



St. Anna Ziekenhuis



Chemobehandelwijzer

Anna. Liefde voor leven.

Deze chemobehandelwijzer is eigendom van:

Naam:	_____
Adres:	_____
Postcode:	_____
Plaats:	_____
Telefoon:	_____

Bij verlies van deze chemobehandelwijzer verzoeken wij de vinder dringend om contact op te nemen met de eigenaar van dit boekje.

Contactgegevens

St. Anna Ziekenhuis

Algemeen 040 - 286 4040
www.st-anna.nl
Afdeling Oncologie 040 - 286 4847 (24 uur per dag)
afdeling.oncologie@st-anna.nl

Poliklinieken

Poli Interne geneeskunde 040 - 286 4873
Poli Longeneeskunde 040 - 286 4871

Dagbehandeling afdeling Oncologie

Van maandag t/m vrijdag
Van 7.30-16.00 uur 040 - 286 4228

Poliklinische oncologisch verpleegkundige (pov)

Bereikbaar op maandag, dinsdag en donderdag
Van 7.30-16.00 uur 040 - 286 4847

Wat te doen als u verhinderd bent

Als u op de dag van de geplande chemokuur onverwacht ziek bent (diarree, koorts, verkoudheid etc.) **bel dan vóór 8.00 uur met de afdeling: telefoon 040 - 286 4847.**

Wij kunnen dan met de arts overleggen of het verantwoord is om die dag de kuur te geven of dat het beter voor u is als we de kuur uitstellen.

Inhoud

Inhoudsopgave	Blz.
Contactgegevens	3
1. Waarom dit boekje	5
2. De chemokuur	6
3. Welke bijwerkingen kunnen optreden en wat kunt u ertegen doen	7
4. Controle van het bloed	16
5. Redenen om uw specialist te waarschuwen	16
6. Informatie voor familie	17
7. Overige informatie	20
8. Aantekeningen en notities	22

1. Waarom dit boekje

U heeft in overleg met uw specialist besloten om u binnenkort te laten behandelen met cytostatica. Deze behandeling houdt in dat u gedurende een langere periode een kuur volgt met medicijnen die de celdeling remmen. Een andere naam voor deze behandeling is chemotherapie of chemokuur.

Voor u gaat beginnen met de chemotherapie, heeft u een gesprek met uw arts en de oncologie verpleegkundige over de behandeling en de meest voorkomende bijwerkingen. Aangezien het om veel informatie gaat, is het niet eenvoudig om alles in één keer te onthouden. Daarom is deze informatie opgeschreven in deze chemobehandelwijzer, zodat u thuis alles nog eens rustig kunt nalezen.

Achterin deze behandelwijzer kunt u zelf ook aantekeningen maken en uw vragen opschrijven. Tijdens een volgend bezoek aan uw huisarts of het ziekenhuis kunt u dan uw vragen stellen.

De chemobehandelwijzer is ook bedoeld om informatie door te geven aan hulpverleners met wie u thuis te maken heeft. Tijdens de behandelperiode kan het namelijk voorkomen dat u, behalve met de specialist en de verpleegkundige in het ziekenhuis, ook te maken krijgt met de huisarts, thuiszorg of tandarts. Het is belangrijk dat ook zij weten dat u met chemotherapie behandeld wordt en welke medicijnen u gebruikt, welke adviezen u krijgt, enzovoorts. Daarvoor dient het inlegvel met het schema over uw chemokuur. Dit inlegvel krijgt u van de verpleegkundige van de afdeling oncologie.

Verder informeren wij uw huisarts schriftelijk over de chemokuur die u krijgt en de bijwerkingen die hierbij kunnen optreden. Uw huisarts is dus op de hoogte van uw behandeling, waardoor u met vragen en problemen eventueel ook bij hem/haar terecht kunt.

2. De chemokuur

Er zijn vele soorten chemokuren. Verreweg de meeste worden toegediend via een infuus, sommige in tabletvorm. Vaak bestaat een chemokuur uit een combinatie van verschillende cytostatica, aangevuld met enkele andere medicijnen, die bijvoorbeeld bepaalde bijwerkingen tegengaan.

