



# Behandelwijzer oncologie

## Longgeneeskunde

### Uw afspraken

| Datum | Dag | Tijd | Specialist/specialisme, soort afspraak |
|-------|-----|------|--|
|       |     |      |  |
|       |     |      |  |
|       |     |      |  |
|       |     |      |  |
|       |     |      |  |
|       |     |      |  |
|       |     |      |  |
|       |     |      |  |
|       |     |      |  |
|       |     |      |  |

# Behandelwijzer oncologie longgeneeskunde

## Eigendom van:

Naam \_\_\_\_\_

Adres \_\_\_\_\_

Plaats \_\_\_\_\_

Telefoonnummer \_\_\_\_\_

N.B. Bij verlies wordt de vinder **dringend** contact op te nemen met de eigenaar van dit boekje.

## Inhoud

1. Waarom deze behandelwijzer
2. Team longoncologie
3. Bereikbaarheid
4. Wanneer uw specialist waarschuwen
5. Waar krijgt u de behandeling
6. Chemotherapie, immuuntherapie en doelgerichte therapie
7. Welke behandeling en hoe lang duurt deze
8. Bijwerkingen van de chemotherapie en doelgerichte therapie
  - Aanvullende informatie voor mensen met een stoma
9. Uitscheidingsproducten bij chemotherapie
10. Controle afspraak op de polikliniek
11. Informatie voor uw partner, familie of naasten
12. De rol van de huisarts
13. Aanvullende informatie
  - Aanvullende informatie in het Spaarne Gasthuis
  - Aanvullende informatie buiten het Spaarne Gasthuis
14. Alternatieve behandelwijzen of natuurgeneeswijzen
15. Pagina voor uw vragen en aantekeningen

## Waarom deze behandelwijzer

U heeft van uw specialist gehoord dat u met chemotherapie of immuuntherapie of een combinatie hiervan behandeld gaat worden. Of u krijgt een doelgerichte therapie. Chemotherapie wordt ook wel cytostatica genoemd. In deze behandelwijzer wordt gesproken over chemotherapie. Deze behandelwijzer is als extra informatie, naast de informatie die u van andere hulpverleners hebt gekregen.

## Informatie over de behandeling

Voordat de behandeling begint vertellen eerst de medisch specialist en daarna de verpleegkundig specialist/verpleegkundig consulent u over de behandeling. Omdat het om veel informatie gaat, is het niet eenvoudig om alles in 1 keer te onthouden. De informatie staat in dit boekje bij elkaar, zodat u thuis alles nog eens rustig kunt lezen. Ook is er een apart hoofdstuk voor uw partner, familielid of naasten.

## **Informatie voor artsen en verpleegkundigen**

De behandelwijzer is ook bedoeld als informatie aan hulpverleners met wie u te maken heeft, thuis en in het ziekenhuis. Tijdens de behandelperiode kan het voorkomen dat u behalve met de medisch specialisten en de verpleegkundigen in het ziekenhuis, ook contact heeft met de huisarts en de wijkverpleegkundige. Het is belangrijk dat ook zij bijvoorbeeld weten welke medicijnen u gebruikt of welke adviezen u krijgt.

## **Hoe gebruikt u de behandelwijzer**

U vult uw persoonlijke gegevens in.

De behandelwijzer is uw persoonlijk eigendom. U beslist wie u in het boekje laat schrijven of lezen. U kunt het boekje bij ieder bezoek aan het ziekenhuis, huisarts en andere hulpverleners meenemen en eventueel door hen laten lezen.

U kunt ook zelf aantekeningen maken en uw vragen opschrijven op de daarvoor bestemde bladzijde.

## **Team Longoncologie**

### **Longartsen:**

dhr. dr. M. Bard

mevr. Dr. J. Lind

dhr. dr. F.H. Krouwels

dhr. dr. D. Sniijders

mevr. dr. C. Weenink

### **Verpleegkundig specialist**

Linda Bouwman

### **Verpleegkundig consulent**

Cindy Hollander

De verpleegkundig specialist en consulent longoncologie zijn opgeleid om mensen met kanker te begeleiden. U kunt zowel poliklinisch, tijdens uw verblijf, als na de behandeling in het ziekenhuis contact met hen opnemen. In deze folder worden zij ook 'casemanager' genoemd. Zij geven u, samen met uw specialist en andere verpleegkundig specialisten, informatie en specialistische zorg.

### **Bereikbaarheid**

- **Oncologiecentrum Spaarne Gasthuis Hoofddorp** (023) 224 0065
- **Verpleegafdeling oncologie/hematologie** (023) 224 0443
- **Afdeling spoedeisende hulp** (023) 224 6880
- **Dagbehandeling oncologie** (023) 224 6330 / 224 5821
- **Spaarne Gasthuis Hoofddorp (algemeen nummer)** (023) 224 0000

### **Bereikbaarheid verpleegkundig specialist en consulent longoncologie**

- Verpleegkundig consulent longoncologie Cindy Hollander  
aanwezig op maandag, dinsdag, woensdag en donderdag ( 023) 224 0977
- Verpleegkundig specialist longoncologie Linda Bouwman  
aanwezig op woensdag, donderdag en vrijdag (023) 224 5815

Wanneer de verpleegkundige in gesprek is, kan zij niet altijd de telefoon opnemen. Belt u dan met het oncologiecentrum (023) 224 0065.

Wilt u terug gebeld worden? Dan wordt u op de bellijst van de verpleegkundig specialist of consulent gezet. Deze belt u dan later terug.

**Bij dringende klachten of vragen belt u:**

**Van maandag t/m vrijdag overdag**

**(023) 224 0977 / (023) 224 5815**

Van maandag tot en met vrijdag tussen 9.00 en 16.30 uur beantwoordt Cindy Hollander of Linda Bouwman uw vragen.

**In de avond, nacht of in het weekend**

**(023) 224 6880**

Dit is het telefoonnummer van de afdeling spoedeisende hulp.

Vertel altijd dat u behandeld wordt met chemotherapie, doelgerichte therapie, of immuuntherapie.

Uw casemanager is:

\_\_\_\_\_

Uw huisarts:

\_\_\_\_\_

Uw wijkverpleegkundige

\_\_\_\_\_

**Wanneer uw specialist waarschuwen?**

Telefoonnummers zie hoofdstuk 3

**Neem direct contact op met de oncologie verpleegkundige of de afdeling spoedeisende hulp bij:**

- Koorts van 38,5°C of hoger.
- Koude rilling.
- Langdurig een bloedneus (langer dan 30 minuten).
- Blauwe plekken, zonder dat u bent gevallen of u heeft gestoten.
- Aanhoudend bloeden van een wondje (langer dan 30 minuten).
- Bloed in de ontlasting of urine.

**Waarschuw uw casemanager ook bij:**

- Braken
- Diarree (waterdun)
- Obstipatie (verstopping)
- Huiduitslag
- Toenemende kortademigheid/hoesten
- Ernstige duizeligheid
- Toenemende pijn
- Plotselinge zwelling en /of pijn van arm of been

Twijfelt u of voelt u zich onzeker over bepaalde klachten? Neem dan contact op met uw casemanager of buiten kantooruren met de dienstdoende arts.

## Waar krijgt u de behandeling

U heeft de afspraak voor de behandelingen op de:

- Dagbehandeling oncologie (DBO), volg C3
- Verpleegafdeling oncologie, volg route D3

### **Dagbehandeling oncologie (DBO)**

Telefoonnummers: (023) 224 6330 / 224 5821

De DBO is van maandag tot en met vrijdag open van 8.30 – 18.00 uur.

- U komt bij ons op de dagbehandeling oncologie (DBO) voor een behandeling met chemo-, immuno- of een doelgerichte therapie. U heeft uitleg gekregen over de behandeling van oncoloog/hematoloog en de verpleegkundig specialist.
- De temperatuur op de DBO kan laag zijn. Neemt u daarom een vest of trui en sokken mee te nemen. Ook sloffen meenemen kan prettig zijn.
- Afhankelijk van hoelang de behandeling duurt bent u een aantal uren op de DBO. Verblijft u langer dan 3 uur op de DBO ? Dan krijgt u van ons een reductiekaart van € 7,50 voor het parkeren.
- Onze DBO heeft 24 relaxstoelen, die verspreid staan over een ruime behandelkamer.
- Bij binnenkomst meldt u zich aan de balie bij de secretaresse. Zij wijst u waar en bij welke verpleegkundige u de behandeling krijgt. U krijgt van de verpleegkundige een stoel toegewezen. U mag 1 of 2 personen meenemen. Zij kunnen bij u blijven, maar mogen ook wachten in de huiskamer van de afdeling.
- Op de afdeling is gratis WiFi aanwezig (SG-Hotspot). Het wachtwoord is Gasthuis.
- Op de DBO werken wij met een team gespecialiseerde oncologieverpleegkundigen. We proberen het zo te plannen dat de verpleegkundige die u bij de eerste kuur ziet, ook aanwezig is bij uw volgende kuren. U krijgt van de verpleegkundige alle uitleg die nodig is. Zij beantwoordt ook uw vragen.
- De hospitality-medewerker zorgt samen met een gastvrouw voor koffie en thee in de huiskamer en de behandelkamer. Patiënten krijgen een lunch. Voor bezoekers is er de mogelijkheid om tegen betaling een lunch te gebruiken in het restaurant. Het restaurant is in de huiskamer naast de DBO en geopend van 12.00 - 13.30 uur.

