

Behandeling

# Adviezen bij ontslag in een periode van verminderde weerstand

Als u bent behandeld vanwege kanker en eerder naar huis mag, brengt u een deel van de neutropene fase thuis door.

Met neutropene fase bedoelen we de periode waarin u een verminderde weerstand heeft. Zolang uw afweer tegen ziektes nog niet genoeg is hersteld, zijn er wel extra voorzorgsmaatregelen nodig. Hier vindt u informatie over de maatregelen die u thuis moet nemen.

**(073) 553 82 25**

Maandag t/m vrijdag 8.30 – 17.00 uur

## Maatregelen die u thuis moet nemen

Alle belangrijke informatie op een rij

### Contact met het ziekenhuis

Wanneer moet u contact opnemen met het ziekenhuis?

U en/of uw mantelzorgers moeten direct contact opnemen met het ziekenhuis bij 1 van onderstaande klachten:

- koorts: bij 38.5°C of hoger;
- koorts: als u binnen 12 uur twee keer tussen 38.0°C en 38.4°C meet;
- koude rillingen;
- spontaan ontstaan van grote of meerdere blauwe plekken;
- puntbloedinkjes in de huid;
- bloed in de urine of ontlasting;
- bloed ophoesten;
- aanhoudende bloedende wondjes, langer dan 15 minuten;
- aanhoudende bloedneus, langer dan 15 minuten;
- braken langer dan 48 uur;
- diarree langer dan 48 uur;
- plotselinge huiduitslag;
- keelpijn en/of ontstoken mondslijmvliezen;
- algeheel ziektegevoel;
- niet in kunnen nemen van medicatie;
- niet kunnen drinken;
- benauwdheid of kortademigheid;

- problemen met de centraal veneuze katheter, als u die heeft.

### Telefoonnummer

- U belt van maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 17.00 uur met de verpleegkundig Specialist Hematologie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/spreekuur-verpleegkundig-specialist-hematologie>): telefoonnummer (073) 553 82 25.
- Buiten kantoor tijden belt u met de verpleegafdeling Oncologie C5 Zuid (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/verpleegafdeling-oncologie-hematologie-c5-zuid>), telefoonnummer (073) 553 25 25.

## Infecties voorkomen

Door de verminderde weerstand heeft u meer kans op infecties. Om de bacteriën die u mogelijk ziek kunnen maken 'weg te vangen' krijgt u antibiotica mee naar huis. Het is belangrijk dat u deze medicijnen inneemt zoals de arts u heeft voorgeschreven. Verder is er een risico dat u een schimmelinfectie in de longen krijgt. Om de kans hierop zo klein mogelijk te maken, krijgt u de volgende adviezen:

- werk niet in de tuin of met potgrond;
- zet geen bloemen in de vaas;
- vermijd biobakken en/of composthoopen;
- vermijd zoveel mogelijk plaatsen waar vogels verblijven;
- vermijd bouw- en sloopplaatsen;
- laat iemand anders de kattenbak verschonen. U kunt wel gewoon huisdieren houden in huis.

## Temperatuur opnemen

Meet 3 keer per dag uw temperatuur (om 8.00 uur, 14.00 uur en 22.00 uur) en noteer deze op de lijst die u van de verpleegkundige specialist heeft gekregen. Als u twijfelt, neemt u zo nodig een keer extra de temperatuur op. De metingen bespreken we met u tijdens de controles in het ziekenhuis.

- Is uw temperatuur 38,5 °C of hoger? Neem dan contact op met het ziekenhuis.
- Is uw temperatuur tijdens een meting hoger dan 38 °C, maar nog onder 38,5 °C? Meet dan na 1 uur opnieuw. Als de temperatuur binnen 12 uur, 2 keer hoger is dan 38 °C, neem dan ook contact op met het ziekenhuis.

## Controles in het ziekenhuis

In de fase van verminderde weerstand heeft u 3 keer per week een controle afspraak bij de arts of verpleegkundig specialist. Dit kan een afspraak in het ziekenhuis zijn of een belafpraak.

- Voor iedere controle laat u bloed prikken bij de polikliniek Bloedafname (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/bloedafname>). U krijgt hiervoor formulieren mee.
- Als u voor controle naar het ziekenhuis komt, meldt u zich op het Oncologisch centrum (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/oncologisch-centrum>) samen met een mantelzorger. Dit kan uw partner, familielid, vriend of andere naaste zijn.
- Heeft u een video-afspraak? Volg dan de uitleg (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/video-afspraak-met-uw-zorgverlener-het-jbz>) die u van de verpleegkundig specialist heeft gekregen.

Tijdens het controlebezoek besteden we aandacht aan de bijwerkingen van de behandeling. We controleren ook uw bloeddruk, pols en gewicht. Verder kijken we naar uw mondslijmvlies. De arts of verpleegkundig specialist bespreekt met u het innemen van vocht en uw medicijnen. Afhankelijk van de uitslagen van het bloedonderzoek en/of de kweken, kan het zijn dat u een bloedtransfusie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/bloedtransfusie>) nodig heeft. Het is ook mogelijk dat we de afspraken rondom het slikken van antibiotica moeten aanpassen.

Mogelijk vindt de arts of verpleegkundig specialist het noodzakelijk dat u alsnog wordt opgenomen in het ziekenhuis. Als dit zo is dan proberen we om de opname zo kort mogelijk te houden.

## Lichamelijke verzorging

Tijdens de neutropene fase is een goede lichaamsverzorging extra belangrijk.

