

Behandeling

# Chemotherapie

Als u kanker heeft, kunt u een behandeling krijgen met chemotherapie.

Dit is een behandeling met speciale medicijnen. Deze medicijnen heten cytostatica. Het doel van deze medicijnen is de deling van cellen te stoppen, vooral snelgroeiende cellen. Kankercellen delen zich meestal vaker en sneller. Deze cellen zijn daardoor gevoeliger voor cytostatica.

## Podcast 'In behandeling'

Luister onze podcast 'In behandeling' voor meer informatie over chemotherapie. In de podcast krijgt u een rondleiding over de afdeling, vertelt een patiënt over zijn ervaringen en geven onze zorgverleners uitleg over het behandeltraject.

Luister de podcast 'In behandeling' (<https://app.springcast.fm/podcast/in-behandeling-kanker>)

Bekijk hier het filmpje over chemotherapie:

Individeo video

Meer informatie? Kijk op [kanker.nl](http://kanker.nl)

(<https://www.kanker.nl/zoeken/informatie?term=chemotherapie&3Bcaremaps%5B0%5D=74516>)

## Kuurinformatie

U krijgt van de arts of verpleegkundig specialist informatie over de specifieke behandeling (de kuur) die u gaat krijgen. Daarin staat ook de planning wanneer u het medicijn krijgt toegediend en hoe dit wordt toegediend. Verder staan de bijwerkingen beschreven die u juist bij die kuur kunt verwachten.

### Belangrijk: bloedcontrole voorafgaand aan uw afspraak

Regelmatig heeft u een (telefonische) afspraak met de arts of verpleegkundig specialist. Kort van tevoren moet u dan bloed geprikt hebben, dat is belangrijk. Bij 'cito' (bloedafname bij spoed) kan dit op de dag zelf, minimaal 1 uur vóór de afspraak. In alle andere situaties moet u uiterlijk 1 dag van tevoren bloed laten prikken.

## Voeding

Het is belangrijk dat u tijdens de behandeling zo goed mogelijk blijft eten. Een goede voedingstoestand helpt om u minder snel vermoeid te voelen en uw weerstand tegen infecties op peil te houden. Een betere voedingstoestand kan een positief effect hebben op hoe goed u zich voelt en op uw conditie. Het geeft minder kans op complicaties en ook kunnen de gezonde weefsels zich dan sneller herstellen.

### Gevarieerd en gezond

U hoeft geen speciaal dieet te volgen tijdens de behandeling. Probeer gevarieerd en gezond te eten. Maar als dat niet lukt, dan kunt u gerust een tijdje datgene eten wat u het best bevalt. Vooral als u niet 'gewoon' kunt eten is een andere keuze vaak verstandig.

Van sommige producten heeft u méér nodig. Dat geldt vooral voor de eiwitrijke voedingsmiddelen zoals melk en melkproducten, kaas, vlees, vis, gevogelte, ei of vegetarische vleesvervangers. Kies vaak verschillende producten, dus varieer in uw menu. Daardoor is de kans het grootst dat u alles binnenkrijgt wat u nodig heeft. Als u gezond en gevarieerd eet, is het gebruik van extra vitamines en/of

mineralen niet nodig.

## Lichaamsgewicht

Uw lichaamsgewicht zegt iets over uw voedingstoestand. Weeg uzelf 1 keer per week en schrijf uw gewicht op, bijvoorbeeld in uw agenda. Het gaat daarbij vooral om het gewichtsverloop. Bent u afgevallen bij de start van de volgende kuur? Dan kan de arts u mogelijk doorsturen naar de diëtist.

## Pas op met bepaalde voedingsmiddelen, kruiden en supplementen

Bepaalde voedingsmiddelen zoals visolie, groene thee en citrusvruchten kunnen de werking van de behandeling beïnvloeden. Kijk op de website Voeding & kanker info of dit ook voor uw behandeling geldt.

Ook sommige kruiden en supplementen kunnen invloed hebben, bijvoorbeeld St. Janskruid of visolie. Wilt u tijdens uw behandeling gebruik maken van kruiden of supplementen? Of wilt u hierin iets veranderen? Overleg dit dan altijd met uw arts of de verpleegkundig specialist.

