



Uw therapie: Alemtuzumab (MabCampath®)

informatie voor patiënten



In dit boekje vindt u specifieke informatie over uw therapie Alemtuzumab (MabCampath®), het verloop van de therapie, bijzondere richtlijnen bij de therapie en de mogelijke nevenwerkingen. Vervolgens vindt u over de meeste nevenwerkingen meer uitgebreide informatie. We geven u tips om met deze nevenwerkingen om te gaan en we zetten op een rij in welke gevallen u uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige moet contacteren. Zij geven graag meer uitleg.

Wij nodigen u uit om deze brochure door te nemen als voorbereiding op uw behandeling. Bijkomend raden we aan de brochure te raadplegen op het moment dat u klachten ervaart. Onder de rubriek 'mogelijke nevenwerkingen' vindt u over elke klacht uitgebreide informatie: u vindt er tips om uw nevenwerkingen aan te pakken en u leest er wanneer u een arts moet raadplegen.



Uw therapie: Alemtuzumab (MabCampath®)

UW THERAPIE: ALEMTUZUMAB (MABCAMPATH®)

WAT IS MABCAMPATH®?

De werkzame stof van MabCampath® is Alemtuzumab. Alemtuzumab is een geneesmiddel dat zich vasthecht aan bepaalde eiwitten op de wand van zieke cellen, waardoor de groei van deze cellen kan worden geremd. Naast MabCampath® kunnen er nog enkele andere geneesmiddelen voorgeschreven worden. Die dienen ter ondersteuning van de behandeling, bijvoorbeeld om de bijwerkingen te beperken.

HOE WORDT MABCAMPATH® TOEGEDIEND?

Het onderstaande schema geeft een voorbeeld van het verloop van één week van de therapie. Elke week omvat 3 toedieningen van MabCampath®, bijvoorbeeld op maandag, woensdag en vrijdag. MabCampath® wordt maximaal 18 weken toegediend zolang de bloeduitslagen en uw algemene toestand dit toelaten.

MabCampath® kan via een onderhuidse injectie of langs de bloedbaan via een infuus worden toegediend. Uw arts bespreekt met u welke toedieningswijze voor u van toepassing is.

Generieke Naam	Merksnaam	Dag						Wijze van toediening
		1	2	3	4	5	6-7	
Alemtuzumab	MabCampath®	•		•		•		Onderhuidse injectie of infuus over 2 uur
Ondersteunende medicatie		•		•		•		1 co Zyrtec® van 10 mg 1 gr Dafalgan® 30 min vóór de toediening
Cetirizine (Zyrtec®)								
+ Paracetamol (Dafalgan®)								
+ Medrol® 16 mg (indien uw arts dit voorschrijft)								

ONDERSTEUNENDE MEDICATIE

Op de dagen van de toediening krijgt u Zyrtec® en Dafalgan® om allergische reacties op de toediening van MabCampath® te voorkomen.

Naast Zyrtec® en Dafalgan® schrijft uw arts ook andere ondersteunende medicatie voor:

- Aciclovir (Zovirax®) 2x 400 mg/dag (1/2 tablet van 800 mg)
- Bactrim Forte® 160/800 mg: 2x/week, 1 tablet 's morgens en 1 tablet 's avonds
- Allopurinol (Zyloric®): indien uw arts dit voorschrijft.

Deze zult u ook thuis moeten innemen en dit tot minstens 2 maanden na het beëindigen van de behandeling.

WAAR WORDT DE THERAPIE TOEGEDIEND?

De eerste week gebeurt de behandeling in het dagcentrum. Overnachting is dan niet nodig.

Wanneer de volgende toedieningen gebeuren via een infuus, zal de behandeling eveneens in het dagcentrum kunnen plaatsvinden.

Toedieningen die gebeuren via een onderhuidse injectie kunnen, afhankelijk van het type kanker waarvoor u behandeld wordt, door de huisarts of een thuisverpleegkundige gebeuren.

RICHTLIJNEN BIJ MABCAMPATH®

1. Als u wordt behandeld met MabCampath® kunnen allergische reacties, zoals koorts, ademhalingsmoeilijkheden, rillingen, huiduitslag en bloeddrukverlaging optreden. Deze verschijnselen treden voornamelijk op bij de eerste toediening.

Voorafgaand aan elke toediening van MabCampath® zal u medicatie (Zyrtec® en Paracetamol) krijgen om pijn en/of koorts en allergie te voorkomen of te verminderen.

Tijdens de eerste toediening worden uw bloeddruk en hartritme goed gevolgd. Ook uw temperatuur wordt zeer regelmatig gecontroleerd. In het geval bij u een reactie ontstaat, zal uw dokter de infusie vertragen of onderbreken en een passende behandeling instellen. Na verbetering van de symptomen kan de infusie worden voortgezet.

