel en 4 keer per dag de mond spoelen met zout water (1 mespuntje zout in 1 glas water) of afgekoelde kamillethee. Houdt de lippen goed schoon en vet ze regelmatig in (ook de mondhoeken) met vaseline crème of een andere vette crème. Als u last krijgt van een droge mond helpt het kauwen op een kauwgom (suikervrij) of het zuigen op een suikervrij zuurtje. Als de mond zo pijnlijk wordt dat u niets meer kunt eten, neem dan contact op met het ziekenhuis.

Haaruitval

Het haar kan dunner worden. Volledige haaruitval is zeldzaam. Het is wel goed om te bedenken of u een haarwerk wilt aanschaffen indien nodig. Een goed haarwerk is duur en wordt vaak maar deels vergoed door de ziektekostenverzekeraar. Bij iedere pruik hoort een ingevuld machtigingsformulier. Deze formulieren zijn verkrijgbaar op de afdeling, ze worden ook uitgereikt tijdens het voorlichtingsgesprek bij de oncologieverpleegkundige. Er zijn ook alternatieven voor een haarwerk, zoals hoeden of petten. De haaruitval is tijdelijk en uw haar zal weer terugkomen als de kuren zijn afgelopen, meestal na ongeveer 2 maanden. In uitzonderlijke gevallen komt het haar niet of niet volledig terug. Niet alleen het hoofdhaar valt uit, ook de wenkbrauwen, wimpers en het schaamhaar kunnen uitvallen, maar dit kan in mindere mate zijn.

Wij passen geen zogenaamde 'cold-cap' toe, omdat in de praktijk blijkt dat op het einde er altijd toch zoveel haaruitval is dat alsnog een haarwerk moet worden aangeschaft en de procedure als onaangenaam wordt ervaren.

Ziektekosten en vergoeden

Wanneer u bij een zorgverzekeraar bent aangesloten heeft u in veel gevallen recht op een vergoeding. Deze vergoeding kan variëren en is onder andere afhankelijk van uw ziektekosten- verzekeraar en het door u aangevraagde verzekeringspakket. Op de vergelijkingsite van Independer kunt u een overzicht vinden van de vergoedingen per zorgverzekeraar en de ziektekosten pakketten. **Via de volgende link zijn de vergoedingen per zorgaanbieder te vinden:**

<https://www.independer.nl/zorgverzekering/vergoedingen/pruiken.aspx>

Machtigingen

Bij iedere pruik hoort een ingevuld machtigingsformulier. Deze formulieren zijn verkrijgbaar op de afdeling. Ze worden ook uitgereikt tijdens het voorlichtingsgesprek dat u krijgt bij de oncologieverpleegkundige/verpleegkundig specialist.

SPECIFIEKE BIJWERKINGEN

Cisplatine

Gehoorafwijkingen

Door de cisplatine kan er hoge tonen doofheid en oorsuizen optreden. Soms is alleen het horen in gezelschap moeilijker. Met behulp van een audiogram (gehooronderzoek) kunnen eventuele tekenen van gehoorverlies vroegtijdig worden onderkend.

Nierfunctiestoornis

Door de behandeling kan er een beschadiging aan het nier weefsel ontstaan waardoor de functie van de nier achteruit gaat. Om uw nieren zoveel mogelijk te beschermen krijgt u tijdens de behandeling veel vocht toegediend via het infuus.

Advies:

Het is vooral erg belangrijk dat u thuis voldoende drinkt. Dit betekent 1,5 - 2 liter drinken. Bij extra vochtverlies door een andere oorzaak zoals bijvoorbeeld warm weer, diarree of koorts, is het wenselijk dat u extra drinkt. Probeer niet alleen water te drinken, maar wissel dit af met bijvoorbeeld vruchtensap, tomatensap, thee, bouillon of sportdrink. Om een verslechtering van de nierfunctie vroegtijdig op te kunnen sporen wordt voorafgaande aan iedere kuur uw bloed en soms ook uw urine onderzocht. Pas op met medicatie die uw nierfunctie kunnen schaden zoals bijvoorbeeld ibuprofen.