### **Verpleegafdeling Oncologie**

- U komt op de verpleegafdeling D3 oncologie / hematologie voor een behandeling met chemotherapie, immunotherapie, radiotherapie of een combinatie hiervan. U heeft uitleg gekregen over de behandeling van uw specialist en de verpleegkundig specialist of consulent.
- Op de dag van uw opname komt u om 11.00 uur naar de afdeling. Eerder komen heeft geen zin, uw kamer is dan nog niet klaar.
- Op de verpleegafdeling werken ongeveer 35 gespecialiseerd verpleegkundigen in wisseldienst. Tijdens uw verblijf krijgt u te maken met meerdere medewerkers die u verzorgen en helpen en uw vragen beantwoorden. Eventueel kunnen ook andere medewerkers betrokken worden bij uw behandeling. Denk hierbij aan een diëtist, fysiotherapeut, maatschappelijk werk, dienst geestelijke verzorging of palliatieve zorg (TOPZ).
- Elke dag is er overleg met de zaalarts, die weer in nauw contact staan met uw specialist. De zaalarts komt dagelijks bij u langs. Ook bij hen kunt u met uw vragen terecht.
- De hospitality medewerkers verzorgen de maaltijden, dranken en tussendoortjes. U kunt hen altijd vragen om een aanpassing in uw maaltijd en/of drinken.

- De verpleegafdeling heeft 1-, 2- en 4-persoonskamers. Op welke kamer u opgenomen wordt, hangt af van welke kamer beschikbaar is.
- Afhankelijk van de kuur verblijft u 1 of 2 nachten op de afdeling. Neem voldoende makkelijke kleding mee, die u ook 's nachts kunt aanhouden. Bijvoorbeeld pyjama, T-shirt, joggingbroek, pantoffels en slippers.
- Gebruikt u medicijnen, neem deze dan in de originele verpakking mee. Neem ook een actueel overzicht van uw medicijnen mee.
- U mag gewoon eten en drinken.
- Bezoektijden zijn de algemene bezoektijden van het Spaarne Gasthuis. In overleg met de verpleegkundige kan er van deze tijden worden afgeweken.
- Wilt u met uw bezoek uw kamer verlaten om bijvoorbeeld in een van de huiskamers op de derde etage te gaan zitten? Overleg dit dan eerst met uw verpleegkundige. Soms zitten er risico's aan uw behandeling, waardoor het verlaten van uw kamer niet gewenst is.
- Heeft u opmerkingen of klachten over uw verblijf bij ons op de afdeling? Vertel ons uw klachten. Want alleen zo kunnen wij onze service aan u verbeteren.

**Telefoonnummer verpleegafdeling oncologie/hematologie (023) 224 0443**

## **Chemotherapie, immuuntherapie en doelgerichte therapie**

### **Chemotherapie**

Chemotherapie is een behandeling die sneldelende cellen remt in de groei of doodmaakt. De medicijnen die hierbij gebruikt worden heten cytostatica. Een behandeling met chemotherapie bestaat uit een combinatie van verschillende middelen of uit slechts 1 middel. Soms wordt aan de chemotherapie ook een vorm van doelgerichte therapie toegevoegd.

#### *Waarom een behandeling met chemotherapie*

Chemotherapie kan gegeven worden met verschillende redenen:

- Als behandeling van de ziekte kanker, niet in combinatie met een andere vorm van behandeling.
- Als behandeling voordat u geopereerd wordt. Dit heet ook wel "neo-adjuvante behandeling". De chemotherapie maakt het kankergezwel kleiner, zodat de operatie technisch beter uit te voeren is en er minder gezond weefsel weggehaald hoeft te worden.
- Als aanvullende behandeling. Dit heet ook wel "adjuvante behandeling". U bent dan eerst geopereerd om de kanker te verwijderen. De eventuele achtergebleven kankercellen worden dan vernietigd met chemotherapie.
- Als levensverlengende behandeling. Dit heet ook wel "palliatieve behandeling". De ziekte is dan niet meer te genezen. De behandeling richt zich dan op het verlengen van het leven of het bestrijden van klachten die komen door de ziekte.

#### *Welke behandeling?*

Voor welke behandeling gekozen wordt hangt af van bijvoorbeeld het type kanker, het stadium van de ziekte, uw conditie of uw andere aandoeningen.

Uw oncoloog neemt deze beslissing, in overleg met andere artsen tijdens een gezamenlijk overleg. De landelijke bestaande richtlijnen worden hierin gevolgd. Het besluit over de behandeling wordt genomen in overleg met u.

#### *Hoe krijgt u de chemotherapie*

Chemotherapie kunt u op verschillende manieren krijgen. De meest gebruikte vorm is via een infuus (intraveneus) dus direct in het bloed. Soms bestaat chemotherapie ook in tabletvorm of in de vorm van een injectie onder de huid.

### *Welke bijwerkingen van de chemotherapie*

Door de behandeling met chemotherapie kunnen bijwerkingen optreden. Chemotherapie heeft invloed op alle snel delende cellen in het lichaam en maakt geen onderscheid tussen gezonde cellen en kankercellen. Daarom zijn de bijwerkingen in het hele lichaam merkbaar. Het is niet altijd te voorspellen of dit wel of niet bij u gebeurt. Het optreden van bijwerkingen en de mate waarin, zegt niets over het effect van de behandeling op de ziekte. Voor de start van de behandeling krijgt u informatie over de verwachte bijwerkingen van de chemotherapie. Lees meer over de bijwerkingen in hoofdstuk 8.

### **Doelgerichte therapie**

Doelgerichte therapie is een behandeling die erop gericht is om kankercellen te remmen in hun groei. Hiermee neemt ook de kans op uitzaaiingen af. Het werkt zeer gericht in op de kanker cel. Een ander woord voor doelgerichte therapie is targeted therapy. Doelgerichte therapie werkt op verschillende manieren, afhankelijk van het middel:

- Doden direct kankercellen.
- Maken kankercellen 'zichtbaar' voor het eigen afweersysteem. Hierdoor kan het eigen afweersysteem de kankercellen vernietigen.
- Verstoren de aanmaak van nieuwe bloedvaten rondom de kanker cel. De kanker cel krijgt geen voeding en zuurstof meer waardoor deze minder snel groeit of sterft.

### **Doelgerichte therapie bij de longoncologie, TKI (tyrosine kinase remmers)**

Op de celwand van de kanker cel bevinden zich eiwitten die de kanker cel aanzetten tot groeien. EGFR (epidermale Groei Factor Receptor) is een van deze eiwitten.

De TKI's kunnen zich binden aan deze eiwitten op de kanker cel, waardoor het eiwit geblokkeerd wordt en de tumorgroei en uitzaaiingen afnemen.

Niet iedereen komt in aanmerking voor deze behandeling, dit is afhankelijk van kenmerken van de kankercellen.

### *Bijwerkingen van doelgerichte therapie*

De eventuele bijwerkingen hangen af van het medicijn dat u krijgt. Of u bijwerkingen krijgt en de ernst van de bijwerkingen verschilt per persoon. Uw verpleegkundig specialist vertelt u meer over de specifieke bijwerkingen. Lees meer over bijwerkingen in hoofdstuk 8.

### **Immuuntherapie**

Immuuntherapie zorgt ervoor dat het eigen immuunsysteem de kankercellen gaat herkennen en kan opruimen. Sommige kankercellen bevatten een eigenschap die ervoor zorgt dat het immuunsysteem wordt afgeremd. Daardoor wordt de kanker cel niet herkend door het immuunsysteem. Immuuntherapie zorgt ervoor dat deze remmende eigenschap wordt verstoord. Het immuunsysteem kan de kanker dan wel herkennen en opruimen.

### *Bijwerkingen van immuuntherapie*

Immuuntherapie wordt over het algemeen goed verdragen, maar kent ook bijwerkingen.

De remmende eigenschap die op kankercellen kunnen zitten, is soms ook aanwezig op gezonde cellen in het lichaam. Het komt voor dat het immuunsysteem ineens gezonde cellen als vreemde cellen gaat herkennen en deze gaat opruimen.