Bij de volgende toedieningen zijn de risico's op mogelijke reacties kleiner.

2. Vanwege een mogelijke daling van de bloeddruk bij het begin van de behandeling, kan de dokter patiënten die geneesmiddelen tegen hoge bloeddruk gebruiken, aanraden deze inname te stoppen 12 uur vóór de toediening van MabCampath®. Meld het aan de arts als u bloeddrukverlagende medicatie inneemt.

Als u lijdt aan of geleden hebt aan een hartziekte (d.w.z. pijn op de borst vanuit het hart, hartritmestoornissen of hartfalen) of als u last hebt of in het verleden last hebt gehad van ademhalingsmoeilijkheden zal de dokter daar aandacht aan besteden tijdens de behandeling met MabCampath®.

3. Het is aangeraden dat mannen en vrouwen in de vruchtbare periode voorbehoedmiddelen gebruiken tijdens en tot 1 jaar na de behandeling met MabCampath®.

4. Meld uw arts als u andere geneesmiddelen gebruikt (inclusief die middelen die niet door uw dokter zijn voorgeschreven). Dit is belangrijk omdat door het gelijktijdig gebruik van meer dan één geneesmiddel de werking van geneesmiddelen versterkt of verzwakt kan worden. Daarom mag MabCampath® niet samen met andere geneesmiddelen gebruikt worden zonder de toestemming van uw arts.

Mogelijke nevenwerkingen

Hoe u deze nevenwerkingen beleeft, is erg persoonlijk. Sommige mensen hebben veel last van nevenwerkingen, anderen weer niet. Laat u niet beïnvloeden door verhalen van andere mensen. Bovendien heeft de ernst van de nevenwerkingen niets te maken met het effect van de behandeling. Aarzel niet uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige te contacteren met uw vragen, gevoelens en eventuele onzekerheden. Vaak kan aangepaste hulp een probleem verzachten of verhelpen.

NEVENWERKINGEN ALEMTUZUMAB (MABCAMPATH®)

U krijgt hier een opsomming van de verschillende nevenwerkingen die kunnen voorkomen. In de pagina's die hierop volgen, vindt u voor de meeste nevenwerkingen meer uitleg en tips om met deze nevenwerkingen om te gaan.

1. De aanmaak van bloedcellen in het beenmerg kan tijdelijk worden geremd. Als gevolg daarvan kunt u vatbaar worden voor infecties en bloedarmoede krijgen. U kunt sneller blauwe plekken en/of een bloedneus krijgen. (zie pagina 12)
2. Deze therapie kan misselijkheid en braken veroorzaken. (zie pagina 21)
3. Uw smaak kan tijdelijk veranderen. (zie pagina 24)
4. Door de toediening van MabCampath® kan het zijn dat u tijdelijk minder of geen trek hebt in eten.
5. Deze therapie kan griepachtige verschijnselen veroorzaken. U kunt hoofdpijn, koorts, rillingen, spierpijn en pijnlijke gewrichten krijgen. (zie pagina 28)
6. Als gevolg van MabCampath® kan een tijdelijke huiduitslag ontstaan. (zie pagina 30)
7. Soms kunt u last hebben van kortademigheid.
8. Deze therapie kan vermoeidheid veroorzaken. Ook na afloop van de totale behandeling kunnen deze klachten tijdelijk aanhouden. (zie pagina 32)
9. Deze therapie kan invloed hebben op de seksualiteit, vruchtbaarheid en menstruatie. De mate waarin is van vele factoren afhankelijk. Praat hierover met uw verpleegkundige en/of arts. (zie pagina 34)



Uitleg en tips rond de nevenwerkingen

INVLOED OP DE WERKING VAN HET BEENMERG

Beenmerg is belangrijk voor de aanmaak van bloedcellen. Witte bloedcellen beschermen u tegen infectie, rode bloedcellen vervoeren zuurstof en bloedplaatjes zorgen voor de bloedstolling. Door de therapie kunnen deze cellen in aantal verminderen.

Om de invloed van de therapie op uw beenmerg na te gaan, wordt uw bloed vóór elke toediening door een eenvoudige bloedafname gecontroleerd. Wanneer blijkt dat de bloedcellen zich nog niet voldoende hersteld hebben, kan een transfusie met bloedcellen noodzakelijk zijn. Het kan nodig zijn dat de therapie één of twee weken wordt uitgesteld. Zo hebben uw bloedcellen de kans om extra te recupereren.