Tinteling handen en voeten

Cisplatine kan de zenuwuiteinden van de lange zenuwen beschadigen, dit heet neuropathie. Neuropathie uit zich door tintelingen, een doof of slapend gevoel, of een brandende pijn in vingertoppen en/of tenen, gevoel op kussentjes te lopen. De klachten gaan meestal vanzelf voor de volgende kuur weer over, maar niet altijd. Als u hiervan last hebt meldt dit dan bij het volgende polikliniekbezoek of bij uw volgende opname aan uw arts/oncologieverpleegkundige. Eventueel kan de dosering worden aangepast om ergere (blijvende) schade te voorkomen. Soms blijven de klachten na afronding van de chemotherapiekuren nog lang aanhouden. Bij de meeste mensen verdwijnen de klachten uiteindelijk wel.

Cetuximab

Reactie op cetuximab

Bij sommige patiënten treedt tijdens het toedienen van cetuximab een overgevoeligheidsreactie op waarbij huiduitslag, jeuk, rugpijn, koorts, een rood gezicht en benauwdheid kunnen optreden. De kans op een overgevoeligheidsreactie is het grootste bij de eerste of de tweede behandeling. Geef aan indien u deze klachten bemerkt. Het infuus wordt dan (tijdelijk) stopgezet. U krijgt medicijnen vooraf om deze klachten te voorkomen. Indien u geen allergie hebt kan de clemastine gestopt worden en de dexamethason op dag 8 en 15 worden afgebouwd/gestopt. De clemastine kan slaperigheid geven. Deze medicijnen beïnvloeden de rijvaardigheid.

Benauwd gevoel

Bij benauwdheid heeft u het vervelende en vooral angstige gevoel dat u niet of onvoldoende kunt ademen. Dit wordt ook wel dyspneu genoemd.

Advies:

Neem contact op met uw behandelend arts bij een van de volgende klachten:

- plotseling optredende kortademigheid
- een gevoel van benauwdheid
- een snelle ademhaling die u niet kunt corrigeren
- koorts

Veranderingen van de nagels

De behandeling kan effect hebben op uw nagels. Klachten treden meestal een paar weken na het starten van de behandeling op. Uw nagels kunnen:

- minder hard groeien
- witte lijnen krijgen
- droger, brozer en/of zachter worden
- verkleuren
- splijten, breken en/of loslaten

De veranderingen aan de nagels ontstaan heel geleidelijk en verdwijnen meestal ook weer langzaam na de behandeling. Een vervelende en pijnlijke bijwerking is een nagelriemontsteking. Uw vinger of teen is dan rood, pijnlijk en vaak ook warm en gezwollen, soms met pus gevuld. Meld deze klacht meteen aan uw behandelend arts of oncologieverpleegkundige. Dat kan verergering voorkomen. Een verwaarloosde nagelriemontsteking kan leiden tot bloedvergiftiging.

Advies:

- knip nagels niet te kort.
- knip de nagels recht af.
- vijl 1 richting op, niet heen-en-weer. De kans op scheurtjes is dan kleiner.
- gebruik een vijl of nagelschaar om gebroken of gescheurde nagels glad te krijgen. Scheur ze niet verder af.
- u kunt uw nagels gewoon lakken. Bij broze nagels kunt u een nagelversterker gebruiken.
- gebruik liever geen kunstnagels. Ze kunnen uw nagels beschadigen. Bovendien is de lijm en remover die u nodig heeft, niet goed voor uw nagels.
- smeer nagelriemen in met antiseptische crèmes.
- als u veel problemen met de nagels heeft, overleg dan met uw behandelende arts over het inschakelen van een manicure en/of pedicure

Huidklachten

Droge huid

Door de behandeling kan de huid droog en/of schilferig worden. De huid is kwetsbaar, omdat de aanmaak van huidcellen door de behandeling wordt verminderd.