## Minder eetlust?

Door een verminderde eetlust en minder eten kunt u afvallen. Hierdoor gaan uw voedingstoestand en conditie achteruit. De oorzaak van een verminderde eetlust ligt vaak bij de ziekte zelf, de behandeling, vermoeidheid, mondproblemen en/of een vol gevoel.

*Wat kunt u zelf doen?*

- Pas de grootte van de maaltijd aan, aan uw eetlust.
- Eet meerdere keren per dag een kleine portie, bijvoorbeeld elke 2 uur.
- Breng zoveel mogelijk afwisseling aan in uw voeding. Varieer in kleur, temperatuur en smaak, zoals hartig, zoet, zout, zuur. Wissel af in warm en koud en in vloeibare en vaste voeding.
- Probeer uw voeding energierijker te maken door:
  - volvette producten te gebruiken;
  - ruim beleg op uw boterham te doen;
  - regelmatig een tussendoortje te gebruiken, zoals een schaalpje vla of yoghurt, roomtoetje, kaas of worst, stukjes vis, slaatje, krentenbol, ontbijtkoek met boter, cracker of beschuit met boter en ruim beleg, tosti, notenreep.

## Meer weten over voeding?

Als u vragen heeft over uw voeding of uw voedingstoestand, kunt u terecht bij de diëtist. Voor meer informatie over voeding kunt u kijken op de volgende websites:

- [www.voedingenkankerinfo.nl](https://www.voedingenkankerinfo.nl) (<https://www.voedingenkankerinfo.nl/>)
- [www.smaakcheck.nl](https://www.smaakcheck.nl) (<https://www.smaakcheck.nl/>)
- [www.beleefjesmaak.nl](https://www.beleefjesmaak.nl) (<https://www.beleefjesmaak.nl/>)

## Bijwerkingen

Er zijn verschillende medicijnen die onder chemotherapie vallen. De bijwerkingen die u kunt krijgen hangen af van het soort medicijn, de dosering, de manier van toedienen en de combinatie met andere medicijnen.

In de specifieke kuurinformatie leest u welke bijwerkingen voor dat middel gelden. Of u last krijgt van bijwerkingen is niet te voorspellen. Iedere patiënt reageert anders op de behandeling, ook al is deze hetzelfde. De meest voorkomende, algemene bijwerkingen leest u op de webpagina 'Bijwerkingen bij chemotherapie'

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/bijwerkingen-bij-chemotherapie>)'.

Bij sommige klachten moet u direct contact opnemen (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/wanneer-moet-u-contact-opnemen>).

## Emotionele veranderingen

De behandeling is vaak erg ingrijpend en kan gepaard gaan met onzekerheid en grote veranderingen in het dagelijkse leven. Dit kan aanleiding geven tot diverse psychosociale klachten voor zowel u als uw naasten. U kunt bijvoorbeeld last hebben van gevoelens van angst, onzekerheid, machteloosheid, woede, somberheid of schuldgevoel.

## Wat kunt u zelf doen?

- Maak uw problemen bespreekbaar.
- Schakel zo nodig professionele hulp in.

## Meer informatie:

Bekijk de pagina 'Somberheid en depressie' op [www.kanker.nl](http://www.kanker.nl)

(<https://www.kanker.nl/gevolgen-van-kanker/omgaan-met-kanker/omgaan-met-kanker/somberheid-en-depressie>).

## Als u tabletten of capsules neemt

Het kan zijn dat uw behandeling of een deel van uw behandeling bestaat uit tabletten of capsules. U moet dan een aantal voorzorgsmaatregelen nemen. Hieronder geven we enkele adviezen voor als u thuis tabletten of capsules neemt.