## Welke behandeling en hoe lang duurt deze

|  |
|--|
| <input type="checkbox"/> <b>Pemetrexed</b><br>U krijgt een onderhoudsbehandeling met chemotherapie, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken. Eén chemokuur duurt 1 uur op de dagbehandeling oncologie.   |
| <input type="checkbox"/> <b>Cyclofosfamide/Etoposide/Doxorubicine</b><br>U krijgt 4 chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken. Eén chemokuur duurt 3 dagen. U wordt hiervoor opgenomen op de afdeling oncologie.<br>Op dag 1 krijgt u Cyclofosfamide, Etoposide en Doxorubicine<br>Op dag 2 krijgt u Etoposide<br>Op dag 3 krijgt u Etoposide  |
| <input type="checkbox"/> <b>Pemetrexed/Pembrolizumab</b><br>U krijgt een onderhoudsbehandeling met chemotherapie en immuuntherapie. Tussen de start van elke behandeling zit 3 weken.<br>Eén behandeling duurt 1 uur op de dagbehandeling oncologie.   |
| <input type="checkbox"/> <b>Carboplatin/Pemetrexed</b><br>U krijgt 4 chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken.<br>Eén chemokuur duurt een paar uur op de dagbehandeling oncologie.  |
| <input type="checkbox"/> <b>Carboplatin/Pemetrexed/Pembrolizumab</b><br>U krijgt 4 keer de behandeling met chemokuren in combinatie met immuuntherapie tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke behandeling zit 3 weken. Eén behandeling duurt een paar uur op de dagbehandeling oncologie.   |
| <input type="checkbox"/> <b>Carboplatin/Paclitaxel/Pembrolizumab</b><br>U krijgt 4 keer de behandeling met chemokuren in combinatie met immuuntherapie, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke behandeling zit 3 weken.<br>Eén behandeling duurt een paar uur op de dagbehandeling oncologie.   |
| <input type="checkbox"/> <b>Carboplatin/Etoposide</b><br>U krijgt 4 chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken.<br>Eén chemokuur duurt 3 dagen. U wordt hiervoor opgenomen op de afdeling oncologie.<br>Op dag 1 krijgt u Carboplatin en Etoposide<br>Op dag 2 krijgt u Etoposide<br>Op dag 3 krijgt u Etoposide<br>U kunt deze kuur ook op de dagbehandeling oncologie doen. U komt dan elke dag op een vast tijdstip naar de dagbehandeling oncologie. Na het inlopen van de chemokuur mag u weer naar huis toe. Eén chemokuur duurt een paar uur op de dagbehandeling oncologie. |
| <input type="checkbox"/> <b>Carboplatin/Gemcitabine</b><br>U krijgt 4 chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken. Eén chemokuur bestaat uit 2 delen: dag 1 en dag 8. Elke behandeling duurt een paar uur op de dagbehandeling oncologie.<br>Op dag 1 krijgt u Carboplatin en Gemcitabine<br>Op dag 8 krijgt u Gemcitabine   |



|   |
|---|
| <input type="checkbox"/> <b>Cisplatin/Pemetrexed</b><br>U krijgt 4 chemokuren tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken.<br>Eén chemokuur duurt 2 dagen. U wordt hiervoor 1 nacht opgenomen op de afdeling oncologie. Tijdens de opname wordt naast het geven van de chemokuur veel gespoeld met infuusvloeistof. Dit duurt lang. Spoelen is nodig omdat Cisplatin de nieren kan beschadigen. Op dag 1 krijgt u Cisplatin en Pemetrexed   |
| <input type="checkbox"/> <b>Cisplatin/Etoposide</b><br>U krijgt 4 chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken.<br>1 chemokuur duurt 3 dagen. U wordt hiervoor 2 nachten opgenomen op de afdeling oncologie .<br>Tijdens de eerste dag wordt naast het geven van de chemokuur veel gespoeld met infuusvloeistof. Dit duurt lang. Het spoelen is nodig omdat Cisplatin de nieren kan beschadigen.<br>Op dag 1 krijgt u Cisplatin en Etoposide<br>Op dag 2 krijgt u Etoposide<br>Op dag 3 krijgt u Etoposide                 |
| <input type="checkbox"/> <b>Cisplatin/Gemcitabine</b><br>U krijgt 4 chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken.<br>Eén chemokuur bestaat uit 2 delen: dag 1 en dag 8.<br>Op dag 1 krijgt u Cisplatin en Gemcitabine. U wordt hiervoor 1 nacht opgenomen op de afdeling oncologie. Tijdens dag 1 wordt naast het geven van de chemokuur veel gespoeld met infuusvloeistof. Het spoelen duurt lang en is nodig omdat Cisplatin de nieren kan beschadigen.<br>Op dag 8 krijgt u Gemcitabine op de dagbehandeling oncologie. |
| <input type="checkbox"/> <b>Carboplatin/paclitaxel</b><br>U krijgt 4 chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken. Elke behandeling duurt een paar uur op de dagbehandeling oncologie.   |
| <input type="checkbox"/> <b>Erlotinib</b><br>U neemt dagelijks de voorgeschreven dosering in. U mag 2 uur van tevoren niet eten. U mag 1 uur na inname weer eten.   |
| <input type="checkbox"/> <b>Afatinib</b><br>U neemt dagelijks de voorgeschreven dosering in. U mag 3 uur van tevoren niet eten. U mag 1 uur na inname weer eten.  |
| <input type="checkbox"/> <b>Osimertinib</b><br>U neemt dagelijks de voorgeschreven dosering in.   |
| <input type="checkbox"/> <b>Nivolumab</b><br>U krijgt elke 2 weken behandeling met immunotherapie op de dagbehandeling.<br>De behandeling duurt ongeveer 2 uur.   |
| <input type="checkbox"/> <b>Pembolizumab</b><br>U krijgt elke 3 weken/elke 6 weken behandeling met immunotherapie op de dagbehandeling. De behandeling duurt ongeveer 1 uur.  |
| <input type="checkbox"/> <b>Paclitaxel</b><br>U krijgt 4 chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken. Eén chemokuur duurt een paar uur op de dagbehandeling oncologie.  |

|   |
|---|
| <input type="checkbox"/> <b>Docetaxel</b><br>U krijgt 4 chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken.<br>Eén chemokuur duurt een paar uur op de dagbehandeling oncologie.  |
| <input type="checkbox"/> <b>Cisplatin in combinatie met bestraling</b><br>U krijgt 5 weken lang, 5 dagen per week chemotherapie (Cisplatin) en bestraling. De bestraling krijgt u binnen 2 uur na de chemotherapie.<br>Als de longarts deze behandeling met u afspreekt, meldt de longarts u aan voor de bestraling bij het AVL.<br>U krijgt een afspraak met de verpleegkundig consulent longoncologie. Zij geeft u uitleg over de chemotherapie en de zogenaamde PICC-lijn, die u krijgt.<br>U krijgt van het AVL, locatie Amsterdam, een afspraak voor een intakegesprek en een CT-scan. U krijgt dan ook uitleg over de bestraling.<br>U start zo snel mogelijk met de behandeling. |
| <input type="checkbox"/> <b>Topotecan</b><br>U krijgt elke 3 weken een behandeling van 5 dagen.<br>U neemt de voorgeschreven dosering in met/zonder eten of drinken, bij voorkeur in de ochtend.  |
| <input type="checkbox"/> <b>Cisplatin/Doxorubicine/Cyclofosfamide</b><br>U krijgt meerdere chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken.<br>Eén chemokuur duurt 2 dagen. U wordt hiervoor 1 nacht opgenomen op de afdeling oncologie.<br>Tijdens de opname wordt naast het geven van de chemokuur veel gespoeld met infuusvloeistof. Dit duurt lang. Spoelen is nodig omdat Cisplatin de nieren kan beschadigen.<br>Op dag 1 krijgt u Cisplatin, Doxorubicine en Cyclofosfamide  |
| <input type="checkbox"/> <b>Cyclofosfamide</b><br>U krijgt meerdere chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemotherapie zit 4 weken.<br>Eén chemokuur duurt ongeveer 1 uur op de dagbehandeling oncologie.  |
| <input type="checkbox"/> <b>Durvalumab</b><br>U krijgt elke 2 weken/elke 4 weken behandeling met immunotherapie op de dagbehandeling oncologie. De behandeling duurt ongeveer 1 uur.  |
| <input type="checkbox"/> <b>Gemcitabine</b><br>U krijgt meerdere chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken.<br>Eén chemokuur bestaat uit 2 delen: dag 1 en dag 8. Elke behandeling duurt een paar uur op de dagbehandeling oncologie.<br>op dag 1 krijgt u Gemcitabine<br>op dag 8 krijgt u Gemcitabine   |
| <input type="checkbox"/> <b>Gemcitabine</b><br>U krijgt meerdere chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 4 weken.<br>Eén chemokuur bestaat uit 3 delen: dag 1, dag 8 en dag 15. Elke behandeling duurt een paar uur op de dagbehandeling oncologie.<br>op dag 1 krijgt u Gemcitabine<br>op dag 8 krijgt u Gemcitabine<br>Op dag 15 krijgt u Gemcitabine   |

**Cisplatin/Pemetrexed/Pembrolizumab**

U krijgt 4 chemokuren, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Tussen de start van elke chemokuur zit 3 weken.

