



A - Chemotherapie

Centrum voor Oncologie

Chemotherapie

Wat is chemotherapie?

Chemotherapie is de behandeling van kanker met cytostatica. Dit zijn medicijnen die kankercellen doden of hun celdeling remmen. Daardoor kan de kanker genezen of kunnen tumoren kleiner worden. Chemotherapie is samen met een operatie en bestraling de meest gebruikte manier om kanker te behandelen.

De meeste kankercellen delen snel, chemotherapie werkt vooral in op cellen die snel delen. Via het bloed verspreidt de chemotherapie zich door uw lichaam en bereikt zo vrijwel overal de kankercellen. De gewone cellen herstellen meestal na de chemotherapie.

Welke vorm van chemotherapie krijgt u?

Afhankelijk van uw soort kanker en uw conditie krijgt u een of meer soorten cytostatica. Een combinatie van een of meer soorten cytostatica heet een chemokuur. Uw arts vertelt welke kuur u krijgt en hoelang de kuur duurt. Na de kuur volgt meestal een periode van rust. Afhankelijk van het type kanker krijgt u de cytostatica:

- via een infuus
- een injectie
- als tablet
- via het ruggenmerg

De medicijnen komen in het bloed terecht. Via het bloed gaan de medicijnen door het hele lichaam.

Welke bijwerkingen kunt u verwachten?

Chemotherapie grijpt niet alleen in op kankercellen, maar ook op gewone cellen. Dit is de reden dat chemotherapie vaak bijwerkingen geeft. Of u last krijgt van bijwerkingen verschilt van persoon tot persoon en is ook afhankelijk van het soort chemotherapie, dosering, schema kuur en uw conditie.

Daarnaast is het persoonlijk en niet te voorspellen hoe u op de chemotherapie reageert. Sommige mensen hebben veel last van bijwerkingen, anderen merken er minder van. De ernst van de bijwerkingen zegt meestal niets over het resultaat van de behandeling. Als u weinig last heeft van bijwerkingen, dan wil dat niet zeggen dat de chemotherapie niet goed werkt.

Veel voorkomende bijwerkingen zijn misselijkheid en braken, diarree, vermoeidheid, haarverlies en een tijdelijk tekort aan rode bloedcellen, witte bloedcellen en bloedplaatjes.

Tijdens het informatie gesprek over uw behandeling wordt er uitgebreid ingegaan op de bijwerkingen en wat u dan moet doen. U krijgt hier dan gerichte informatie over mee.

Bekijk voor meer informatie over behandelingen op de website www.kanker.nl

Algemene aandachtspunten tijdens chemotherapie

Maag- en darmklachten

Veel voorkomende bijwerkingen van chemotherapie zijn klachten van de maag en darmen. De slijmvliezen van uw maag en darmen bevatten veel snel delende cellen en chemotherapie werkt in op de cellen die snel delen. Klachten die kunnen ontstaan zijn verandering van smaak, brandend maagzuur, misselijkheid, braken, maar ook diarree of juist harde ontlasting.

Vaak krijgt u medicatie tegen misselijkheid welke u voor en na de chemotherapie in moet nemen.

Ook bij problemen met de ontlasting kunt u aanvullende medicatie krijgen. In het geval van diarree is het belangrijk om extra vocht te nemen in verband met het risico op uitdroging. Indien de ontlasting hard is kan gestart worden met laxerende middelen. Bij aanhoudende klachten is het goed om te overleggen met uw zorgverlener.

Vermoeidheid

Door de behandeling kunt u last krijgen van vermoeidheid. Dit kan gepaard gaan met een aanhoudend gevoel van uitputting en een verminderde behoefte tot het verrichten van lichamelijke of geestelijke activiteit. Het kan goed zijn om het enkele dagen na de chemotherapie rustiger aan te doen. Maar wilt u zich op den duur fitter voelen, dan is juist bewegen zoals wandelen en fietsen beter voor u. Dit houdt in dat u thuis zelf, in de eigen omgeving 4-6 x per week 30 minuten matig intensief beweegt en zo aan uw conditie werkt. Kies een vorm van bewegen die bij u past en die u prettig vindt. Conditie en kracht blijven beter op peil door te blijven bewegen en vermoeidheidsklachten kunnen minder worden.

Haaruitval

Door een behandeling voor kanker kunt u er anders uit gaan zien. Mogelijk vallen wimpers en wenkbrauwen uit. Uw haar kan dunner worden of valt uit. Uw haar gaat weer gewoon groeien als u de chemokuur achter de rug heeft en soms al tijdens de behandeling. Of uw haar uitvalt en of u in aanmerking komt voor hoofdhuidkoeling verschilt per chemotherapie. De zorgverlener bespreekt met u hoe groot of klein de kans is dat u uw haar zal verliezen.

Leveranciers van haarwerken

Als u uw haar verliest, kunt u eventueel kiezen voor een pruik (haarwerk). U kunt hiervoor terecht bij kappers die aangesloten zijn bij de SEMH of ANKO-haarwerken. Meer informatie over kappers die haarwerken maken, vindt u op www.semh.info/hoe-vind-u-een-goede-haarwerker/ en www.anko.nl/consumenten. Tevens kan het fijn zijn om een mutsje van ademend materiaal zonder naden aan te schaffen voor gebruik in de nacht.