Soms kan het zijn dat de dosis wordt verminderd bij een volgende toediening.

EEN VERMINDERD AANTAL WITTE BLOEDCELLEN

Een vermindering van het aantal witte bloedcellen vergroot de kans op een infectie.

Een infectie kan gevaarlijk zijn als ze niet dadelijk behandeld wordt. Als er tijdelijk weinig of geen witte bloedcellen in het lichaam aanwezig zijn, heeft een infectie immers vrij spel om zich uit te breiden over het hele lichaam. Bij een vroegtijdige behandeling is er geen probleem.

TEKENEN VAN INFECTIE

- Koorts
- Koude rillingen
- Hoofdpijn, zich echt ziek voelen
- Keelpijn, hoest, verstopte neus (infectie van de luchtwegen)
- Branderig gevoel bij het plassen, vaak in kleine hoeveelheden plassen (infectie van de urinewegen)
- Buikkrampen, branderige pijn aan de sluitspier (darminfectie)
- Plaatselijke roodheid, zwelling, warmte, pijn (huidinfectie)
- Vochtverlies (eventueel etter) uit de ogen of oren

Neem nooit op eigen initiatief geneesmiddelen als u vermoedt dat u een infectie hebt. Neem dan onmiddellijk contact op met uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige.

ENKELE RAADGEVINGEN

- ✓ Meet dagelijks uw lichaamstemperatuur, bij voorkeur op hetzelfde tijdstip en het best 's avonds. Raadpleeg uw (huis)arts onmiddellijk bij een lichaamstemperatuur van 38°C of hoger en/of bij rillingen.
- ✓ Zorg voor een goede mond- en lichaamshygiëne. Neem als het kan dagelijks een bad en was uw handen zeer regelmatig, zeker voor het eten en nadat u naar het toilet bent geweest. Poets uw tanden minstens tweemaal per dag, liefst na elke maaltijd en zeker vóór het slapen gaan.
- ✓ Inspecteer regelmatig uw mond op tekenen van beschadiging.
- ✓ Let op keelpijn en kortademigheid. Ga na of u hoest en/of u gekleurde fluïmen hebt.
- ✓ Controleer hoe vaak en hoeveel u urineert. Ga de helderheid en de geur van uw urine na en of u pijnlijk urineert.
- ✓ Voorkom wondjes en verzorg opgelopen wondjes meteen.
- ✓ Vermijd het contact met mensen die griep hebben of verkouden zijn en met kinderen die mazelen, windpokken, rode hond of andere kinderziekten hebben.
Vermijd plaatsen waar veel mensen samenkomen (grootwarenhuizen, bioscopen, wachtkamers, openbaar vervoer). Als u deze voorschriften goed volgt, is het niet nodig dat u zich volledig isoleert of alle bezoek vermijdt.
- ✓ Vermijd het verzorgen van huisdieren of gebruik hiervoor (lichte) wegwerphandschoenen.

Raadpleeg uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige

Neem onmiddellijk contact op met uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige wanneer u tekenen van een infectie waarneemt.

Vraag advies aan uw (huis)arts als u bepaalde vaccins, zoals bijvoorbeeld het griepvaccin, nodig hebt.

DUUR

De verminderde aanmaak van witte bloedcellen door de therapie is van tijdelijke aard. De aanmaak van witte bloedcellen herstelt zich immers spontaan.

Soms kan het zijn dat uw arts beslist extra medicatie (groeifactoren onder de vorm van een inspuiting) te geven om het nadelige effect op het beenmerg tegen te gaan. Deze inspuiting zorgt ervoor dat het aantal witte bloedcellen zich sneller zal herstellen. Sommige groeifactoren kunnen botpijnen veroorzaken en een griepig gevoel geven bij de eerste toedieningen. Deze nevenwerkingen kunnen verholpen worden door inname van paracetamol (zoals bijvoorbeeld Dafalgan[®], Perdolan[®]) een half uurtje voor de inspuiting.

EEN VERMINDERD AANTAL RODE BLOEDCELLEN

Een verminderd aantal rode bloedcellen geeft kans op bloedarmoede. Mogelijk bent u hierdoor sneller moe en voelt u zich futloos. U kunt er bleek uitzien. Vermijd daarom extra inspanningen en voorkom uitputting. Beperk u tot uw normale activiteiten en meld vermoeidheidsklachten aan de arts of de verpleegkundige.