Eén chemokuur duurt 2 dagen. U wordt hiervoor 1 nacht opgenomen op de afdeling oncologie.

Naast het geven van chemotherapie wordt veel gespoeld met infuusvloeistof. Dit duurt lang. Het spoelen is nodig omdat Cisplatin de nieren kan beschadigen. Op dag 1 krijgt u Cisplatin, Pemetrexed en Pembrolizumab.

## Bijwerkingen van de chemotherapie en doelgerichte therapie

### 1. Misselijkheid en/of braken

Sommige chemotherapie en doelgerichte therapie kunnen misselijkheid veroorzaken. Deze klachten kunnen variëren van lichte misselijkheid tot braken. De misselijkheid duurt meestal 3 tot 5 dagen na het krijgen van de chemotherapie of doelgerichte therapie.

U krijgt van uw medisch specialist of verpleegkundig specialist een recept voor medicijnen tegen de misselijkheid mee. Het is belangrijk dat u deze medicijnen volgens voorschrift inneemt. Met medicijnen is misselijk goed te voorkomen of te behandelen. Blijft u last houden van misselijkheid? Vertel dit dan, zodat u aanvullende medicijnen kunt krijgen.

- U krijgt zo nodig van uw longarts, verpleegkundig specialist of verpleegkundig consulent een recept mee voor medicijnen tegen de misselijkheid. Het is belangrijk dat u deze medicijnen volgens voorschrift inneemt.
- U krijgt van uw longarts of verpleegkundig consulent een recept mee voor Metoclopramide. Deze tabletten kunt u zo nodig tot 3 tot 4 keer per dag innemen als u klachten krijgt.

### Adviezen bij misselijkheid:

- Blijf goed drinken: in totaal 1,5 tot 2 liter per dag. Dit zijn 10 tot 15 kopjes vocht. De afvalstoffen van de behandeling gaan hierdoor uit uw lichaam. Te weinig drinken kan het misselijk gevoel vergroten. Te weinig drinken geeft ook een vieze smaak in de mond.
- Neem op tijd uw medicijnen in. Wacht niet tot u misselijk wordt.
- Eet kleine hoeveelheden licht verteerbaar voedsel verdeeld over de dag. Een lege maag kan namelijk ook een misselijk gevoel geven.
- Heeft u geen trek in een warme maaltijd, vervang deze dan voor iets wat wel gaat. Bijvoorbeeld een koude maaltijdsalade. Deze smaakt vaak beter en is even gezond.
- Dwing uzelf niet tot eten. U kunt vaak op andere momenten weer gemakkelijker eten.
- Eet op tijdstippen waarop u minder misselijk bent, zelfs 's nachts als u wakker bent.
- Vermijd geuren die tegenstaan (dat kan ook een parfum zijn). Vraag iemand anders te koken. Zorg ook voor frisse lucht in de kamer.
- Koolzuurhoudende dranken zoals cola of ginger ale kunnen soms helpen de klachten te verminderen.
- Gekoelde dranken kunnen het gevoel van misselijkheid verminderen.
- Drink koffie en thee liever met melk (is milder).

### Adviezen bij braken:

- Als u heeft overgegeven, laat de maag dan weer langzaam wennen aan vast voedsel. Eet dan bijvoorbeeld eerst biscuitjes of een rijstwafel.
- Eet iets lichts zoals een cracker of een kaakje of neem eerst iets warm te drinken zoals thee.
- Neem reeds ingenomen medicijnen niet opnieuw in.

### **Wanneer contact opnemen:**

- Als u langer dan 24 uur braakt.
- Als u onvoldoende kunt drinken (minder dan 500 ml vocht per dag).
- Als u minder gaat plassen en/of de urine donkerder wordt.
- Als u langer dan 4 dagen zo veel misselijkheidklachten heeft dat u nauwelijks kunt eten.
- Als u langer dan vijf dagen misselijk bent.

## **2. Voeding**

- De behandeling kan veel van uw lichaam vragen. Tijdens de behandeling kunt u meer energie verbruiken dan normaal. Ook het hebben van kanker kan ervoor zorgen dat u meer energie verbruikt dan u gewend bent. Tot slot kan het zijn dat u minder trek heeft. Het is belangrijk dat u ervoor zorgt dat uw lichaam zo goed mogelijk gevoed blijft.
- Tijdens de behandeling mag u in principe alles eten wat u kunt verdragen. Wel wordt tijdens de behandeling met chemo het eten van grapefruit, pomelo, ugli, mineola, tangelo en de zure sinaasappel (Sevilla) afgeraden. Ook het drinken van sap van deze vruchten.
- Bij sommige chemotherapieën wordt afgeraden om vette vis of visolie te gebruiken. Ons advies is om bij enkele middelen vanaf 24 uur voor tot 24 uur na toediening geen vette vis of visolie te gebruiken.
- Voor vragen over voeding bij kanker en de behandeling adviseren wij de website van [voedingenkankerinfo.nl](http://voedingenkankerinfo.nl) te raadplegen.

### **Wegen**

Wilt u uw gewicht controleren, dan is 1 keer per week wegen voldoende. Valt u af, vertel dit dan aan de medisch specialist of aan de casemanager.

### **Vitaminen en voedingssupplementen**

Gevarieerde voeding levert voldoende vitamines en mineralen. Aanvulling door het innemen van een extra vitaminepillen is dan niet nodig.

Als u langere tijd door ziekte of behandeling onvoldoende vitamines binnen krijgt kunt u een multivitaminen gebruiken. Gebruik een multivitaminen waar per vitamine tot 100% van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH) in zit. Het innemen van vitamines boven deze dosering wordt afgeraden. Het is niet duidelijk of deze overdosering een negatief effect heeft op uw behandeling. Vertel uw medisch specialist of verpleegkundig specialist of u vitamines, voedingssupplementen of homeopathische geneesmiddelen gebruikt of wilt gebruiken. Op [www.voedingenkankerinfo.nl/](http://www.voedingenkankerinfo.nl/) leest u welke vitamines, voedingssupplementen of homeopathische geneesmiddelen u veilig kunt gebruiken bij de behandeling.

### **Dieet**

Misschien heeft u ergens gelezen of gehoord dat het volgen van een dieet of het aanhouden van bepaalde voedingsgewoontes kanker kan genezen of stoppen. Helaas is dit niet het geval. Wetenschappelijk onderzoek heeft tot nu toe niet aangetoond dat het volgen van een dieet of aanpassen van voedingsgewoontes een gunstige invloed heeft op kanker. Overleg met uw medisch specialist of casemanager als u een aangepast dieet wil volgen.

### **Verlies van gewicht**

Blijft u afvallen, ondanks voedingsadviezen? Dan kan het nodig zijn dat u voeding met extra eiwit krijgt. Deze voeding bevat een grote hoeveelheid bouwstoffen zoals eiwitten, koolhydraten, mineralen en vitamines. Eiwit verrijkte voeding wordt voorgeschreven door de

diëtiste van het ziekenhuis na verwijzing. De diëtiste kijkt naar uw voedingspatroon en geeft adviezen over de aanpassing hiervan.

#### **Adviezen:**

- Neem tussendoortjes zoals een plak ontbijtkoek een schaaltje vla of een stukje worst.
- Vervang halfvolle producten voor volle producten zoals volle melk en volle kaas.
- Gebruik suiker in plaats van zoetstoffen.

#### **Smaakverandering/verlies**

Door de behandeling kan uw smaak veranderen, zodat eten minder lekker wordt. Sommige mensen ervaren een metaalsmaak of proeven tijdelijk minder. Soms heeft u geen trek meer in specifieke voedingsmiddelen zoals vlees of koffie.

#### **Adviezen:**

- De verandering van uw smaak kan per dag sterk wisselen. Voedingsmiddelen die gisteren niet smaakten kunnen vandaag beter smaken en omgekeerd! Blijf daarom alle voedingsmiddelen uitproberen.
- Breng afwisseling aan in de verschillende smaken. Wissel zoete, zoute, zure en bittere voedingsmiddelen met elkaar af.
- Om het smaakverlies te compenseren kunt u eten extra kruiden.
- Als u weinig proeft, is het extra belangrijk dat het eten er aantrekkelijk uitziet.
- Heeft u last van gasvorming in de darmen, eet dan geen kool, ui of prei.