Vergoeding

Voor meer informatie over de vergoeding van een haarwerk kun u contact opnemen met uw zorgverzekeraar. Voor de vergoeding heeft u een machtiging nodig van het ziekenhuis. U kunt hier om vragen bij de zorgverlener.

Hoofdhuidkoeling

Hoofdhuidkoeling kan op dit moment de enige effectieve methode zijn om haarverlies te voorkomen bij chemotherapie. Door het toepassen van hoofdhuidkoeling tijdens de chemotherapie kan haaruitval voorkomen of verminderd worden. Dit kan de kwaliteit van leven verbeteren.

Of de hoofdhuidkoeling bij u succesvol is, kunnen we vooraf niet voorspellen. Dit hangt bijvoorbeeld af van de soort chemotherapie die u krijgt. Van verschillende behandelingen zijn wel succespercentages bekend. U kunt uw zorgverlener hier om vragen.

Hoe werkt het?

De hoofdhuidkoeler is een kap die de oncologieverpleegkundige op uw hoofd plaatst als u de chemotherapie krijgt. Deze kap is met slangen verbonden aan een koelingsapparaat. De kap wordt gekoeld tot -5°C . Dit gebeurt door het rondstromen van koelvloeistof van de kap naar het apparaat. Uw hoofd kan niet bevriezen, maar de kap verlaagt de temperatuur van de hoofdhuid. Dit zorgt ervoor dat er minder bloed gaat naar de haarwortels, waardoor er ook minder cytostatica naar toe gaat. De chemotherapie kan de haarwortels dus minder goed bereiken. Daarnaast zorgt de kou ervoor dat de haarwortels minder toegankelijk gemaakt worden voor de schadelijke effecten van de chemotherapie. Meer informatie kunt u lezen op www.hoofdhuidkoeling.nl

Handen/nagels

Chemotherapie kan problemen van de nagels geven, zoals ingescheurde nagels, verkleuringen, bloedingen, ontstekingen, pijn van de nagels en het nagelbed. Ook kunnen er huidreacties ontstaan op de handen, zoals een rode uitslag die soms gepaard gaat met schilfering of verkleuring van de handen. Bij enkele soorten chemotherapie kunnen we hiervoor hand- en nagelkoeling aanbieden om de reacties te voorkomen of te verminderen. Dit gebeurt door middel van koelhandschoenen.

Verder is een goede hand- en nagelverzorging belangrijk om infecties te voorkomen. Enkele tips zijn:

- Houd de nagels kort door ze te vijlen. Vijl altijd in één richting om de nagel niet te beschadigen.
- Bescherm de nagels met een transparante nagelverharder.
- Bescherm de handen bij klusjes in huis, gebruik huishoudhandschoenen.
- Smeer de handen regelmatig in met een neutrale handcrème.
- Gebruik geen kunstnagels, overleg met uw casemanager wanneer u een bezoek aan de manicure wilt brengen.

Mondzorg

Van chemotherapie kunt u een droge pijnlijke mond krijgen. Goede mondhygiëne is belangrijk.

- Bezoek voor het starten met de behandeling de tandarts voor een goed gesaneerd gebit. Wanneer u tijdens de behandeling de tandarts bezoekt is het belangrijk om te melden dat u chemotherapie krijgt. Informeer ook altijd uw behandelend arts of casemanager indien er onverwachts een tandheelkundige ingreep nodig is.
- Verder is het advies om twee keer daags met een zachte tandenborstel en neutrale tandpasta de tanden te poetsen.
- Indien de mondslijmvliezen geïrriteerd zijn kunt u vier keer daags uw mond spoelen met een zoutoplossing (een mespuntje zout op een glas water) of met een kamillemondspoeling (Kamillosan). Als u een gebitsprothese heeft moet u deze uitdoen tijdens het spoelen.
- Heeft u last van een droge mond, zuig dan op ijsblokjes, waterijs, pepermunt of kauw op suikervrije kauwgom. Bij de poliklinische apotheek kunt u ook middelen kopen voor de verzorging en behandeling van de droge mond. Vraag daar om advies.
- Niet alleen de mond, maar ook de lippen verdienen aandacht. Het beste kunt u de lippen vier keer daags invetten met vaseline. Gebruik hiervoor bij voorkeur vaseline uit een kleine tube, die u alleen voor de lippenverzorging gebruikt en niet voor andere doeleinden.

Menstruatie

Dit wisselt van 'een keer overslaan' tot wegblijven en kan gepaard gaan met overgangsklachten; na het beëindigen van de behandeling kan de menstruatie terugkomen.

Huid

Behandelingen van kanker hebben vaak invloed op huid en slijmvliesen. De huid kan droog en/of schilferig worden.