U kunt de volgende klachten krijgen:

- droge en/of schilferige huid
- overgevoeligheid voor zonlicht
- roodheid
- jeuk

Advies:

- gebruik bij voorkeur geen zeep tijdens het douchen of baden
- gebruik bij voorkeur lauwwarm water.
- gebruik een beetje amandelolie in het badwater om uw huid soepel te houden. Soms is een medicinale badolie nodig. Uw behandelend arts kan u hierover informeren.
- vermijd producten op alcoholbasis
- gebruik ongeparfumeerde bodylotion of crèmes op waterbasis (hydraterend)
- probeer felle zon te vermijden
- gebruik altijd een zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor (20 of hoger)
- gebruik tegen de jeuk een koelzalf of mentholpoeder.

Jeuk

De behandeling kan jeuk geven. Hebt u ergens jeuk, dan heeft u de drang geeft om te krabben of te wrijven. Klachten door jeuk kunnen zijn:

- roodheid
- uitslag van de huid
- onrustig gevoel
- slecht slapen

Advies:

- probeer niet te krabben; concentreert u zich op iets anders
- knip uw nagels in elk geval heel kort en houdt ze schoon
- jeuk wordt soms erger door warmte of door contact met kleding of beddengoed; probeer hier rekening mee te houden
- verzachtende en beschermende crèmes en zalven bevatten geen werkzame bestanddelen, maar ze houden de huid wel soepel en voorkomen verdere uitdroging van de huid. Klachten als jeuk, schilfering, kloven en branderige plekken verminderen door deze middelen. Ze zijn zonder recept verkrijgbaar
- voorbeelden voor een niet al te droge huid: lanettecrème en cetomacrogolcrème
- voorbeelden voor een erg droge huid: vaseline lanettecrème en vaseline cetomacrogolcrème
- mentholgel kan een verkoelend effect geven op de huid

Huiduitslag met acneachtige bultjes/puistjes

U kunt door de behandeling last krijgen van puistjes. Dit kunt u vrij snel na het starten van de behandeling krijgen. De puistjes lijken op acné, maar is geen acné. De puistjes komen vooral voor in het gezicht, op de borst, de rug en de ledematen. Na de puistjes kunnen er bruine vlekjes ontstaan: pigmentvlekjes. De kans hierop wordt vergroot door blootstelling aan zonlicht. Het is belangrijk de puistjes op tijd te behandelen met speciale zalf om infecties te voorkomen. Deze puistjes mogen niet behandeld worden met anti-acné middelen die u bij de drogist kunt kopen. In sommige gevallen kan het nodig zijn dat u een antibioticakuur krijgt.

Advies

Neem bij het ontstaan van de puistjes direct contact op met uw behandelend arts of verpleegkundige.

Wat kunt u zelf doen?

- laat uw huid zoveel mogelijk met rust, probeer niet te krabben
- was uw huid met lauw water en gebruik geen zeep
- gebruik een pH-neutrale was emulsie
- dep de huid voorzichtig droog
- vermijd felle zon en het gebruik van de zonnebank. Gebruik bij zonnig weer een zonnebrandcrème met beschermingsfactor 30 of hoger als u lang in de zon verblijft
- draag zoveel mogelijk katoen; dit irriteert de huid minder dan synthetische stoffen

Fluorouracil (5FU)

Hand-voetsyndroom

Het hand-voetsyndroom is een huidreactie die over het hele lichaam voor kan komen, maar meestal aan de handen en voeten optreedt.

De meest voorkomende klachten zijn:

- Roodheid
- Jeuk
- Pijn of gevoeligheid
- Zwelling
- Schilferen of vervellen van de huid

In de meeste gevallen zijn de symptomen mild van aard en verdwijnen binnen één of twee weken. In sommige gevallen zijn de symptomen ernstiger en kunnen medicijnen worden voorgeschreven.

Advies:

- Draag loszittende, comfortabele kleding en schoenen
- Vermijd hitte
- Drink voornamelijk koude dranken
- Blootstelling van de huid aan (zeer) heet water vermijden (bv. de afwas)
- Hete douches en baden, sauna en jacuzzi's vermijden
- Vermijd druk op de handpalmen, niet wringen, geen zware dingen dragen
- Vermijd druk op de voetzolen (geen lange afstanden lopen)
- Gebruik van handcrème kan de klachten verlichten.