Verblijf in het ziekenhuis

Voor de toediening van de chemokuur komt u naar afdeling oncologie. Afhankelijk van de duur van de kuur verblijft u op de verpleegafdeling of krijgt u de kuur op het dagcentrum. Beiden horen bij de afdeling oncologie.

Inlegvel bij chemobehandelwijzer

Een chemokuur wordt altijd via een bepaald schema gegeven. Op het inlegvel, dat u krijgt van de verpleegkundige van de afdeling Oncologie, kunt u lezen hoe het schema er in uw geval uitziet. Ook staan hierop bijwerkingen vermeld die op kunnen treden na toediening van de chemokuur. In '3. *Welke bijwerkingen kunnen optreden en wat kunt u er tegen doen*' kunt u lezen wat u kunt doen om die bijwerkingen te voorkomen of te verminderen.

Afspraken poliklinische oncologie verpleegkundige (pov)

Gedurende de periode dat u poliklinisch chemokuren ondergaat, krijgt u ook één of meerdere afspraken met de poliklinische oncologie verpleegkundige (pov). Dit vindt zoveel mogelijk plaats na de eerste kuur en voor of na de laatste kuur. Tevens wordt u enkele dagen na de eerste kuur thuis gebeld. Dit om te horen hoe het gaat. Tijdens de afspraak met de pov kunt u vragen stellen en uw ervaringen bespreken. De pov kan u mogelijk ook praktische tips geven ten aanzien van de bijwerkingen van de chemokuur of begeleiding bij het omgaan met uw ziek zijn. Deze afspraak staat gekoppeld aan uw afspraak bij de arts. Indien u tussendoor vragen of behoefte heeft aan een gesprek kunt u altijd bellen voor een extra afspraak.

Voorschriften met betrekking tot voeding

- Tijdens de chemotherapie mag u geen st. Janskruid en grape-fruit gebruiken, dit i.v.m. een verstoorde opname van de chemotherapie. Het kan zijn dat de werking versterkt of verzwakt wordt.

Wordt u behandeld met cytostatica Irinotecan, Cisplatinum of Oxaliplatin dan geldt het voorlopige advies:

- 24 uur vooraf aan de start van de chemotherapie tot 24 uur na het beëindigen van de chemotherapie geen visolie-supplementen, geen vette vis te gebruiken.

Onderzoekers hebben ontdekt dat kankercellen minder gevoelig worden voor chemotherapie door het gebruik van bepaalde vetzuren: de PIFA's (platinum-induced fatty acids). PIFA's zijn geen visvetzuren, maar komen wel voor in sommige commercieel verkrijgbare visolie-supplementen. Wetenschappers raden daarom af om vette vis en/of visolie-supplementen te gebruiken tijdens chemotherapie. De PIFA's lijken de kankercellen namelijk te beschermen tegen chemotherapie en zouden die minder werkzaam maken.

Onder de vette vissoorten vallen o.a. haring, bokking, makreel, zalm, sardientjes en ansjovis (magere vissoorten zoals schol, tong, kabeljauw, koolvis, tilapia en pangasius kunt u wel gebruiken).

Bovenstaand advies is de uitkomst van resultaten uit dierproefonderzoek. Hoewel de uitkomsten van onderzoek nog onzekerheden met zich meebrengt en vragen oproept, is het uit het oogpunt van veiligheid goed om bovenstaand advies op te volgen!

U producten die verrijkt zijn met omega-3-vetzuren blijven gebruiken, zoals bepaalde soorten margarine, bak- en braadproducten en mayonaise. PIFA's komen namelijk niet voor in deze producten.

3. Welke bijwerkingen kunnen optreden en wat kunt u er tegen doen

In dit hoofdstuk vindt u een algemeen overzicht van allerlei mogelijke bijwerkingen van de chemokuur. Daarbij staan adviezen vermeld om die bijwerkingen te voorkomen of te verminderen. Lang niet alle bijwerkingen zullen bij u voorkomen.