Op de website [www.voedingenkankerinfo.nl](http://www.voedingenkankerinfo.nl) en in de folder Voeding bij kanker van KWF Kankerbestrijding vindt u tips voor een gezonde voeding en lekker eten tijdens de behandeling. Vraag deze folder aan de medisch specialist of de verpleegkundig consulent. In hoofdstuk 11 vindt u informatie over de diëtist.

De website [www.beleefjesmaak.nl](http://www.beleefjesmaak.nl) is opgericht door artsen en patiënten, hierop vindt u enkele tips over omgang met smaakverandering en recepten.

### **3. Slikklachten**

Als bij de bestraling van de longen een deel van uw slokdarm in het te bestralen gebied ligt? Dan kunt u pijn krijgen bij het slikken of wordt het passeren van het eten in de slokdarm pijnlijk. Krijgt u deze klachten, dan wordt er een afspraak gemaakt met de diëtist.

#### **Adviezen:**

- Neem contact op met de casemanager als u slikklachten krijgt.
- Probeer uw mond vochtig te houden door regelmatig slokjes water te drinken.
- Neem rustig de tijd voor iedere maaltijd. Kauw het voedsel goed en drink tijdens de maaltijd.

### **4. Vermoeidheid en minder energie**

De behandeling met chemotherapie en/of doelgerichte therapie kan klachten van vermoeidheid geven. Tijdens de behandeling kan het moe zijn wisselend aanwezig zijn. Het is belangrijk dat u evenwicht vindt tussen activiteiten en rust. In beweging blijven is belangrijk, ook al bent u moe.

#### **Adviezen voor bewegen**

Uit onderzoek blijkt dat behoud van conditie bijdraagt aan een sneller herstel. Regelmatig bewegen of sporten maakt de kans op blijvende klachten van vermoeidheid kleiner. Minimaal 3 keer per week 30 minuten bewegen zorgt ervoor dat uw conditie goed blijft.

Denk hierbij aan fietsen, wandelen of sporten.

Er is een mogelijkheid tot sporten onder begeleiding van een fysiotherapeut.

Informeer vooraf bij uw zorgverzekeraar of fysiotherapeut of een verwijzing nodig is.

### **Omgaan met vermoeidheid**

Er zijn een aantal adviezen die kunnen helpen bij het omgaan met vermoeidheid:

- Vaak heeft u tijdens de behandeling minder energie. U raakt sneller vermoeid. Houd hier rekening mee in uw dagelijks leven. Neem voldoende tijd om te rusten, bijvoorbeeld elke middag een uurtje.
- Verdeel uw activiteiten over de dag, stel uw eigen prioriteiten
- Blijf tijdens de behandeling wel actief. Beweeg minstens 30 minuten per dag, 5x per week. U merkt dan dat:
  - u minder vermoeid bent
  - uw eetlust verbetert
  - u beter slaapt
  - u minder bijwerkingen van de behandeling heeft
- U kunt ook een dagboek bijhouden, zodat u inzicht krijgt wat u doet en welk effect dit heeft op uw vermoeidheid.
- Vraag zo nodig hulp van familie of vrienden.
- Met ontspanningsoefeningen (mindfulness) leert u omgaan met stress en vermoeidheid

### **Revalidatie en herstel tijdens of na de behandeling**

Om te voorkomen dat u lange tijd of blijvend last houdt van vermoeidheid zijn er verschillende revalidatieprogramma's. Deze zijn in groepsverband of individueel. Neem contact op met uw zorgverzekering over de vergoeding hiervan.

### **Voorbeelden van revalidatieprogramma's:**

- E-learning vermoeidheid: [www.mindermoebijkanker.nl](http://www.mindermoebijkanker.nl)
- Via een fysiotherapeut in uw omgeving. U heeft geen verwijzing nodig voor een fysiotherapeut. Wilt u hiervoor wel een verwijzing, dan kunt u hierom vragen. Voor adressen bij u in de buurt, kijkt u op: [www.onconet.nu](http://www.onconet.nu) of [www.oncologiekennemerland.nl](http://www.oncologiekennemerland.nl). Of vraag aan uw casemanager.
- Vraag bij uw zorgverzekering hoeveel fysiotherapie in uw situatie vergoed wordt.
- Oncologische revalidatie wordt als programma aangeboden in het Spaarne Gasthuis. Bij revalideren in het Spaarne Gasthuis zijn altijd meerdere behandelaars betrokken (multidisciplinair). U heeft hiervoor een verwijzing nodig van uw medisch specialist, casemanager.

## **5. Mondverzorging**

Tijdens de behandeling met chemotherapie of doelgerichte therapie kunnen mondproblemen ontstaan. Denk hierbij aan een droge mond, een vieze smaak in de mond en mucositis (ontsteking van het slijmvlies van de mond). Een goede verzorging van de mond is belangrijk bij het voorkomen van mondproblemen.

### **Mondverzorging algemeen – bij eigen gebit**

Het is belangrijk dat u de mond goed schoonhoudt tijdens de behandeling.

- Poets de tanden 2 tot 4 keer per dag met een zachte, schone (elektrische) tandenborstel en een milde tandpasta met fluoride.
- Maak na het tandpoetsen de tandenborstel goed schoon.
- Spoel minimaal 4 keer per dag de mond met water gedurende 1 minuut.
- U kunt eventueel uw mond spoelen met kamillosan. Dit is te koop bij de drogist.

- Gebruik geen mondspoelmiddelen van de drogist. Deze drogen de slijmvliezen in de mond uit.
- Reiniging tussen de tanden doet u alleen als u dit al gewend was om doen. Doe het voorzichtig en voorkom dat het tandvlees gaat bloeden.

### **Mondzorg algemeen – bij mondprothese**

- Reinig 2 tot 4 keer per dag uw prothese met een milde zeepoplossing.
- Spoel uw prothese goed af onder de kraan na reinigen.
- Spoel de mond minimaal 4 keer per dag met water gedurende 1 minuut.
- Zorg voor een goed passende prothese.
- Laat de prothese 's nachts uit.

### **Bezoek aan de tandarts**

Het is verstandig om voor de start van de behandeling de tandarts uw gebit te laten controleren. Eventuele ingrepen kunnen dan nog voor de start van de behandeling gedaan worden. Vertel uw tandarts dat u chemotherapie krijgt. U mag tijdens de behandeling naar de tandarts voor controle. Moeten er ingrepen tijdens de behandeling worden gedaan, zoals bijvoorbeeld het trekken van een kies? Overleg dan eerst met uw medisch specialist of met de verpleegkundig consulent.

### **Mondproblemen – mucositis**

Mucositis is een ontsteking van het mondslijmvlies. De klachten die hierbij horen zijn:

- Pijn in de mond.
- Een rood/schraal mondslijmvlies.
- Witte puntjes (afters) op het mondslijmvlies.

#### **Adviezen:**

- Blijf de mond goed schoonhouden door 6 tot 8 keer per dag de mond te spoelen met water. U kunt ook overgaan op kamillethee of kamillosan. Dit kan een verzachtend effect hebben.
- Neem contact op met het ziekenhuis als de pijn aanhoudt, de ontsteking uitbreidt en/of als er blaasjes in de mond ontstaan.
- IJswater of ijsschaafsel kan de pijn verzachten (behalve bij chemotherapie genaamd oxaliplatin).

### **Mondproblemen – vieze smaak**

Door de chemotherapie kan uw smaak veranderen. U kunt bijvoorbeeld een metaalsmaak merken of juist minder proeven.

#### **Adviezen:**

- Drink voldoende (1,5 tot 2 liter per dag). Hiermee voorkomt u uitdroging.
- Probeer verschillende voedingsmiddelen uit.
- Zorg voor een goede mondverzorging.

### **Mondproblemen – droge mond**

Door de behandeling kunt u last krijgen van een droge mond.

#### **Adviezen:**

- Blijf de mond goed spoelen .
- Blijf eten goed kauwen

- Kies voedingsmiddelen met een fris-zure smaak (augurk, komkommer, appel, zilveruitjes, tomaat)
- Wees ruim met jus en sauzen
- Kies zachte smeùige voeding
- Niet roken
- Neem (suikervrije) kauwgom, (suikervrije)snoepjes (zuurtjes), die de speekselaanmaak stimuleren.
- Vermijd koffie en thee producten en suikerhoudende producten.
- Er zijn diverse middelen te koop voor een droge mond, zoals biotene® mondgel of mondspray of saliva orthana®. Deze verminderen het gevoel van de droge mond tijdelijk.
- Bij droge lippen: smeer deze viermaal per dag dun in met vaseline uit een tube. U krijgt dan minder snel last van kloofjes.

## 6. Dunner wordend haar

Door de behandeling die u krijgt, kan uw haar dunner worden of kan het haar voor een deel uitvallen. Van sommige chemokuren valt het haar helemaal uit tijdens de behandeling. Naast uw hoofdhaar kunnen ook uw wimpers, wenkbrauwen en andere lichaamsbehaarung uitvallen. Als dit bij u het geval is, dan bespreekt de medisch specialist of de verpleegkundig specialist dit met u.