ENKELE RAADGEVINGEN

- ✓ Maak een dagindeling, dit brengt structuur en spaart ook energie.
- ✓ Verdeel de huishoudelijke taken over een week en doe iedere dag een beetje.
- ✓ Doe uw boodschappen op momenten dat het rustig is in de winkel.
- ✓ Zorg voor een goede voeding met voldoende ijzer, vitamine B, vitamine C en foliumzuur. Drink voldoende.
- ✓ Vermijd tijdsdruk en laat anderen ook eens iets voor u doen.
- ✓ Durf 'neen' te zeggen!

Raadpleeg uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige

Neem contact op met uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige als u zich duizelig voelt, kortademig bent, pijn hebt in de borstkas. Of als u abnormaal veel last hebt van koude en u zich bij de minste inspanning moe voelt.

DUUR

Bloedarmoede door de therapie is van tijdelijke aard. De aanmaak van rode bloedcellen herstelt zich spontaan.

Soms oordeelt de arts dat het nodig is een transfusie van rode bloedcellen toe te dienen of extra medicatie (onder de vorm van een inspuiting) te geven om het nadelige effect op het beenmerg tegen te gaan. Deze inspuiting zorgt ervoor dat het aantal rode bloedcellen zich sneller zal herstellen. Uw arts kan ook ijzertabletten of foliumzuur voorschrijven. IJzertabletten kunnen uw stoelgang tijdelijk zwart kleuren. Het is belangrijk uw stoelgangpatroon goed op te volgen om verstopping te voorkomen.

EEN VERMINDERD AANTAL BLOEDPLAATJES

Een verminderd aantal bloedplaatjes vergroot de kans op blauwe plekken en/of onderhuidse bloedingen, neusbloedingen en bloedend tandvlees. Als u zich verwondt, blijft die wonde ook langer bloeden. Bij vrouwen kan de menstruatie heviger zijn. Ook het braaksel en de fluïmen kunnen bloed bevatten. Soms komt er bloed voor in de urine of in de stoelgang.

ENKELE RAADGEVINGEN

- ✓ Gebruik een zachte tandenborstel en tandzijde in plaats van tandenstokers.
- ✓ Eet zacht voedsel waarbij de kans op verwonding van het tandvlees en mondslijmvlies zo klein mogelijk is (bijvoorbeeld geen harde frietjes, nootjes, appels, ...).
- ✓ Gebruik een elektrisch scheerapparaat in plaats van scheermesjes.
- ✓ Vermijd nauwaansluitende kleding met schurende stoffen.
- ✓ Vermijd activiteiten of sporten waarbij u zich kunt kwetsen en gebruik handschoenen bij het klussen of tuinieren.
- ✓ Gebruik een glijmiddel bij intiem seksueel contact.
- ✓ Gebruik geen tampons bij menstruatie.

- ✓ Raadpleeg uw behandelende arts als u een tandarts nodig hebt. Laat uw tandarts weten dat u met chemotherapie wordt behandeld. Een tandverzorging veroorzaakt gemakkelijk een bloeding.
- ✓ Neem nooit op eigen initiatief geneesmiddelen. Neem nooit op eigen initiatief aspirine of geneesmiddelen die aspirine bevatten. Aspirine bevat een stof die het bloed doet verdunnen en dat wordt nu het best vermeden.
- ✓ Als u een bloedneus hebt, blijf dan rechtop zitten en snuit flink uw neus, zodat het meeste bloed eruit is. Daarna knijpt u uw neus vlak onder het neusbeen minstens 10 minuten dicht. Buig uw hoofd licht voorover en blijf rustig ademen langs de mond. Is het bloeden gestopt, probeer dan uw neus niet meer te snuiten. Door te snuiten maakt u immers mogelijk het bloedstolsel los waardoor uw neus opnieuw begint te bloeden. Als u het bloeden niet gestopt krijgt, kunt u het best uw arts contacteren. Begin alleszins niet zelf met andere maatregelen zoals bijvoorbeeld bloedstelpende watten.

Raadpleeg uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige

Neem contact op met uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige bij het spontaan ontstaan van blauwe plekken, het regelmatig voorkomen van een moeilijk te stelpen bloedneus, bij hoofdpijn en bij een verlengde menstruatie. Neem ook contact op als u bloed moet braken of als u bloed in de stoelgang of urine ziet.

DUUR

De verminderde aanmaak van bloedplaatjes door de chemotherapie is van tijdelijke aard. De aanmaak van bloedplaatjes herstelt zich immers spontaan. Soms oordeelt de arts dat het nodig is om een transfusie van bloedplaatjes toe te dienen.

MISSELIJKHEID EN BRAKEN

Als reactie op uw behandeling is het mogelijk dat u misselijk bent en moet braken. We proberen deze nevenwerking zo goed mogelijk te controleren met ondersteunende medicatie. Als u er toch last van hebt, vragen wij u dit zeker te vertellen aan de arts of verpleegkundige. U kunt dan (bijkomende) medicatie krijgen.