Op het inlegvel met het schema van uw cytostaticakuur staan de bijwerkingen die bij die kuur voorkomen. Deze bijwerkingen kunt u dan opzoeken in het volgende hoofdstuk. Ook hiervoor geldt: ze **kunnen** optreden, maar dit hoeft niet altijd het geval te zijn.

De adviezen die beschreven staan kunt u het beste al opvolgen vanaf de aanvang van de kuur. De folders waarna verwezen wordt, zijn verkrijgbaar op de afdeling oncologie of bij patiëntenvoorlichting.

Let op: De mate waarin bijwerkingen optreden zegt niets over het effect van de behandeling op de ziekte.

1. Dun of uitvallend haar

Haaruitval bij chemotherapie begint 1 à 2 weken na de aanvang van de behandeling. Dit kan gepaard gaan met een gevoelige of pijnlijke hoofdhuid, zogenoemde haarpijn. Tevens kan het zijn dat u ook andere lichaamsbehaarung verliest, zoals: wimpers, wenkbrauwen en schaamhaar. Het haar groeit echter weer aan na het stoppen van de chemokuur.

Hoofdhuidkoeling

Tegen het optreden van haaruitval is slechts bij bepaalde chemotherapie iets te doen. Bij bepaalde chemotherapie is hoofdhuidkoeling mogelijk. Of u in aanmerking komt voor hoofdhuidkoeling hoort u van uw behandelend specialist of oncologieverpleegkundige.

Door het toepassen van hoofdhuidkoeling tijdens de chemotherapie kan

haaruitval voorkomen of verminderd worden. Hoofdhuidkoeling wordt toegepast door vóór, tijdens en na het chemotherapie-infuus de hoofdhuid te koelen met een koelkap die op het hoofd wordt geplaatst. Voor meer informatie zie ook onze folder *'Hoofdhuidkoeling bij chemotherapie'*.

Pruik

Voor aanvang van de behandeling wordt met u besproken of een pruik nodig zal zijn en waar u die kunt verkrijgen. U ontvangt een machtiging zodat u een deel van de kosten kunt declareren bij uw verzekering. U kunt het beste voordat het haar gaat uitvallen een afspraak maken bij de kapper, zodat deze uw eigen haardracht kan zien. Informatie kunt u krijgen via de pov of de afdeling patiëntenvoorlichting.

Advies:

- Veel mensen vinden het prettig om het haar kort te laten knippen voordat het uitvalt.
- Verzorg en droog het haar voorzichtig. Gebruik een milde shampoo en een crèmespoeling.
- Bij haarpijn kunt u slapen op een satijnen kussensloop.
- Permanenten of verven van het haar is af te raden.

Folder: *'Look Good, Feel Better'*
'Hoofdhuidkoeling bij chemotherapie' (St. Anna Ziekenhuis)

2. Huidveranderingen

Onder invloed van de medicijnen kan uw huid droog, rood of schilferig worden. Ook kunnen de medicijnen invloed hebben op de kleurstof (het pigment) in de huid. Er ontstaan dan bruine vlekken of een bruine verkleuring, of juist witte pigmentloze vlekken. Verder kan de huid gevoeliger zijn.

Advies:

- Gebruik regelmatig bodylotion (zonder alcohol en/of parfum) bij een droge huid.
- Vermijdt overmatig zonlicht. U mag gewoon naar buiten maar niet zonnen.
- Gebruik een zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor.
- Tegen de extra pigmentatie is niets te doen.
- Bij hinderlijke huidverandering de arts waarschuwen; deze kan u eventueel doorverwijzen naar een dermatoloog

Folder: 'Voeding bij kanker' (KWF)

3. Misselijkheid en braken

Door de chemokuur wordt het braakcentrum in de hersenen geprikkeld, waardoor u misselijk kunt worden. Voorafgaand aan de chemokuur krijgt u medicijnen tegen de misselijkheid en een recept om deze medicijnen ook thuis te kunnen gebruiken. Heeft u desondanks toch last van misselijkheid meldt dit dan, zodat u extra medicijnen voorgeschreven kunt krijgen.