### Adviezen bij dunner wordend haar of uitvallend haar:

- Verzorg het haar voorzichtig. Was het met lauw water. Gebruik een milde shampoo en een crèmespoeling. Droog het haar voorzichtig.
- Neem geen permanent en verf het haar niet tijdens de chemokuur.
- Vaak is tegen haaruitval niets te doen. Veel mensen vinden het prettiger het haar kort te laten knippen voor het gaat uitvallen. Bij snel uitvallend haar kan de hoofdhuid gevoelig en/of pijnlijk zijn.
- Voor de start van de behandeling bespreekt uw specialist of de verpleegkundige met u of een pruik nodig is. Op [www.anko.nl](http://www.anko.nl) vindt u adressen waar u pruiken kunt kopen. Eventueel heeft de verpleegkundig specialist ook adressen. U krijgt een machtiging zodat (een deel van) de kosten van de pruik terug krijgt van uw verzekering. Zie ook de websites hieronder.
- Maak op tijd, voor het haar gaat uitvallen, een vrijblijvende afspraak bij een haarwerk bedrijf die de pruik maakt. Zo kan hij zien hoe uw eigen haar eruit ziet.
- Uw haar gaat weer gewoon groeien als de chemotherapie klaar is. Soms groeit het haar al tijdens de behandeling.

### Websites:

- [www.anko.nl/consumenten/zoek-een-erkend-haarwerker](http://www.anko.nl/consumenten/zoek-een-erkend-haarwerker)  
Op deze website van de Algemene Nederlandse Kappers Organisatie (ANKO) vindt u adressen van erkende haarwerk bedrijven:
- [www.hoofdzakengids.nl](http://www.hoofdzakengids.nl)

## 7. Verandering van het ontlastingspatroon

De behandeling met chemotherapie kan leiden tot een verandering van het ontlastingspatroon. Dit kan zowel leiden tot diarree als tot verstopping.



## **Diarree**

Diarree is waterdunne ontlasting die vaker dan viermaal per dag optreedt. De opname van vocht en voedingsstoffen is dan verstoord. Diarree wordt tijdens de behandeling met chemotherapie veroorzaakt door irritatie of beschadiging van het darmslijmvlies en niet door uw voeding. Soms gaat de diarree ook gepaard met darmkrampen of buikpijn.

### **Adviezen:**

- Drink voldoende vocht: meer dan 2 liter per dag.
- Neem bouillon of groentesappen om voldoende zouten binnen te krijgen.
- Gebruik een gevarieerde voeding met voldoende vezels.
- Vermijd voeding met veel vet, veel kruiden en zoetstoffen.
- Eet vaker per dag een kleine maaltijd, zonder gasvormers als kool, ui en prei.
- Neem contact op als:
  - de diarree langer dan 24 uur aanhoudt
  - u ook braakt
  - koorts heeft
  - bloed verliest bij de stoelgang

## **Verstopping**

Verstopping is een vertraagde of moeizaam verlopende stoelgang. Dit kan gepaard gaan met darmkrampen, een opgezette buik en/of harde ontlasting.

### **Adviezen:**

- Blijf voldoende (1,5 tot 2 liter) drinken.
- Gebruik voldoende vezels in uw voeding. Vezelrijke voeding: volkoren producten, zilvervliesrijst, peulvruchten, fruit met schil.
- Zorg voor extra beweging.
- Neem magnesiumhydroxide of macrogol volgens voorschrift bij verstopping. Wacht niet te lang met starten met deze medicatie. Houd tijdens een volgende chemokuur rekening met de mate waarin u een voorgaande keer last hebt gehad van verstopping.
- Neem contact op indien u langer dan twee dagen geen ontlasting heeft gehad.

## **8. Invloed op de werking van het beenmerg**

Het beenmerg is belangrijk voor de aanmaak van bloedcellen. Door de behandeling kan er remming van de aanmaak van nieuwe bloedcellen optreden. Om de werking van de chemotherapie op uw beenmerg te volgen wordt voor elke kuur uw bloed gecontroleerd. Als de bloedgetallen te laag zijn, heeft dit gevolgen voor de behandeling.

### **Anemie (bloedarmoede)**

Dit is een vermindering van het aantal rode bloedcellen (erythrocyten). U kunt hier zelf niets aan doen, ook niet door uw voeding aan te passen. Ook ijzertabletten zijn niet zinvol.

De verschijnselen van bloedarmoede kunnen zijn:

- bleek zien
- duizeligheid
- hartkloppingen
- kortademigheid na inspanning
- koude handen/voeten
- vermoeidheid
- oorsuizen

**Adviezen:**

- Heeft u last van deze klachten, vertel dit dan aan de casemanager.
- Afhankelijk van de ernst van de klachten wordt er wel of geen bloedonderzoek gedaan. U kunt eventueel een bloedtransfusie krijgen als het bloedgehalte te laag is.

**Leukopenie**

Dit is een vermindering van het aantal witte bloedlichaampjes (leukocyten). De witte bloedlichaampjes zijn onderdeel van de afweer tegen (bacteriële/virale) infecties. Het aantal witte bloedlichaampjes daalt na een behandeling met chemotherapie. In de periode van de 10<sup>e</sup> tot 15<sup>e</sup> dag na de chemotherapie zijn de witte bloedlichaampjes op het laagste punt. Dit wordt de dip genoemd. U merkt hier vaak niets van. Maar u bent in deze periode vatbaarder voor infecties. U kunt zelf niets doen om de daling van witte bloedlichaampjes tegen te gaan.

Bij de volgende klachten dient u contact op te nemen met het ziekenhuis:

- koorts boven de 38.5 graden
- (koude) rillingen
- ziek voelen, zonder meetbare koorts

**Adviezen:**

- Zorg voor een thermometer die goed werkt.
- Heeft u koorts, neem dan direct contact op.

**Trombopenie**

Dit is een vermindering van het aantal bloedplaatjes. De bloedplaatjes spelen een rol bij de bloedstolling. Door de chemotherapie kunnen de bloedplaatjes in aantal naar beneden gaan. U merkt hier pas iets van als het aantal zeer laag is. Klachten bij een te laag aantal bloedplaatjes:

- Wondjes blijven lang bloeden (meer dan 30 minuten).
- Spontane blauwe plekken.
- Bloedneus die lang blijft bloeden (langer dan 30 minuten).
- Kleine rode puntjes in de huid (petechiën).

**Adviezen:**

Heeft u (1 van) deze klachten, is het belangrijk dat u direct contact opneemt. Afhankelijk van de ernst van de klachten wordt uw bloed gecontroleerd.

**9. Huid- en nagelafwijkingen**

Tijdens de behandeling kunnen verschillende afwijkingen aan de huid en of nagels ontstaan.

**Droge huid**

Door de behandeling kan uw huid droger worden dan u gewend bent.

**Adviezen:**

- Gebruik een milde pH-neutrale, bodylotion zonder parfum voor het verzorgen van uw huid.
- Gebruik een milde zeep bij het wassen.
- Douche niet te heet en te lang.

**Hand-voetsyndroom**

Door de behandeling kan roodverkleuring van de handpalmen en voetzolen ontstaan. Dit ontstaat geleidelijk, soms zelfs pas na een aantal kuren.

Deze roodheid kan pijnlijk zijn. Als de reactie langer aanhoudt kunnen ook kloven of blaren ontstaan op de vingertoppen of voeten en kunnen de pijnklachten verder toenemen.

Het is belangrijk dat u klachten meldt bij de verpleegkundig specialist:

- branderig gevoel of pijn in handen en voeten, die niet meer wegtrekt
- kloven in handen of voeten
- blaarvorming

Soms is het nodig de dosering van de medicijnen aan te passen of een extra rustperiode in te lassen. Het is belangrijk dat u de handen en voeten vanaf de start van de behandeling dagelijks insmeert met een neutrale vette crème of zalf. Ook tijdens rustweken.

### **Huiduitslag**

Door de behandeling kan huiduitslag ontstaan. Deze ontstaat vaak na enkele weken. Meestal zit de uitslag in het decolleté, op de armen of op het gezicht. Neemt de huiduitslag en de jeuk toe, neem dan contact op.

### **Acné-achtige huiduitslag**

Door de behandeling kan huiduitslag ontstaan meestal in de eerste drie weken na het starten van de behandeling. Deze huiduitslag komt het meest voor in de nek, hals, romp en in het gelaat. De ernst van de huiduitslag kan wisselen. De huiduitslag lijkt op acné, maar dit is het niet. Ook is de huiduitslag niet besmettelijk en verdwijnt vanzelf weer als de behandeling stopt.