- Raak de medicijnen zo min mogelijk aan.
- Zorg ervoor dat de medicijnen zo min mogelijk in aanraking komen met uw spullen. Neem de medicijnen in op een vaste plaats in uw huis.
- Krijgt u hulp van familie of thuiszorgmedewerkers bij het innemen van de medicijnen? Dan moeten deze personen handschoenen dragen.
- Verdeel uw medicijnen niet in een weekdoos. Bewaar ze in originele verpakking totdat u ze inneemt.
- De apotheek levert de tabletten en capsules in de juiste dosering.
- Het kauwen op de medicijnen, het breken van de tabletten of het openmaken van de capsules is niet toegestaan.
- Wanneer u moeite heeft met slikken, neem dan contact op met uw arts of verpleegkundig specialist.
- Nadat u de medicijnen ingenomen heeft, doet u de verpakking in een apart boterhamzakje. Daarna werpt u het weg bij het gewone afval. U kunt ook het advies krijgen om de (lege) verpakking naar de apotheek te brengen zodat het vernietigd kan worden.
- Sommige tabletten of capsules kunt u direct met de maaltijd innemen. Andere moet u 1 uur voor de maaltijd innemen, of 2 (soms 3) uur na de maaltijd. Dit hangt af van het medicijn. Uw arts of verpleegkundig specialist oncologie geeft informatie u hierover.

## Braken of misselijk?

Heeft u gebraakt kort nadat u de medicijnen heeft ingenomen? Of bent u te misselijk om de tabletten in te nemen? Meld dit dan bij uw behandelend arts of verpleegkundig specialist.

## Vaccinaties

We adviseren u om u te laten inenten tegen griep (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/grieprik-voor-mensen-met-kanker>). Dit gaat via de huisarts, in oktober of november. Vaak is ook een inenting tegen pneumokokken

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/pneumokokkenrik-voor-mensen-met-kanker>) aanbevolen.

Bij andere vaccinaties moet u altijd eerst met uw behandelend arts overleggen of u deze tijdens de behandeling mag krijgen.

## Veiligheid rondom cytostaticagebruik

De cytostatica die u krijgt, zit nog een aantal dagen in uw lichaam. In uitscheidingsproducten, zoals urine, ontlasting en braaksel, zitten dan nog resten van het medicijn. Dit noemen we de risicoperiode. Hoeveel dagen dit is, hangt af van het soort medicijn. Dit bespreken we met u. Als u dagelijks medicijnen inneemt, dan blijven deze resten in de uitscheidingsproducten aanwezig en blijft de risicoperiode doorlopen.

Tijdens de toediening en in de risicoperiode nemen de zorgverleners maatregelen om het direct contact met cytostatica en uitscheidingsproducten zoveel mogelijk te vermijden. Deze maatregelen zijn uitgebreider dan de maatregelen die u en uw naasten moeten nemen. Dit is omdat zorgverleners veel met cytostatica en de uitscheidingsproducten in aanraking komen.

## Wat kunt u zelf doen?

- Spoel het toilet na het gebruik twee keer door, bij voorkeur met een gesloten deksel. Dit geldt alleen tijdens de risicoperiode.
- Mannen krijgen het advies om tijdens de risicoperiode zittend te urineren, om spatten zoveel mogelijk te voorkomen.
- Het toilet moet tijdens de risicoperiode eenmaal per week gereinigd worden met een pH-neutraal schoonmaakmiddel (geen chloor, maar bijvoorbeeld allesreiniger).
- Dep bij het morsen van uitscheidingsproducten deze eerst op met keukenpapier en maak de plek goed schoon met water en pH-neutrale allesreiniger. Maak gebruik van wegwerp schoonmaakdoekjes.
- Komen u of uw naasten in aanraking met een uitscheidingsproduct, was dan direct goed uw handen.

#### *Wasgoed:*

- Wasgoed dat in de risicoperiode bevuild is met bijvoorbeeld braaksel of urine zo spoedig mogelijk wassen.
- Het wasgoed eerst apart met een koud spoelprogramma wassen en daarna met de andere was op het normale wasprogramma.

#### *Afval:*

Besmet afval (dit is afval waarop in de risicoperiode braaksel, urine of ontlasting is gekomen) kan in een dubbele, goed afgesloten afvalzak, bij het gewone huisafval.

Bovenstaande maatregelen zijn voldoende. U hoeft geen andere maatregelen te nemen in de omgang met uw partner, (klein)kinderen of andere naasten. U kunt dus ook gewoon van hetzelfde toilet gebruikmaken.