Advies:

- Gebruik de medicijnen ook bij geringe misselijkheid, zodat u kunt blijven eten en drinken.
- Eet op tijdstippen wanneer u niet misselijk bent, overdag of 's nachts als u wakker bent.
- Probeer voldoende te drinken: 1,5 - 2 liter.
- Een tekort aan vocht kan misselijkheid verergeren en voor een vieze smaak in de mond zorgen.
- Gebruik regelmatig kleine maaltijden. Een lege maag kan ook een misselijk gevoel geven.
- Als u gebraakt hebt, laat uw maag dan weer langzaam wennen aan vast voedsel (biscuitjes).
- Vermijd geuren die u tegenstaan (bijvoorbeeld parfum en etensgeuren; gebruik zo nodig kant en klaar maaltijden).

-
- Bij misselijkheid na bestraling: eet of drink niet meteen na de bestraling.
 - Bij misselijkheid na de chemokuur: forceer niets de eerste dagen. Haal de schade in de volgende weken tussen de kuren door in. Drinken is deze dagen belangrijker dan eten.

Folder: ‘Voeding bij kanker’ (KWF)

4. Verminderde eetlust

Door de ziekte en behandeling kunt u last hebben van verminderde eetlust. Voor informatie over de diëtist zie hoofdstuk 7.

Advies:

- Gebruik kleine maaltijden.
- Gebruik voedsel met eiwitten (kaas, melk) en veel calorieën.
- Forceer het eten niet. Blijf wel voldoende eten.
- Laat anderen koken.
- Zacht voedsel eten, gaat vaak gemakkelijker.
- Vervang gebakken warm vlees door koud vlees of vis.
- Probeer andere kruiden, zout of suiker te gebruiken.
- Probeer verschillende producten uit. Zo blijven frisse en zure producten vaak beter smaken.

5. Smaak-reuk verandering

Smaak of reuk verandering kan veroorzaakt worden door de behandeling. Hier is weinig aan te doen.

Advies:

- Probeer verschillende producten uit.
- Zorg dat de maaltijd er aantrekkelijk uit ziet.
- Maak gebruik van kruiden.
- Blijf voldoende eten en drinken.

Folder: ‘Voeding bij kanker’ (KWF)

6. Irritatie of ontsteking in de mond

Het slijmvlies in de mond is erg gevoelig voor cytostatica. Irritatie of ontsteking begint meestal 5-7 dagen na toediening van de medicijnen. Voordat u begint met de chemokuur wordt u aangemeld bij de mondhygiënist. U krijgt een afspraak ter controle van het gebit. Tevens kunt u in de loop van de behandeling bij problemen of vragen contact hiermee opnemen. Het is heel belangrijk om tijdens aanvang van de behandeling al met voorzorgsmaatregelen te beginnen die door de mondhygiëniste worden gegeven.

Als u een (controle) bezoek brengt aan uw tandarts, vermeld dan altijd dat u bezig bent met een chemotherapie behandeling.

Folder: *'Mondverzorging bij chemotherapie' (St. Anna Ziekenhuis)*

7. Vermoeidheid

Vermoeidheid kan een direct of indirect gevolg zijn van de behandeling.

Advies:

- Zorg voor voldoende nachtrust.
- Rust tussendoor.
- Verdeel werk/activiteiten over de dag.
- Zorg voor afleiding.
- Steek alleen energie in dingen die voor u de moeite waard zijn.
- Probeer voeding en vocht op peil te houden.
- Vraag hulp in de huishouding aan.
- Probeer de vermoeidheid te aanvaarden, verzet of niet accepteren vraagt veel energie.

Folder: *'Vermoeidheid bij kanker. Help, ik ben zo moe!' (KWF)*

8. Invloed op werking van het beenmerg

Beenmerg is belangrijk voor de aanmaak van bloedcellen. Cytostatica remt de werking van het beenmerg. Om het effect van de chemokuur op uw beenmerg na te gaan wordt voor elke kuur uw bloed gecontroleerd. Tegen de verminderde aanmaak van het beenmerg kunt u zelf niets doen. De hoeveelheid van bloedcellen is het laagst 8-10 dagen na de eerste dag van de kuur. Dit herstelt zich zelf weer. Omdat u dan thuis bent, is het voor u belangrijk te weten wat u kunt doen als er zich problemen voordoen.