Deze klachten verschillen sterk van persoon tot persoon, zelfs als deze personen dezelfde therapie krijgen.

ENKELE RAADGEVINGEN

- ✓ Het is belangrijk dat u tijdens de therapie veel drinkt, want er moeten extra afvalstoffen uit het lichaam worden verwijderd. Zorg ervoor dat u dagelijks 1,5 tot 2 liter vocht drinkt. Water, maar ook cola, appelsap, limonade, isotone sportdranken, thee en bouillon worden over het algemeen goed verdragen. Als u te weinig drinkt, kan dat het gevoel van misselijkheid erger maken en bijdragen tot een vieze smaak in uw mond. U kunt ook zuigen op ijsblokjes met verschillende smaken door bijvoorbeeld cola of limonade in te vriezen.
- ✓ Dwing uzelf niet om te eten. Haal de 'schade' in door goed te eten in de periodes tussen de kuren. Eet op tijdstippen dat u minder misselijk bent, zelfs als dat 's nachts is.
- ✓ Hebt u toch zin om iets te eten, neem dan een hartig of zoet tussendoortje. Dit levert veel calorieën in een klein volume: ijsjes, gebak, cake, chocomousse, kaas of charcuterie uit het vuistje.

- ✓ Stem de grootte van de maaltijd af op uw eetlust. De aanblik van een groot bord vol eten is vaak ontmoedigend. Gebruik liever regelmatig kleine maaltijden, want een lege maag kan eveneens een misselijk gevoel geven.
- ✓ Wanneer warme gerechten u een misselijk gevoel geven, kiest u beter een alternatief, een slaatje van gekookte koude groenten met deegwaren en vis, vlees of eieren bijvoorbeeld. Zoiets smaakt vaak beter en het is even 'gezond'.
- ✓ Rust na de maaltijd in een halfzittende houding.
- ✓ Als u hebt moeten braken, spoel dan uw mond en laat uw maag weer langzaam wennen aan vast voedsel.
- ✓ Neem uw geneesmiddelen tegen misselijkheid en braken strikt zoals voorgeschreven door uw arts.
- ✓ Zorg voor voldoende afleiding (hobby's, lezen, muziek, radio of tv).
- ✓ U kunt eventueel relaxatieoefeningen doen.
- ✓ Vraag hulp van de diëtiste in het ziekenhuis via uw arts of verpleegkundige. Zij kan u advies geven als u problemen hebt met uw voeding.

Raadpleeg uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige

- Als u niet meer voldoende kunt eten en drinken.
- Als u ernstig vermagert.
- Als u tekenen van uitdroging vertoont: een gevoel van dorst, een droge en gerimpelde huid, een droge mond, oververmoeidheid en weinig plassen.
- Als u zich angstig en benauwd voelt.

DUUR

De klachten kunnen optreden tijdens de toediening van de therapie of tijdens de eerstvolgende uren of dagen erna.

Wees niet ongerust als u niet misselijk wordt, niet moet kokhalzen of niet moet braken. Dit betekent zeker niet dat de behandeling bij u niet aanslaat. Omgekeerd betekent het ook niet dat als u zich erg ziek voelt, de therapie dan echt zijn werk doet. Misselijkheid en braken staan los van het effect van de therapie.

SMAAKVERANDERING – REUKVERANDERING

Smaak- en reukveranderingen kunnen optreden door uw ziekte of behandeling. Wat u eet, kan plots anders smaken, terwijl u het niet anders hebt klaargemaakt. Het is dan plotseling erg zoet, bitter, zuur, zout of juist flauw. Probeer erachter te komen welke voedingsmiddelen uw voorkeuren hebben en vermijd de andere.

ENKELE RAADGEVINGEN

Zorg dragen voor een goede mondhygiëne kan helpen.

U vindt hier een aantal raadgevingen die belangrijk zijn voor een goede mondhygiëne: tanden poetsen, mondspoelingen en de verzorging van een tandprothese.

- **Tanden poetsen**

- ✓ Poets uw tanden minstens tweemaal per dag, en liefst na elke maaltijd en voor het slapengaan.
- ✓ Borstel regelmatig zachtjes uw tongrug. Een beslagen tong veroorzaakt dikwijls een slechte smaak en slechte adem.
- ✓ Gebruik een zachte of medium tandenborstel.
- ✓ Als uw arts geen mondspoelingen heeft voorgeschreven, mag u een klassieke tandpasta met fluor gebruiken.
- ✓ Vervang uw tandenborstel minstens om de twee maanden.
- ✓ Spoel na het poetsen uw tandenborstel grondig met lauw water en bewaar hem droog.