## Bijlage: mondverzorging

### **Hoe voorkomt u geïrriteerd mondslijmvlies?**

Onderstaande maatregelen gelden tijdens de kuur én in de eventuele rustperiode.

#### *Algemeen*

- Poets 4 keer per dag (na de maaltijden en voor het slapen) uw gebit, binnenkant van de mond en tong. Gebruik een zachte (elektrische) tandenborstel en fluoride tandpasta. Als u een gebitsprothese heeft, poets deze dan met vloeibare zeep of afwasmiddel, en spoel deze af met kraanwater.
- Spoel na het poetsen uw mond (zonder gebitsprothese) uitvoerig met water.
- Spoel de borstel na gebruik grondig af met stromend water. Bewaar de tandenborstel droog in een beker met de borstelkop naar boven gericht.
- Vet uw lippen 4 maal daags in met vaseline of lipbalsem. Hierdoor ontstaan er minder snel kloofjes.

#### *Specifieke aandachtspunten bij een 'eigen' gebit*

- Reinig voor het slapengaan het gebied tussen de tanden en kiezen. Gebruik hiervoor een zachte, nat gemaakte houten tandenstoker of flosdraad (waxed floss). Doe dit alléén als u dit al gewend bent. Anders heeft u namelijk juist een verhoogde kans op tandvleesontstekingen en bloedingen.

#### *Specifieke aandachtspunten bij een gebitsprothese*

- Doe 's nachts de gebitsprothese uit en leg deze droog weg.
- Leg eenmaal per week de gebitsprothese in water met een theelepeltje natuurazijn. Dit voorkomt tandsteenaanhechting op de prothese.
- Gebruik geen reinigingstablet; dit is te agressief voor het mondslijmvlies.
- Vóór gebruik spoelt u de gebitsprothese af met stromend water.

#### *Poetsinstructie*

1. De buitenkant: plaats de borstel in een hoek van 45 graden tegen de rand van het tandvlees. Maak kleine, heen- en weergaande bewegingen zonder druk uit te oefenen.
2. De binnenkant: plaats de borstel verticaal tegen de achterkant van de onder- en boventanden. Maak korte, op- en neergaande bewegingen.

3. De binnenkant van de kiezen: plaats de borstel weer in een hoek van 45 graden op de rand van het tandvlees. Maak kleine heen- en weergaande bewegingen zonder druk uit te oefenen.
4. De kauwvlakken: deze poetst u met korte schrobbewegingen. Als u met een elektrische tandenborstel poetst, hoeft u zelf geen poetsbewegingen te maken.

### **Hoe behandelt u beschadigd mondslijmvlies?**

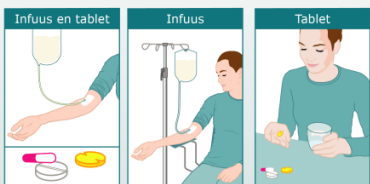
Ondanks de hierboven beschreven adviezen, kan uw mondslijmvlies veranderen. U kunt bijvoorbeeld pijn in de mond krijgen, of gevoelig zijn voor 'hard', gekruid, heet en zuur eten en drinken. U kunt ook gevoelig zijn voor heel warm en/of heel koud eten en drinken. Andere verschijnselen zijn roodheid, het dikker worden van het mondslijmvlies (oedeem), brandend gevoel, bloedend tandvlees, kloofjes, witte plekjes, of een droge mond. Heeft u een of meerdere van deze symptomen, neem dan contact op met de verpleegkundige. Zij zal met u onder andere de volgende behandeling bespreken:

- U blijft uw gebit dagelijks verzorgen zoals hiervoor beschreven staat. Het spoelen van de mond mag zo nodig vaker, hier zit geen maximum aan.
- Ook 's nachts als u wakker bent, spoelt u de mond.
- Vermijd het gebruik van zure dranken, gekruid eten, hard ruw voedsel, hete dranken of heet voedsel.
- IJswater verkoelt en werkt pijnverzachtend. Kamille (-thee, Kamilloosan®) kan verzachtend werken bij kapotte slijmvliesen.
- Als u een gebitsprothese heeft draag deze zo weinig mogelijk totdat het mondslijmvlies weer hersteld is. De gebitsprothese bewaart u droog. Mogelijk bent u niet in staat om uw tanden te poetsen vanwege pijn of andere klachten. U kunt dan ter overbrugging van deze periode spoelen met chloorhexidine. Hiermee verwijdert u de tandplaque.
- U spoelt met 15 ml chloorhexidine 0,12%, 1 minuut lang. U doet dit steeds na het spoelen met water.
- In verband met de werkzaamheid van chloorhexidine 0,12%, mag u na het spoelen 30 minuten niets eten of drinken.
- Chloorhexidine kan een bruine verkleuring geven van de tanden en kiezen. Na het stoppen met de spoelingen verdwijnt deze verkleuring geleidelijk.