Hierna beschrijven we de eventuele problemen en de daarbij horende adviezen.

Verminderde rode bloedlichaampjes (Hemoglobine = HB)

De aanmaak van de rode bloedlichaampjes is verminderd, waardoor bloedarmoede kan ontstaan. Bloedarmoede kan gepaard gaan met vermoeidheid. Dit verbetert echter weer als de aanmaak van rode bloedlichaampjes weer hersteld is. Soms is een bloedtransfusie nodig.

Advies:

- Let op klachten van vermoeidheid, bleekheid. Neem zo nodig contact op met uw behandelend arts.
- Pas uw inspanningen aan en rust iets meer.

Verminderde bloedplaatjes (trombocyten)

Trombocyten zorgen voor de stolling van bloed. Wanneer de aanmaak van de trombocyten verminderd is, geeft dit een verhoogde kans op:

- blauwe plekken;
- bloedneus;
- bloedend tandvlees;
- bloed bij de urine of ontlasting;
- onderhuidse bloedinkjes (rode puntjes).

Advies:

- Gebruik een zachte tandenborstel.
- Elektrisch scheren in plaats van met een mesje.
- Wanneer menstruatie langer dan 4-5 dagen duurt en veel heftiger is dan normaal, neem dan contact op met uw behandelend arts.
- Vermijd activiteiten of sporten waarbij u zich kunt bezeren.
- Gebruik handschoenen bij het werken met risico op verwonding (knutselen, tuinieren).

Te lage bloedplaatjes

Als uw arts u verteld heeft dat u lage trombocyten heeft, dan dient u met de volgende punten rekening te houden:

- vermijd zetpillen;
- gebruik geen aspirine;
- gebruik geen alcohol;
- niet persen op de ontlasting.

Verminderde witte bloedlichaampjes (leucocyten)

Leukocyten zorgen voor de afweer. De aanmaak van de leukocyten is verminderd. Dit zorgt ervoor dat u eerder vatbaar bent voor infecties. Deze kans is het grootst 8-10 dagen na de chemokuur.

Advies:

- **Neem bij koorts hoger dan 38,5°C of koude rilling, direct contact op met het ziekenhuis.**
- Vermijdt contact met geïnfecteerde personen (bijv. griep en verkoudheid).
- Zorg voor goede lichaamshygiëne.
- Was uw handen regelmatig, met name voor het eten en na toiletbezoek.
- Voorkom wondjes of verzorg ze goed.

-
- Zorg voor voldoende vochtinname.
 - Zorg voor voldoende rust.

Folder: 'Chemotherapie'

9. Verandering van het ontlastingspatroon

Dit kan een direct of indirect gevolg zijn van de behandeling.

Advies bij diarree:

- Voldoende drinken. Minimaal 2 liter per dag.
- Gebruik ook enkele koppen bouillon, tomaten/groentesap. Deze voedingsmiddelen bevatten kalium en zout.
- Gebruik kleine maaltijden.
- Af te raden zijn kool, ui en prei in verband met gasvorming.
- Gebruik weinig suiker (Suiker werkt namelijk laxerend).
- Overleg met uw arts als u diarree heeft die langer dan 48 uur duurt.

Advies bij obstipatie (verstopping):

- Veel drinken.
- Vezelrijke voeding, bruin volkoren brood, groente en fruit.
- Bewegen indien mogelijk.
- Warme dranken met cafeïne.
- Lauw water op de nuchtere maag.

Heeft u langer dan 2-5 dagen geen ontlasting, overleg dan met uw arts.

10. Invloed op de seksualiteit

Door de bijwerkingen van de kuren kan de zin in vrijen verminderd zijn. De behoefte aan tederheid en knuffelen kan juist toenemen. Door de medicijnen kan de vagina droger zijn en kan er bij en na seksueel contact bloedverlies optreden. Aarzel niet om problemen op dit gebied te

bespreken met uw arts of verpleegkundige.