- ✓ Een elektrische tandenborstel moet zeer voorzichtig gebruikt worden. Ook hier is aandacht voor hygiëne van de borstelkop belangrijk.
 - ✓ Tussen de tanden kunt u de tandplak verwijderen door eenmaal per dag gebruik te maken van tandzijde. Gebruik liever geen tandenstokers, die kunnen uw tandvles beschadigen. Als u mondspoelingen moet doen, dan gebruikt u het best tandpasta zonder NLS (natriumlaurylsulfaat), bijvoorbeeld Sensodyne®F-gel, Zendium® of Meridol.
- **Mondspoeling**
 - ✓ Door de therapie kunt u vatbaarder worden voor infecties en daarom kan de arts u bijkomende mondspoelingen voorschrijven. Mondspoelingen op basis van chloorhexidine (bijvoorbeeld Perio-Aid®) hebben een antibacteriële werking. Het gebruik van een mondspoeling vervangt in geen geval het tandenpoetsen.
 - ✓ Poets altijd eerst uw tanden.
 - ✓ Neem 10 ml Perio-Aid®, dit mag eventueel verdund worden in 10 ml water vlak voor gebruik.
 - ✓ Spoel minstens 1 minuut, eventueel opgesplitst in driemaal 20 seconden. Tweemaal spoelen per dag is voldoende, omdat het actief product 8 tot 12 uur blijft nawerken.

- **Tandprothese**

- ✓ Reinig uw prothese minstens eenmaal per dag.
- ✓ Spoel uw prothese na iedere maaltijd af onder stromend water.
- ✓ Neem de prothese enkele uren per dag uit uw mond om uw slijmvlies wat rust te geven. Bij ontsteking of aftvorming van het mondslijmvlies laat u de prothese uit en raadpleegt u de arts.
- ✓ Laat 's nachts en bij een pijnlijke mond de prothese uit.
- ✓ Bewaar uw prothese droog en reinig ze voor u ze weer in uw mond plaatst.
- ✓ Tijdens periodes waarin uw arts het gebruik van een mondspoeling adviseert, borstelt u de prothese eerst met een chloorhexidine-oplossing (Perio-Aid®) voor u ze in de mond brengt.

Als de klassieke maaltijden u niet meer smaken:

- Probeer bereide gerechten uit.
- Gebruik voldoende kruiden.
- Gebruik nieuwe gerechten met nieuwe smaken.

Als de eetwaren te zuur lijken:

- Bereid de groenten in een melksaus.
- Verwerk het fruit in moes.

Als de eetwaren te zout lijken:

- Vermijd fijne vleeswaren.
- Vermijd belegen kazen.

Als de eetwaren een metaalsmaak hebben:

- Eet vis, eieren en melkproducten in plaats van vlees.
- Vervang groene groenten door zetmeelproducten zoals aardappelen, rijst en pasta's.
- Soms helpt het om het metalen bestek te vervangen door plastic of hout.

Kies dranken met een frisse smaak:

- Water, thee, groentesap, vruchtensap, koolzuurhoudende dranken met citroen of sinaasappel.

Als u last hebt van onaangename geuren:

- Neem koude of lauwe gerechten: salades, vis, vleesbrood, koude soepen en vers fruit.
- Vermijd eetwaren met een sterke geur, zoals koolsoorten en uien.
- Eet geen gerechten tegen uw zin.

Als u zelf een maaltijd bereidt, houd er dan rekening mee dat u misschien anders proeft en kruidt dan u en uw tafelgenoten het gewoon zijn.

Raadpleeg uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige

Neem contact op met uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige als u veel te weinig eet of als u te veel gewicht verliest. In het ziekenhuis kunt u altijd via uw behandelende arts of verpleegkundige een beroep doen op een voedingsdeskundige.

DUUR

Smaak- en reukveranderingen door de therapie zijn van tijdelijke aard. Na afloop van de therapie zal uw smaak- en reukzin geleidelijk aan herstellen.

GRIEPERIG GEVOEL

Na de toediening van uw behandeling kunt u last krijgen van een griepig gevoel met hoofdpijn, spierpijn, koude rillingen en koorts.

Als deze symptomen – alleen of samen – in een milde vorm voorkomen, kan dit wijzen op een normale reactie van uw lichaam op de toegediende geneesmiddelen.