Gebruik bij voorkeur geen geparfumeerde zeep tijdens het douchen of baden en gebruik bij voorkeur lauw water. Gebruik een niet geparfumeerde bodylotion of crèmes op waterbasis (hydraterend).

- Uw huid kan ook gevoeliger zijn dan normaal en sneller verbranden in de zon. Probeer felle zon te vermijden. Gebruik altijd een zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor (factor 50).

- Bij huidproblemen kunt u gebruik maken van het spreekuur van de huidtherapeut of een andere specialist in huidverzorging. Zie verder ook de folder "Look Good Feel Better"

Ogen

Door de behandeling heeft u kans op irritatie, roodheid, pijn en tranen van de ogen. Dit wordt veroorzaakt door irritatie van het hoornvlies of doordat de traanklieren onvoldoende traanvocht produceren waardoor de ogen droog worden. Tevens kunt u last krijgen van wazig zien. Dit gaat vanzelf over. Eventueel kan de arts oogdruppels voorschrijven.

Seksualiteit

Een behandeling met chemotherapie hoeft geen belemmering te zijn voor geslachtsgemeenschap. Wel zijn er algemene aandachtspunten. Door de behandeling kan bij vrouwen het slijmvlies van de vagina droger worden. Bij mannen komen in zeer kleine hoeveelheden de afvalstoffen van cytostatica in het sperma voor. In de risicovolle periode na chemotherapie is het advies een condoom te gebruiken.

Als gevolg van de behandeling kan het mogelijk zijn dat de behoefte aan seksueel contact afneemt. Factoren als vermoeidheid en zwakte kunnen hierbij een rol spelen. De behoefte aan intimiteit kan soms in deze periode juist toenemen. Aarzel niet om problemen op dit gebied te bespreken met uw zorgverlener.

Voorkomen van zwangerschap

Chemotherapie kan aangeboren afwijkingen veroorzaken bij het ongeboren kind. Het is daarom raadzaam voor zowel vrouwelijke als mannelijke patiënten tijdens en na de behandeling met chemotherapie een zwangerschap te voorkomen door anticonceptie te gebruiken. Bespreek de anticonceptie maatregelen en hoelang deze toegepast moeten worden 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.

Veilig omgaan met resten chemotherapie

De cytostatica die u krijgt toegediend 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, is afhankelijk 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. Toch vinden wij het belangrijk om u op een aantal zaken te wijzen.

Leefregels voor thuis

U kunt tijdens de chemotherapie gewoon sociaal contact hebben, ook met zwangere vrouwen, kraamvrouwen en/of baby's. U kunt anderen gewoon knuffelen of een zoen geven. Uw naasten kunnen dus veilig op bezoek komen.

Vertel zorgverleners die bij u thuis komen dat u chemotherapie krijgt.

De resten van de cytostatica verlaten het lichaam samen met de volgende zogenoemde uitscheidingsproducten:

- zweet
- urine
- ontlasting
- wondvocht
- sperma
- vaginale afscheiding
- braaksel

Wat kunt u zelf doen?

Urine en ontlasting:

- Spoel het toilet na het gebruik twee keer door 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 dag gereinigd worden met een pH-neutraal schoonmaakmiddel (geen chloor, maar bijvoorbeeld afwasmiddel of groene zeep).
- 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 met zeep.
- Gebuikt u een urinaal of toiletstoel? Sluit deze dan goed af en laat deze na gebruik meteen legen. Het is belangrijk dat u niet spettert.

Braaksel:

De maatregelen bij het omgaan met braaksel zijn hetzelfde als bij ontlasting en urine. Extra voorzichtigheid is geboden als u het cytostaticum als tablet, capsule of drank gebruikt. Als u cytostatica in tabletvorm gebruikt, blijft dit ongeveer 2 uur in de maag. Als u gedurende die 2 uur moet overgeven, zal uw braaksel een hoge concentratie cytostatica bevatten.

- Gebruik bij braken zoveel mogelijk wegwerpmateriaal, zoals papieren zakdoekjes, plastic of kartonnen bakjes.
- Reinig het niet-wegwerp materiaal eerst met veel koud stromend water en maak daarna huishoudelijk schoon.
- Was het door uitscheidingsproducten vies geworden linnengoed zo snel mogelijk eerst op een koud spoelprogramma. Daarna volgens gebruikelijk wasvoorschrift.
- Braaksel mag u weggooien in het toilet.
- Spoel het toilet na braken tweemaal door met gesloten deksel.
- Was de handen na het braken en/ of opruimen van het braaksel.

Afval:

Afvalmaterialen zoals incontinentiemateriaal, bakjes met braaksel of stomamateriaal kunt u verzamelen in een plastic zak die u na gebruik dichtknoopt om het risico op lekken te voorkomen. Deze kunt u vervolgens in een plastic vuilniszak doen en gewoon met het huisvuil weggooien.

Overig gebruikte materiaal:

Voor gebruik van bestek, serviesgoed en andere gebruiksartikelen hoeft u geen speciale maatregelen te nemen.

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.

Notities:

Locatie Enkhuizen

Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn

Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend

Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam

Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl



FLD-01964-NL 08-09-2022