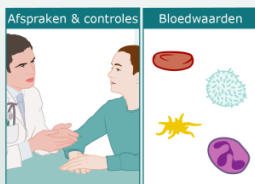
## **Bijlage: praatplaat chemotherapie**

# Voorlichting Chemotherapie

## Medicijnen



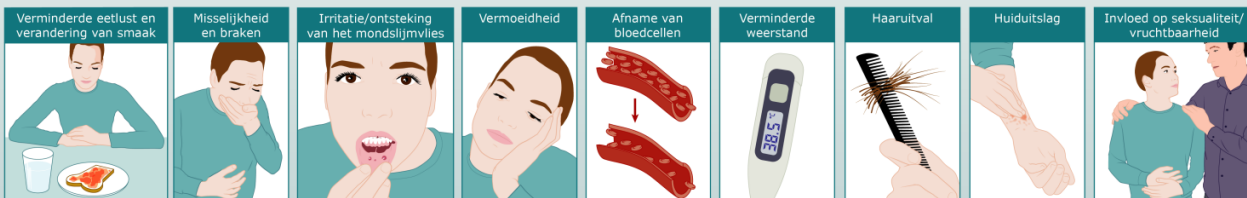
## Afspraken en controles



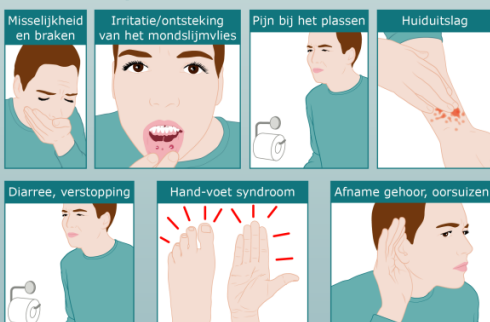
## Leefregels



## Bijwerkingen



## Neem overdag contact op tijdens telefonisch spreekuur



## Notities

Notities

---

---

---

---

---

---

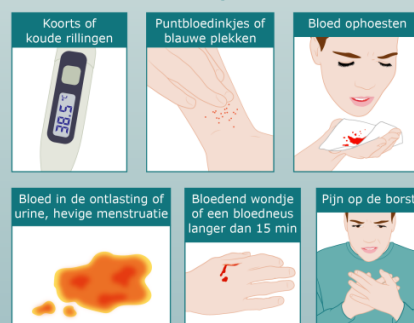
---

---

---

---

## Neem direct contact op



Dit is een uitgave van het Jeroen Bosch Ziekenhuis

mprove

Bekijk de pdf van de praatplaat chemotherapie

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/sites/default/files/documents/2020-12/ONC-321%2520praatplaat%2520chemotherapie.pdf>)(let op, copyright!)

## Wanneer moet u contact opnemen?

Wordt u behandeld met chemotherapie, immunotherapie en/of doelgerichte middelen, dan is het belangrijk dat u bij bepaalde klachten contact opneemt met het ziekenhuis.

Wanneer moet u contact opnemen? (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/wanneer-moet-u-contact-opnemen>)

## Betrokken afdelingen

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

Borstcentrum (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/borstcentrum>)

Hematologie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/hematologie>)

Alveeskliercentrum (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/alveeskliercentrum>)

## Meer informatie

Kanker (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/kanker>)

Kanker is een ingrijpende ziekte. Alles waar u mee te maken krijgt voor, tijdens of na de behandeling hebben we voor u verzameld op onze pagina 'kanker'.

Code ONC-205