ENKELE RAADGEVINGEN

- ✓ Neem onmiddellijk na de behandeling voldoende rust. Tracht voldoende te drinken (1,5 tot 2 liter per dag).
- ✓ Controleer uw lichaamstemperatuur als u last hebt van koude rillingen of als u zich algemeen minder goed voelt. Een hoge temperatuur (meer dan 38°C) of een aanhoudende lichte temperatuursverhoging (bijvoorbeeld 37,5°C) kunnen wijzen op een bijkomende infectie. Het is belangrijk een infectie te onderkennen.
- ✓ Neem strikt de geneesmiddelen die uw arts heeft voorgeschreven.

Raadpleeg uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige

- Als deze tekenen niet verbeteren nadat u de geneesmiddelen die uw (huis)arts heeft voorgeschreven, hebt ingenomen.
- Als deze tekenen erger worden in de dagen na de behandeling, hoewel u de voorgeschreven geneesmiddelen hebt ingenomen.

DUUR

Deze tekenen zijn heel tijdelijk. Ze komen voor op de dag van de behandeling en kunnen tot een week na de behandeling duren. Ze verdwijnen meestal spontaan of met behulp van geneesmiddelen die uw arts voorschrijft.

VERANDERING VAN DE HUID

Uw behandeling kan uw huid droger en/of schilferig maken. Uw huid kan ook harder en meer gespannen lijken waardoor er makkelijker huidkloven ontstaan aan uw handen.

Van sommige celremmende geneesmiddelen kan uw huid verkleuren, vooral donkerder worden.

Soms kan zich een huidreactie onder de vorm van huiduitslag voordoen. Gedurende de behandeling met chemotherapie kan de huid gevoeliger zijn voor zonlicht.

ENKELE RAADGEVINGEN

- ✓ Gebruik bij het nemen van een bad badolie of een neutrale, niet-geparfumeerde zeep. Gebruik regelmatig een bodylotion (vette of vochtinbrengende crème) om uitdroging van de huid tegen te gaan, bijvoorbeeld na het nemen van een bad of douche.
- ✓ Bescherm uw huid tegen bijkomende irritatie en tegen verwondingen en ontstekingen, zolang de behandeling duurt.
- ✓ Vermijd zoveel mogelijk blootstelling aan de zon. Als u toch in de zon loopt, gebruik dan altijd een totaal beschermende zonne-crème (met een beschermingsfactor die hoger is dan 20) of gebruik beschermende kledij. Ook de hoofdhuid moet beschermd worden.
- ✓ Vermijd het gebruik van de zonnebank.
- ✓ Uw huid kan een donkere kleur krijgen, meestal op de plaatsen die aan het zonlicht blootgesteld zijn, zoals uw gezicht, handen en armen.

- ✓ Vermijd het contact met irriterende producten (schoonmaak- en afwasproducten), draag bijvoorbeeld handschoenen tijdens de afwas.
- ✓ Voorkom verwondingen en draag handschoenen tijdens het werken in de tuin en bij andere klusjes.

Raadpleeg uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige

- Als u hevige jeuk hebt.
- Als u rode vlekken bemerkt.
- Als u een plaatselijke huidreactie krijgt die pijnlijk is.

Er worden in het ziekenhuis workshops georganiseerd rond verzorging, make-up enzovoort. Bij uw verpleegkundige of de sociaal werker van uw afdeling kunt u terecht voor meer informatie.

DUUR

Op elk moment van de behandeling kunnen zich veranderingen van de huid voordoen. Ze ontstaan heel geleidelijk en verdwijnen meestal ook langzaam.

VERMOEIDHEID

Veel mensen die behandeld worden met chemotherapie of andere celremmende geneesmiddelen, hebben naarmate de behandeling vordert last van (extreme) vermoeidheid. U kunt zich zowel lichamelijk als mentaal vermoeid voelen. Het aantal patiënten dat vermoeidheidsklachten heeft, varieert en de ernst van de klachten hangt af van de duur en het soort behandeling.

Vermoeidheid is geen banale klacht. Spreek erover met uw arts en/of verpleegkundige.

ENKELE RAADGEVINGEN

- ✓ Door erover te spreken met uw behandelende arts en/of verpleegkundige, kunnen er mogelijke oorzaken opgespoord worden die deze vermoeidheid mee in de hand werken.
- ✓ Probeer een evenwicht te vinden tussen (lichte) activiteit en rust.
- ✓ Probeer voldoende actief te blijven. U zult zich daardoor zowel lichamelijk als mentaal beter voelen.
- ✓ Regelmatig lichte oefeningen zijn beter dan erg belastende activiteiten. U kunt actief blijven in het huishouden, of u kunt lichte activiteiten beoefenen zoals wandelen, fietsen of zwemmen.
- ✓ Eenvoudige oplossingen kunnen u helpen in het huishouden. Bij het boodschappen doen bijvoorbeeld kan het helpen vooraf een lijstje te maken en een boodschappentrolley mee te nemen, zodat u geen zware tassen moet dragen. Strijken kunt u al zittend proberen. U kunt ervoor kiezen om eenvoudige maaltijden te bereiden. Voelt u zich een dag minder moe, dan kunt u een maaltijd op voorhand bereiden en deze invriezen.