- We adviseren u om dagelijks te douchen en schone kleding te dragen.
- Ook raden we u aan om regelmatig uw handen 20 seconden te wassen met zeep. Doet u dit in ieder geval elke keer nadat u naar het toilet bent geweest en voor de maaltijden.
- Controleer iedere dag uw huid op wondjes, puntbloedinkjes (petechiën), huiduitslag of andere veranderingen van uw huid. Meldt huidveranderingen bij de verpleegkundig specialist Hematologie.
- In het ziekenhuis heeft u uitleg gekregen over het verzorgen van uw mond. Thuis gaat u op dezelfde manier door met deze mondverzorging.

## Contact met (zieke) mensen

Mag u contact hebben met (zieke) mensen?

Als u met ontslag gaat, blijft het belangrijk om géén contact te hebben met mensen die griepig of verkouden zijn. Wees voorzichtig met contact met kinderen in verband besmettelijke kinderziekten, zoals waterpokken.

Zorg ervoor dat u niet met grote groepen mensen in een ruimte samen bent. Bezoek dus bijvoorbeeld geen café, kinderdagverblijf, sauna, concerten, enzovoort. U mag wel gewoon naar de winkel om boodschappen te doen. We raden u af om met het openbaar vervoer te reizen.

## Voeding

Welke voeding mag u gebruiken?

In de tekst 'Voedingsadviezen bij een verminderde weerstand'

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/voedingsadviezen-bij-een-verminderde-weerstand>) staat welke voeding u wel en niet mag gebruiken. Probeer minimaal 1500 ml (anderhalve liter) vocht per 24 uur te drinken.

Wilt u zich elke dag wegen en uw gewicht noteren op de lijst die u van de verpleegkundig specialist heeft gekregen.

## Seksueel contact

Mag u seksueel contact hebben?

Na ontslag kunt u gewoon seksueel contact hebben. U hoeft geen speciale maatregelen te nemen. Als u naar huis gaat met een te laag aantal bloedplaatjes (< 20) moet u voorzichtig zijn bij het vrijen. Er kunnen dan namelijk gemakkelijk bloedinkjes optreden.

Zwangerschap moet u tijdens en tot minimaal 1 jaar na de behandeling voorkomen. Voor mannen raden we af om een kind te verwekken in deze periode.

Door de bijwerkingen van de behandeling is het mogelijk dat u minder zin heeft in vrijen, terwijl de behoefte aan tederheid kan toenemen. U kunt na de behandeling last hebben van een droge vagina of erectieproblemen. Heeft u problemen op seksueel gebied? Bespreekt u dit dan met de verpleegkundig specialist of de arts. Als u behoefte heeft aan meer informatie over dit onderwerp, dan is er de folder 'Seksualiteit en kanker' (<https://www.kanker.nl/gevolgen-van-kanker/seksualiteit/gevolgen/seksualiteit>). U kunt ook bij de verpleegkundig specialist vragen naar deze folder.

## Schoonmaak

U hoeft geen speciale maatregelen te nemen bij de schoonmaak als u thuis bent. Wel raden we u af om zelf bepaalde huishoudelijke

klussen te verrichten, zoals het schoonmaken van het huis, badkamer en toilet.

## Centraal veneuze katheter

Gaat u naar huis met een centraal veneuze katheter?

Mogelijk heeft u bij ontslag nog een centraal veneuze katheter. U moet dan elke dag de insteekplaats van de katheter controleren en beoordelen of de pleister nog goed vast zit. Tijdens de controles in het ziekenhuis verzorgt de verpleegkundig specialist de katheter. Ziet u dat er afwijkingen zijn aan de katheter? Neem dan contact op met de verpleegkundig specialist Hematologie.

## Nazorg en/of lotgenotencontact

Na de behandeling kan het moeilijk zijn om de draad weer op te pakken. U en uw familie hebben veel te verwerken. Heeft u na ontslag behoefte aan extra ondersteuning of aan contact met lotgenoten? Bespreek dit dan tijdens uw afspraak op de polikliniek met de verpleegkundig specialist. Zij kan u helpen de draad weer op te pakken na de behandeling en u begeleiding bieden in deze soms moeilijke periode. Daarnaast kan zij u doorverwijzen naar andere hulpverleners als dit nodig is.

## Vragen

Heeft u nog vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen? Stel deze dan gerust aan de verpleegkundig specialist of uw arts.

## Praktische tips

### MijnJBZ

Via MijnJBZ (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz>) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Zie ook: Wat kan ik in MijnJBZ zien?

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/wat-kan-ik-in-mijnjbz-zien>)

### Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak>). Deze zorgverlener werkt altijd onder supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

### PGO

Als patiënt van het JBZ kunt u uw medische gegevens ophalen in uw eigen Persoonlijke Gezondheidsomgeving (PGO) (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/persoonlijke-gezondheidsomgeving-pgo>). Een PGO is een website of app waar u veilig uw medische informatie van ziekenhuizen, huisartsen of andere zorgverleners kunt verzamelen. De mogelijkheden van PGO's ontwikkelen zich snel; bekijk eens wat er al kan!

## Betrokken afdelingen

Oncologisch Centrum (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/oncologisch-centrum>)

## Meer informatie

Patiëntenvereniging Hematon (<https://www.hematon.nl/>)

Meer informatie voor patiënten met een hematologische aandoening of hun naaste, bijvoorbeeld over de aandoening of contact met lotgenoten.

Code ONC-001