Advies:

- Glijcreme gebruiken, bijvoorbeeld Sensilube of Replens (gel voor vaginaal gebruik).
- Tijdens de dagen dat afvalstoffen in de uitscheidingsproducten zitten, zoals in het sperma en slijmvliezen van de vagina, dient de man een condoom te gebruiken. Deze dagen staan vermeld op het inlegvel met het schema van uw chemokuur.

Folder: *'Kanker en seksualiteit' (KWF)*

11. Vruchtbaarheid

Als u een kinderwens heeft overleg dan met uw specialist welke consequenties de behandeling heeft voor uw vruchtbaarheid. Overleg ook over het gebruik van anticonceptie.

Advies:

Tijdens de behandeling dient u continu voorbehoedsmiddelen te gebruiken om een eventuele zwangerschap te voorkomen.

12. Invloed op de menstruatie

Afhankelijk van de soort chemokuur is het mogelijk dat uw menstruatiepatroon verandert. Dit kan variëren van een keer overslaan tot geheel wegblijven van de menstruatie. Bij sommige vrouwen komt de menstruatie niet meer terug. Dit kan gepaard gaan met overgangsklachten zoals opvliegers of een wisselend humeur.

Bij problemen of vragen kunt u contact opnemen met de afdeling oncologie.

4. Controle van het bloed

Voor elke behandeling controleert uw arts of uw beenmerg zich voldoende hersteld heeft na de vorige kuur. Dit wordt enkele dagen voor de kuur door middel van een bloedonderzoek gecontroleerd.

In verband met de uitslag is het gewenst om een half uur voor de polikliniek afspraak bloed te laten prikken, zodat uw arts de uitslag heeft als u bij hem op controle komt.

Het kan zijn dat het beenmerg onvoldoende hersteld is en dat de kuur uitgesteld wordt. U krijgt dan van de polikliniek assistente een nieuwe afspraak.

5. Redenen om te waarschuwen

Bij de volgende klachten DEZELFDE dag contact opnemen met de afdeling:

- koorts boven de 38,5°C;
- koude rillingen;
- langdurig bloedneuzen (langer dan 30 min.);
- blauwe plekken, zonder dat u bent gevallen of u hebt gestoten;
- aanhoudend bloeden van een wondje (langer dan 30 min.);
- bloed in de ontlasting of urine;
- plotselinge huiduitslag;
- menstruatie langer dan 5 dagen en veel heftiger dan normaal.

In het weekend, 's avonds of 's nachts kunt u contact opnemen met de afdeling oncologie. Geef altijd duidelijk aan wat er aan de hand is en vermeld dat u een patiënt bent die een chemotherapie behandeling ondergaat.

Bij de volgende klachten waarschuwen:

- braken langer dan 24 uur;
- diarree langer dan 48 uur;
- obstipatie (verstopping) langer dan twee tot vijf dagen.

Als u twijfelt of u zich onzeker voelt over bepaalde klachten die u hebt, neem ook dan contact op met uw specialist, de afdeling oncologie of uw huisarts. **Zie telefoonnummers vooraan in dit boekje.**

6. Informatie voor de familie

Uw partner/familie lid wordt behandeld met cytostatica. De afvalstoffen van deze medicijnen worden weer uitgescheiden via urine, ontlasting, braaksel en transpiratie. Wanneer een ander in aanraking komt met deze uitscheidingsproducten, neemt deze persoon een deel van deze afvalproducten op (bijvoorbeeld via de huid of door middel van de ademhaling). Deze persoon zal hier niet ziek van worden, maar omdat bekend is dat cytostatica op de lange termijn schade kan berokkenen aan gezonde cellen, is het wenselijk om hier zo min mogelijk mee in aanraking te komen. Vandaar enkele adviezen. De periode waarop deze adviezen van toepassing zijn, staat vermeld op het behandelingschema.