### **Adviezen:**

- Gebruik geen middelen tegen acné. Puistjes niet uitdrukken.
- Vermijd zonlicht, blijf niet te lang in direct zonlicht. Bescherm de huid met een zonnebrand crème met hoge factor (minimaal factor 50).
- Draag beschermende kleding en een hoed bij blootstelling aan de zon.
- Gebruik handschoenen tijdens het doen van de afwas en tijdens schoonmaakwerkzaamheden waar water bij gebruikt wordt.
- Douche niet te lang, niet te heet. Lang en heet douchen droogt de huid te veel uit. Gebruik milde, ph neutrale zeep
- Geen behandeling bij de schoonheidsspecialiste in de eerste weken na start behandeling.
- Scheer droog of elektrisch.
- Vet 2 keer per dag de huid in met een neutrale, parfum vrije vocht inbrengende crème.
- Overleg over het gebruik van zelfzorgmiddelen, crèmes en lotions.

### **Nagelafwijkingen**

Door de behandeling kan de kwaliteit van de nagels achteruit gaan. De nagels gaan dan trager groeien, breken eerder en scheuren sneller in. Soms ziet de nagel er anders uit, door verkleuring van de nagel of omdat er ribbeltjes ontstaan in de nagel.

In sommige gevallen kunnen de nagels ook los gaan zitten. Dit merkt u omdat ze dan gevoelig worden bij stoten. Soms komt er wat vocht onder de nagels vandaan.

### **Adviezen:**

- Houd de nagels kort geknipt en vijl in 1 richting.
- Het gebruik van kunstnagels wordt afgeraden.
- U kunt een nagelverharder gebruiken, deze kunt u kopen bij de drogist.
- Plak geen pleisters direct op de nagels.

Soms ontstaat een nagelriemontsteking. Een ontsteking van de nagelriem is pijnlijk. Er ontstaat roodheid vlak naast de nagel en soms komt er wat vocht uit het nagelbed.

#### **Algemene huidadviezen:**

- Op de website [www.lookgoodfeelbetter.nl](http://www.lookgoodfeelbetter.nl) staan algemene adviezen voor het verzorgen van de huid voor mensen die behandeld worden met chemotherapie of doelgerichte therapie.
- Gebruik bij jeuk een koelzalf.

#### **Zon**

Uw huid kan door de behandeling gevoeliger zijn dan normaal en sneller verbranden in de zon. Gebruik als u in de zon gaat, een bescherming tegen de zon met een hoge beschermingsfactor (50). Blijf ook met deze beschermingsfactor niet lang in de zon, maximaal 30 minuten.

#### **10. Invloed op de menstruatie**

Bij vrouwen die menstrueren kan de behandeling met chemotherapie de menstruatie veranderen. De menstruatie kan heviger of onregelmatig worden of (tijdelijk) verdwijnen. Ook kunt u overgangsklachten krijgen. Na de behandeling is het mogelijk dat de menstruatie zich weer herstelt.

Een behandeling met chemotherapie kan ook onvruchtbaarheid veroorzaken. Of dit voor u van toepassing is hangt af van:

- de soort en combinatie van chemotherapie
- welke kanker u heeft
- uw leeftijd

Het is niet te voorspellen wanneer deze onvruchtbaarheid begint tijdens de behandeling. Een behandeling met chemotherapie kan beschadiging van het erfelijk materiaal van de eicellen tot gevolg hebben. Dit kan leiden tot aangeboren afwijkingen bij kinderen. Daarom wordt het gebruik van anticonceptie aangeraden om een zwangerschap te voorkomen.

Bij vrouwen zijn er op dit moment volop ontwikkelingen op het gebied van behoud van vruchtbaarheid. Bespreek met uw medisch specialist wat voor u verwachtingen en/of mogelijkheden kunnen zijn. Wij raden u aan om het eerste jaar na de behandeling een eventuele kinderwens met uw specialist te bespreken.

#### **11. Verminderde spermaproductie**

Een behandeling met chemotherapie kan verminderde spermaproductie en/of onvruchtbaarheid veroorzaken. Of dit voor u van toepassing is hangt af van:

- de soort en combinatie van chemotherapie
- welke kanker u heeft
- uw leeftijd

Het is niet te voorspellen wanneer deze onvruchtbaarheid begint tijdens de behandeling. Een behandeling met chemotherapie kan beschadiging van het erfelijk materiaal van het sperma tot gevolg hebben. Dit kan leiden tot aangeboren afwijkingen bij kinderen. Daarom wordt het gebruik van anticonceptie aangeraden om een zwangerschap te voorkomen.

Het is mogelijk om sperma in te vriezen vooraf start van de behandeling. Dit moet gedaan worden voordat de eerste kuur gegeven wordt. Na de behandeling is het mogelijk dat de aanmaak van sperma zich weer herstelt, maar dit kan enige tijd duren. Bespreek met uw medisch specialist wat voor u verwachtingen en/of mogelijkheden kunnen zijn.

Wij raden u aan om het eerste jaar na de behandeling zwangerschap uit te stellen. Bespreek een eventuele kinderwens met uw medisch specialist.

## **12. Seksualiteit**

Een behandeling met chemotherapie hoeft geen belemmering te zijn voor vrijen en/of geslachtsgemeenschap. Door de behandeling met chemotherapie kunnen wel veranderingen ontstaan. Door vermoeidheid, uiterlijke veranderingen, operatie of bestraling kan seksualiteit anders beleefd worden. Maar ook klachten van libidoverlies, erectiestoornissen, droge slijmvliesen van de vagina of een verminderd vermogen om tot een orgasme te komen, kunnen voorkomen. Maar de behoefte aan intimiteit kan juist toenemen.

### **Adviezen:**

- Bij vrouwen kan het slijmvlies van de vagina droger worden. Het gebruik van een glijmiddel (hormoonvrij, bijvoorbeeld Sensilube®) kan daarbij een goed hulpmiddel zijn.
- Seksualiteit en mogelijke problemen op dit gebied zijn soms moeilijk bespreekbaar. Door het onderwerp wel te bespreken worden problemen makkelijker (h)erkend. Uw medisch specialist of de verpleegkundig specialist kunnen samen met u beoordelen of er professionele hulp nodig is. U kunt eventueel naar een seksuoloog voor een gesprek.
- Het is onduidelijk in hoeverre chemotherapie terug te vinden is in sperma en vaginaal vocht. Gebruik in de periode dat de chemotherapie in uw lichaam is bij gemeenschap een condoom.

### **Voor meer informatie:**

- KWF-brochure “Kanker en seksualiteit”
- [www.kwf.nl](http://www.kwf.nl)

## **13. Branderige ogen/ tranende ogen / loopneus**

Door de chemotherapie kan een droog slijmvlies van ogen en/of neus ontstaan. Dit kan branderige ogen en/of tranende ogen of een loopneus geven.

### **Ogen**

De ogen worden bedekt met een laagje slijmvlies. Dit slijmvlies is gevoelig voor chemotherapie. Daarnaast kunnen de traanklieren minder traanvocht produceren. Uw ogen kunnen dan geïrriteerd aanvoelen. Maar het is ook mogelijk dat uw ogen juist meer gaan tranen of gevoelig zijn voor scherp (zon)licht. In sommige gevallen is het mogelijk dat het zicht verandert.

### **Adviezen:**

- Gun uw ogen bij klachten zoveel mogelijk rust door ze regelmatig voor korte tijd dicht te doen.
- Bescherm uw ogen tegen scherp (zon)licht, bijvoorbeeld door een zonnebril te dragen.
- Het dragen van contactlenzen wordt afgeraden.
- Kijk televisie in een voldoende verlichte ruimte en neem voldoende afstand.
- Lees met voldoende achtergrondverlichting.
- Bespreek klachten van de ogen met uw medisch specialist of casemanager.

### **Neus**

Met name de binnenzijde van de neus kan problemen geven. Denk hierbij aan een zeer droge binnenkant of juist een loopneus. Dit heeft te maken met de werking van de chemotherapie op het slijmvlies van de neus. Het is mogelijk dat bij snuiten kleine spoortjes bloed meekomen. Dit komt door het dunner worden van het slijmvlies.

**Adviezen:**

- Snuit uw neus voorzichtig; eerst het ene neusgat en vervolgens het andere neusgat.
- Bij een zeer droge binnenkant al dan niet met korstvorming? Doe dan voorzichtig wat vaseline aan de binnenzijde van de neus.
- Bij een loopneus kunt u xylometazoline-neusspray (Otrivin®) gebruiken. Maximaal vijf dagen. Een spray met zoutoplossing kunt u onbeperkt gebruiken.

**14. Werk en werkhervatting**

De diagnose kanker of de behandeling met chemotherapie kan betekenen dat u niet of niet zoals voorheen uw werk kunt doen.

Bent u door de behandeling in de ziektewet? Dan is het belangrijk dat u informatie leest over uw rechten en plichten als werknemer. Daarnaast is het van belang dat uw werkgever op de hoogte gehouden wordt van uw behandeling.