Coronaire klachten

Pijn of druk op de borst

Droge of tranende ogen.

Bijwerking aanvullende medicijnen

De meest voorkomende bijwerkingen van dexamethason:

- Stemmingswisselingen
- Rood gelaat
- Meer eetlust
- Slaapproblemen

Mocht u diabetes mellitus hebben en zelf uw glucosegehalte controleren dan is het raadzaam om dit wat vaker te doen, aangezien dexamethason bloedsuikers kunnen verhogen. Mocht u bekend zijn bij een diabetes verpleegkundige, neem dan contact met hem of haar op voor een eventueel bijspuitschema.

De meest voorkomende bijwerkingen van granisetron en aprepitant:

- Hoofdpijn (zonodig kunt u hiervoor paracetamol innemen)
- Verstopping (zonodig kan een laxeermiddel worden voorgeschreven)
- Hikklachten

De meest voorkomende bijwerkingen van clemastine:

- Vermoeidheid

VEEL GESTELDE VRAGEN

Wat mag ik eten en drinken?

In principe mag u alles eten en drinken. Wij raden u wel aan, vanwege de kans op verminderde weerstand geen rauw vlees of vis (barbecue!) of softijs te eten.

Tijdens de kuur kan uw smaak en kunnen geuren veranderen en kan de eetlust minder worden. Indien gezond eten moeilijk wordt, probeer dan zo gevarieerd mogelijk te eten en vaker kleinere hoeveelheden te eten.

Veel supplementen en kruidengeneesmiddelen hebben een negatief effect op de werking van de chemotherapie.

Denk hierbij o.a. aan visolie, wietolie en Sint Janskruid. Het advies is om af te zien van dergelijke middelen en het gebruik van deze middelen te overleggen met behandelend arts.

Voor meer informatie kijkt u op <https://www.wkof.nl/leven-met-kanker/voedingenkankerinfo>

Wat mag ik wel en niet doen?

U mag eigenlijk net zoals anders alles doen. Wel adviseren we in de zon een bedekking voor uw hoofd te dragen en de aan de zon blootgestelde lichaamsdelen in te smeren met een zonnebrandcrème met hoge (hoger dan factor 20) beschermingsfactor. Als u twijfelt of iets wel of niet mag/kan tijdens de behandeling, vraag dit dan aan uw behandeld arts en/of oncologieverpleegkundige in het ziekenhuis.

Lichamelijk contact en seksualiteit

Veel vragen gaan over intiem contact, zoals knuffelen of het geven van een zoen. Zover men weet, leidt dit niet tot schadelijke effecten. U hoeft zoenen, intimiteit en lichamelijk contact niet te mijden. Het is niet bekend of, en in welke mate cytostatica opgenomen worden in het sperma of het slijmvlies van de vagina. Gebruik daarom, gedurende de risicoperiode (zie onder), bij seksueel contact altijd een condoom.

Cytostatica kunnen aangeboren afwijkingen veroorzaken bij het ongeboren kind. Het is daarom raadzaam voor zowel vrouwelijke als mannelijke patiënten tijdens en na de behandeling met chemotherapie zwangerschap te voorkomen door anticonceptie te gebruiken.

U kan de anticonceptie maatregelen en hoelang deze toegepast moeten worden bespreken met uw behandelend arts. Over het algemeen is het advies minstens een periode van een half jaar aan te houden. Indien er tijdens de behandeling een vermoeden van zwangerschap is, breng dan direct uw arts op de hoogte.