Urine en ontlasting

- De patiënt maakt zoveel mogelijk gebruik van hetzelfde toilet.
- Mannen wordt verzocht om zittend te plassen.
- Spoel het toilet na gebruik 2x door, met de deksel dicht.
- Als patiënt een blaascatheter of stoma heeft, moet hij dagelijks de opvangzak legen in het toilet, door deze langs de rand leeg te gieten.
- Wanneer de patiënt geholpen moet worden met een catheterzak, stoma of urinaal, dan wegwerphandschoenen gebruiken.
- Bij gebruik van een urinaal deze legen in het toilet, met de bril omhoog, en via de rand met afgewend gezicht leeggieten.

Braaksel

- Als het mogelijk is, maakt patiënt gebruik van het toilet.
- Als dit niet mogelijk is, zoveel mogelijk gebruik maken van wegwerpmaterialen.
- Draag wegwerphandschoenen bij het opruimen van materialen of het helpen van de patiënt.

Overige uitscheidingsproducten

De hoeveelheid cytostatica in uitscheidingsproducten zoals transpiratievocht, tranen en speeksel is zo laag dat er geen specifieke maatregelen genomen hoeven te worden. Wanneer de patiënt heftig transpireert, dan beddengoed en kleding wel als 'bevuild' behandelen, en dus handschoenen dragen bij het verschonen.

Ook zitten afvalstoffen van de cytostatica in de zaadcellen van de man wanneer hij chemo krijgt, of in de slijmvliezen van de vagina wanneer de vrouw chemo krijgt. Daarom wordt het gebruik van een condoom geadviseerd in de dagen waarin men voorzichtig dient te zijn met uitscheidingsproducten.

Verder zijn er geen voorzorgsmaatregelen nodig voor het aanraken, knuffelen of kussen van een ander.

Morsen van uitscheidingsproducten (meer dan ongeveer 5 ml)

- Trek wegwerphandschoenen aan.
- Dep met keuken- of toiletpapier, tissues of wegwerponderleggers.
- Bevochtig de plek driemaal met koud water en dep droog met keuken- of toiletpapier, tissues of wegwerponderleggers. Gooi dit weg in een plastic zak.
- Reinig de plek hierna naar eigen inzicht.
- Handen wassen.

Met uitscheidingsproducten bevuild wasgoed

Als op de verpleegafdeling kleding bevuild raakt, wordt dit door de verpleegkundige in een plastic zak gedaan en wordt er een sticker **'cytostatica, handel volgens procedure'** opgeplakt.

Als thuis kleding of wasgoed met uitscheidingsproducten bevuild raakt, geldt het volgende:

- Laat de patiënt de kleding direct uittrekken. Indien u daarbij helpt, draag wegwerphandschoenen.
- Besmette kleding spoelt u direct in de wasmachine via het koude spoelprogramma uit. Vervolgens kiest u een wasprogramma dat geschikt is voor materiaal van de kleding (inclusief voorwas). Als het niet mogelijk is het wasgoed direct in de wasmachine te wassen, moet dit in een goed afgesloten plastic zak bewaard worden.
- Bij het overbrengen van de was naar de wasmachine dient u wegwerphandschoenen te dragen. Het met cytostatica besmette wasgoed moet altijd apart van ander wasgoed gewassen worden.
- Als het wasgoed vaste uitwerpselen bevat, deponeert u deze voorzichtig en met behulp van tissues in het toilet (handschoenen aan). Doe dit voorzichtig, zonder te spatten. De uitwerpselen door spoelen met het deksel gesloten.

Schoonmaken

- Het door de patiënt gebruikte toilet (of urinaal, ondersteek) dient minimaal één maal per dag met afwasmiddel of groene zeep te worden schoongemaakt. Draag hierbij wegwerphandschoenen
- De handen hierna goed wassen.
- De bad- en wasgelegenheid reinigen zoals u gewend bent.

Besmet afval

Verzamel alle afvalmateriaal waar de patiënt mee in contact is geweest (gebruikte handschoenen, lege urineopvangzak, onderleggers, keuken- of toiletpapier, tissues etc.) in een aparte plastic vuilniszak. Sluit deze goed af en deponeer deze bij het normale huisafval.