- ✓ Plan vandaag uw activiteiten en taken voor morgen. Geef prioriteiten en doe geen onnodige inspanningen.
- ✓ Las tijdens de dag rustperiodes in, indien nodig.
- ✓ Zorg voor voldoende ontspanning (muziek, film, kunst, relaxatie-oefeningen).
- ✓ Vraag hulp aan familie, vrienden of instanties. De sociaal werker kan u hierbij zeker helpen.
- ✓ Tot slot worden infosessies georganiseerd die u kunnen helpen om te gaan met vermoeidheid. U kunt tijdens maar ook na uw behandeling aan zo'n sessie deelnemen. U kunt er ervaringen uitwisselen met andere (ex-)kankerpatiënten, hoe zij met hun vermoeidheid omgaan en wat hen daarin heeft kunnen helpen. Zo blijft het misschien mogelijk bepaalde activiteiten verder te zetten. Concrete informatie over deze sessies vraagt u het best aan een verpleegkundige of sociaal werker.

DUUR

Vermoeidheid kan al optreden tijdens de eerste week van de behandeling en neemt nadien verder toe. Na het stopzetten van de behandeling zullen de klachten traag verminderen. Het is niet abnormaal dat u nog last hebt van vermoeidheid enkele maanden na het stopzetten van de therapie. Soms kan vermoeidheid nog verschillende jaren na de therapie duren.

INVLOED OP DE SEKSUALITEIT

De invloed van een behandeling op de seksualiteit is voor iedere patiënt verschillend. Zowel lichamelijke als emotionele gevolgen van uw ziekte en uw behandeling kunnen gevolgen hebben voor uw seksuele behoefte en uw seksleven. Het is goed mogelijk dat u door andere zorgen uw seksleven nu minder belangrijk vindt. Misschien moeten u en uw partner nog wennen aan de uiterlijke veranderingen door de behandeling, zoals haarverlies. Het kan ook zijn dat u door de therapie een aantal lichamelijke klachten ondervindt zoals vermoeidheid en misselijkheid. Vrouwen kunnen last krijgen van vaginale droogte, de menstruatie kan voor kortere of langere periode stoppen. Mannen kunnen last hebben van erectiestoornissen en/of ejaculatieproblemen. Ook daardoor kan de zin om te vrijen sterk verminderd zijn. Tijdens, maar ook na uw behandeling hebt u misschien meer behoefte aan grip, warmte en intimiteit, maar dit is niet altijd makkelijk realiseerbaar.

Het bespreekbaar maken van seksuele problemen is belangrijk. Door erover te praten met uw partner leert u elkaar beter te begrijpen. Ook met uw zorgverleners kunt u problemen rond seksualiteit bespreken.

Tijdens uw behandeling, en tot enkele maanden nadien is het belangrijk om voorbehoedsmiddelen (bijvoorbeeld een condoom) te gebruiken. Een mogelijke zwangerschap moet nu immers voorkomen worden, omdat de therapie schadelijk kan zijn voor de baby.

Is een zwangerschap niet (meer) mogelijk, dan nog is het raadzaam de eerste dagen na de toediening van de behandeling een condoom te gebruiken. Restanten van de geneesmiddelen kunnen ook in sperma of vaginaal vocht zitten. Daarom is het veiliger om met een condoom te vrijen.

Bespreek het zeker met uw arts als u nog een kinderwens hebt.

© augustus 2016 UZ Leuven

Overname van deze tekst en illustraties is enkel mogelijk na toestemming van de dienst communicatie UZ Leuven.

Ontwerp en realisatie

Deze tekst werd opgesteld door het Leuvens kankerinstituut (LKI) in samenwerking met de dienst communicatie.

www.chemotherapie.be

U vindt deze brochure ook op www.uzleuven.be/brochure/700547.

Opmerkingen of suggesties bij deze brochure kunt u bezorgen via communicatie@uzleuven.be.

Verantwoordelijke uitgever
UZ Leuven
Herestraat 49
3000 Leuven
tel. 016 33 22 11
www.uzleuven.be

Als patiënt
kunt u uw afspraken,
facturen en persoonlijke
gegevens ook online
raadplegen via **mynexuz**.
Surf naar www.mynexuz.be
voor meer informatie.