BESCHERMENDE MAATREGELEN

Schadelijke effecten chemotherapie

Uit onderzoek blijkt dat cytostatica schadelijk kunnen zijn voor gezonde mensen. Vooral verpleegkundigen, die hier tijdens hun werk veel mee in aanraking komen lopen een risico. Mogelijk hebt u al gemerkt dat zij hiervoor extra beschermende maatregelen nemen, zoals het dragen van handschoenen. Omdat u thuis slechts korte tijd in aanraking komt met cytostatica, zijn de risico's voor u en uw naasten klein te noemen. Toch vinden wij het belangrijk om u op een aantal zaken te wijzen. Voor u en uw naaste/mantelzorgers houdt het in dat het contact met afbraakproducten van cytostatica zo klein mogelijk dient te zijn en welke beschermende maatregelen/voorschriften u kunt treffen.

Risicoperiode

Tijdens de risicoperiode worden afbraakproducten van cytostatica uitgescheiden via uitscheidingsproducten. Dat zijn urine, ontlasting, braaksel, bloed, sperma, wondvocht en transpiratievocht. De risicoperiode voor deze behandeling is **7** dagen na dag 1. Tijdens **deze** periode gelden onderstaande beschermende maatregelen.

Beschermende maatregelen

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

Gebruik van toilet

Wij adviseren mannen zittend te urineren. Spoel het toilet na gebruik 2 x door met gesloten deksel. Was uw handen na toiletgebruik.

Wasgoed

Normaal bevuilde was kan gecombineerd worden met andere was.

Sterk bevuilde was die in aanraking is gekomen met urine, ontlasting of braaksel wast u liever apart.

Braaksel

Indien mogelijk gaat u naar het toilet indien u moet braken. Wanneer dit niet mogelijk is gebruik dan zoveel mogelijk wegwerpmateriaal. Braaksel mag worden weggegooid in het toilet. Spoel het toilet 2x door met gesloten deksel. Was uw handen met zeep na het braken of opruimen van braaksel. Bent u misselijk en braakt u af en toe, leg een wegwerponderlegger of een handdoek op het kussen. Als uw naaste of mantelzorger het braaksel opruimt, dan kan diegene het beste wegwerphandschoenen dragen.

Zwangerschap en chemotherapie

Wanneer iemand in uw familie/kennissenkring zwanger is, heeft dit geen consequenties voor de omgang. U mag gewoon contact hebben met de zwangere. Deze mag u ondersteunen waar nodig met de nodige voorzorgmaatregelen zoals in deze folder staat beschreven.

Werken tijdens en na behandeling

Aan het werk blijven of het werk weer oppakken na een periode van afwezigheid kan ten goede komen aan uw welbevinden en herstel. Werk kan, naast een inkomen, afleiding en houvast bieden. De mate waarin mensen wel of niet kunnen werken tijdens en na de behandeling is afhankelijk van verschillende factoren. Indien uw ziekte, de bijwerkingen van de behandeling, en de soort werkzaamheden die u doet het toelaten, raden wij u aan om (voor een deel) aan het werk te blijven tijdens de behandeling. Hiervoor zijn geen algemene adviezen te geven.

Er zijn wel algemene tips en adviezen over het onderhouden van contact met uw werkgever, overleg met uw bedrijfsarts, en wetgeving. Deze informatie kunt u bijvoorbeeld vinden op de website www.kanker.nl en kankerenwerk.nl.

Belkaart Medisch Spectrum Twente bij behandeling met chemotherapie	
Niet-spoedeisende klachten	Ernstige en spoedeisende klachten
<i>Neem contact op met de verpleegkundig specialist tijdens kantooruren of meld dit bij het 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 24u 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 24u
Tintelingen of een doof gevoel in vingertoppen of tenen (tenzij uw arts/oncologieverpleegkundige u hierover heeft voorgelicht)	
Pijn bij het plassen en/of erg donkere urine	

Vragen stelt u in principe tijdens het bezoek aan de arts of bij het bezoek aan de dagbehandeling.

Indien uw vraag niet kan wachten tot dit volgende bezoek belt u:

Telefoonnummers

Tijdens kantoor tijden (maandag t/m vrijdag van 8:30-16.30u)

Verpleegkundig specialisten: Brigitte Heck en Elvera Meussen.

Secretariaat interne geneeskunde: **053-4872440**

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

MST centrale: **053-4872000**

Vragen naar de dienstdoende internist.