Bestek en serviesgoed

Deze kunnen na gebruik met de hand of in de afwasmachine gereinigd worden.

7. Overige informatie

Mondhygiëniste

Voordat u behandeld wordt met chemotherapie krijgt u een afspraak met de mondhygiëniste. Mocht u tijdens de behandeling vragen of problemen hebben, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek kaakchirurgie, telefoon 040-286 4868.

Dienst geestelijke verzorging

Wanneer u contact wilt met een medewerker van de dienst geestelijke verzorging voor een gesprek en ondersteuning, dan kunt u bellen met het ziekenhuis, telefoon: 040-286 4040. Ook kunt u dit regelen via de verpleegkundige.

Thuiszorg

Tijdens de opname praat de afdelingsverpleegkundige of maatschappelijk werker met u over uw ontslag. Tijdens dit gesprek kan aan de orde komen dat thuiszorg in uw situatie wenselijk is. Met uw toestemming zal de verpleegkundige u dan aanmelden voor thuiszorg. Vervolgens neemt een thuiszorgmedewerker contact met u op.

Diëtist

Wanneer uw gewicht afneemt en u moeite heeft om voldoende te eten, bestaat de mogelijkheid om een diëtist te raadplegen. U kunt via de arts of verpleegkundige een afspraak met haar maken.

Inloophuis 'De Eik'

Inloophuis 'De Eik' is voor mensen met kanker en hun naasten in de regio Eindhoven. U kunt binnen lopen voor een individueel gesprek of een groepsgesprek, informatie, creatieve activiteiten enz. Op de afdeling kunt u een informatiefolder meenemen of u kunt informatie vinden via www.inloophuis-de-eik.nl. Hier vindt u ook het laatste nieuws over lezingen en andere activiteiten.

Patiëntenvereniging

Voor veel aandoeningen bestaan patiëntenverenigingen. Deze geven nadere voorlichting, kunnen u in contact brengen met 'lotgenoten' en ondernemen soms allerlei andere activiteiten. Veel verenigingen geven folders, brochures of tijdschriften uit.

Voor mensen met kanker zijn vele verenigingen actief, zowel landelijk als regionaal. Wees selectief met informatie die u op het internet opzoekt. Bespreek met uw arts/oncologie verpleegkundige of deze informatie op u van toepassing is.

Enkele voorbeelden: er zijn verenigingen voor mensen met borstkanker, longkanker, gynaecologische kanker, de ziekte van Hodgkin en vele anderen. Ook zijn er verenigingen voor jongeren met kanker, ouders van kinderen met kanker, enz.

Voor informatie kunt u contact opnemen met patiëntenvoorlichting van het St. Anna Ziekenhuis, telefoon 040-286 4874.

Patiëntenvoorlichting

Bij Patiëntenvoorlichting kunt u terecht met vragen over de gang van zaken in het ziekenhuis, over behandeling, verpleging en informatiemateriaal. Ook kunt u hier contactgegevens krijgen van patiëntenverenigingen en dienst- of hulpverlenende instanties. Patiëntenvoorlichting is bereikbaar via 040-286 4878 of via e-mail: patientenvoorlichting@st-anna.nl.

Colofon

De tekst van deze chemobehandelwijzer is gebaseerd op de behandelwijzer uitgegeven door het Integraal Kankercentrum Amsterdam (IKA)

Tot slot

Wij hopen u voldoende geïnformeerd te hebben over beschermende maatregelen die u thuis treft na behandeling met cytostatica. Mocht u nog vragen hebben, dan kunt u de afdeling oncologie bellen.

St. Anna Ziekenhuis

Locatie Geldrop
Bogardelind 2
5664 EH Geldrop

Locatie Eindhoven
Antoon Coolenlaan 1-03
5644 RX Eindhoven

T 040 - 286 4040

COLOFON

Opmerkingen, suggesties of
aanvullingen op de folder
kunt u kenbaar maken bij
patiëntenvoorlichting:
patiëntenvoorlichting@st-anna.nl

www.st-anna.nl

INT002
11-18