Soms is het mogelijk in overleg met de werkgever aangepast werk te doen en (deels) te blijven werken. Kunt u niet meer werken, dan is het fijn om wel contact te houden met uw werkplek en collega's.

Betrek uw bedrijfsarts bij uw ziekte. De bedrijfsarts kan een herintegratietraject begeleiden. Meer informatie kunt u vinden op de website [www.kankerenwerk.nl](http://www.kankerenwerk.nl).

**15. Emotionele ondersteuning**

Kanker zet uw wereld op z'n kop. Leven met kanker is niet vanzelfsprekend.

Maar niet alleen u als patiënt krijgt veel te verwerken. Dat geldt ook voor uw naasten. Daarom kan het ook voor uw partner, familie, vrienden en anderen die dichtbij u staan prettig zijn om deze informatie te lezen.

Er is geen pasklaar antwoord op de vraag hoe je met kanker kunt leven. Ieder mens reageert op zijn eigen manier en elke situatie is anders.

Soms kan het prettig zijn ervaringen te delen buiten het eigen sociale netwerk bijvoorbeeld door eens te praten met een zorgverlener of een lotgenoot.

**Er zijn verschillende mogelijkheden voor ondersteuning:**

- Gesprek met uw verpleegkundig specialist.
- Gesprek met een gespecialiseerd wijkverpleegkundige van het oncologieteam. U heeft hiervoor een verwijzing nodig. Dit kan via de verpleegkundig specialist.
- Uw eigen dominee of pastoor, of de geestelijk verzorger van het ziekenhuis.
- Een activiteit bijwonen van een van de inloophuizen in de omgeving. Zie voor adressen bij extra informatie.
- Een psycholoog. Hiervoor heeft u een verwijzing nodig van de medisch specialist, de casemanager of de huisarts.

**Lastmeter**

De lastmeter is een hulpmiddel om inzicht te krijgen in uw psychosociale situatie. Het bestaat uit een vragenlijst die u regelmatig kunt invullen. Daarnaast geeft u met een cijfer aan hoeveel last u ervaart van de ziekte.

De ingevulde lastmeter bespreekt u met uw medisch specialist, of casemanager. Samen met u bekijken zij dan welke hulp u nodig heeft.

U kunt zelf bepalen of u gebruik wilt maken van de lastmeter. U kunt de lastmeter ook digitaal invullen [www.lastmeter.nl](http://www.lastmeter.nl).

## Meer lezen?

Brochure Verder leven met kanker van KWF Kankerbestrijding. U kunt de folder downloaden via [www.kwf.nl](http://www.kwf.nl).

## Aanvullende informatie voor mensen met een stoma

De chemotherapie kan invloed hebben op uw stoma of de verzorging van uw stoma.

### Voeding en vocht

Soms kunt u door de bijwerking van de chemotherapie misselijk worden of diarree krijgen. U kunt dan veel vocht verliezen. Vooral bij een dunne darmstoma is het belangrijk om dit in de gaten te houden. Verlies van veel dunne ontlasting kan een tekort aan vocht geven. Het minder worden van de urineproductie of minder plassen kan wijzen op een tekort aan vocht. Probeer het tekort aan vocht zoveel mogelijk aan te vullen. Zorg ervoor dat u altijd voldoende drinkt. Probeer als richtlijn minimaal 2 liter per dag te drinken. Heeft u een dunne darmstoma probeer dan 2,5 liter per dag te drinken.

### Wat kunt u het beste drinken

- Zure melkproducten, bijvoorbeeld drinkyoghurt 0%, karnemelk.
- Isotone sportdrink, op de fles moet staan isotone.
- ORS
- Vocht op waterbasis zoals water, koffie, thee, limonade. Drinkt hiervan maximaal 500 c.c. per dag.

### Liever niet drinken

- vruchtensap
- koolzuurhoudende dranken

### Verandering van uw gewicht

Chemotherapie kan zorgen voor minder eetlust. De kans bestaat dat u minder eet en daardoor afvalt. Door het afvallen en weer in gewicht aankomen kan het stomamateriaal minder goed passen. Pas uw materialen hierop aan. Neem contact op met de stomaverpleegkundige, als u denkt dat het materiaal niet goed meer zit door de verandering van uw gewicht.

### Stomaproductie

Door de chemotherapie kunnen zowel diarree als verstopping van de darmen voorkomen. Beide kunnen voorkomen, afhankelijk van het soort chemotherapie. Diarree is vaak een oorzaak van lekkage bij het stomamateriaal. Soms is het nodig om dan (tijdelijk) het stoma materiaal aan te passen.

### Problemen aan het stoma

Een stoma bestaat uit hetzelfde slijmvlies als de binnenkant van uw mond. Door het gebruik van chemotherapie kan de stoma sneller gaan bloeden. Ook kunnen er zweertjes (zoals aften in de mond) ontstaan. Het slijmvlies kan droger worden, het zakje kan daardoor aan de stoma gaan kleven.

De kleur van de stoma zelf kan veranderen. Het is mogelijk dat de stoma lichter of donkerder wordt. Heeft u vragen of heeft een u probleem met de stoma neem dan contact op met de stomaverpleegkundige.

## Huidproblemen

De huid rondom de stoma kan verkleuren. De huid kan er bleek of blauw uitzien. Dit kan geen kwaad. Als u hier onzeker over bent neem dan contact op met uw stomaverpleegkundige. De huid rondom de stoma kan ook gevoeliger worden door de chemotherapie. Gebruik niet zomaar crèmes of lotions ter bescherming van de huid. Overleg dit eerst met uw stomaverpleegkundige. Zij kan u advies geven over het gebruik van de juiste producten.

## Hygiëne

In de ontlasting of urine kunnen resten van de chemotherapie voorkomen. Houd hier rekening mee tijdens de verzorging van de stoma. Heeft u hulp bij het verzorgen van de stoma, vertel dan altijd dat u chemotherapie krijgt.

Zorg ervoor dat u bij het legen van uw stomazakje niet spettert of morst. Gebruikt zo nodig een kannetje om spetteren te voorkomen.

## Bereikbaarheid van de stomaverpleegkundige

Stomapolikliniek Spaarne Gasthuis, maandag tot en met vrijdag van 8.30 - 16.30 uur

- Telefoon: (023) 224 0956
- Email: [stomapol@spaarnegasthuis.nl](mailto:stomapol@spaarnegasthuis.nl).

Stomaverpleegkundigen zijn:

- Elma Faasse
- Martine Hoedjes
- Jolanda de Kaper
- Claudia van Tienderen

## Uitscheidingsproducten bij chemotherapie

**Deze adviezen gelden als u chemotherapie krijgt. Krijgt u alleen doelgerichte therapie, dan hoeft u dit hoofdstuk niet te lezen.**

Chemotherapie kan voor gezonde mensen schadelijk zijn omdat het stoffen betreft die de normale celdeling verstoren. Chemotherapie komt in uw bloedbaan terecht en verspreid zich door uw lichaam. Uw lever en nieren scheiden de chemotherapie vervolgens weer uit. Hierdoor zitten er een aantal dagen kleine hoeveelheden chemotherapie of restmateriaal daarvan in uw urine en ontlasting. Ook in uw andere lichaamsvloeistoffen zoals speeksel, zweet, sperma of braaksel kunnen tijdelijk restjes chemotherapie zitten. Resten van de chemotherapie gaan niet “weg” door hitte, chloor of zeep, maar alleen door verdunning.

Vooral de verpleegkundigen die veel met de chemotherapie te maken hebben, lopen een risico als zij langdurig met kleine hoeveelheden chemotherapie of restmateriaal daarvan in aanraking komen. Daarom is het nodig dat zij zichzelf hier tegen beschermen. U ziet dan ook dat de verpleegkundigen tijdens uw behandeling maatregelen nemen, zoals het dragen van handschoenen.

U bent tijdens de behandeling met chemotherapie geen gevaar voor de gezondheid van de mensen in uw omgeving. Wel zijn er enkele adviezen die u kunt doen om het kleine risico te beperken. De onderstaande adviezen gelden vanaf het moment dat u de chemotherapie krijgt tot ongeveer een week na het krijgen van de chemotherapie. Hoe lang u restjes chemotherapie uitscheidt, is per behandeling verschillend. In het schema hieronder ziet u hoe lang u de adviezen moet opvolgen.



| <b>Soort chemokuur</b>                 | <b>Aantal uren dat u de adviezen moet opvolgen gelden vanaf het tijdstip dat u de chemotherapie heeft gekregen.</b> |
|--|---|
| Pemetrexed                             | 24 uur  |
| Carboplatin/pemetrexed                 | 4 keer 24 uur   |
| Carboplatin/Etoposide                  | 5 keer 24 uur   |
| Carboplatin/Gemcitabine                | 4 keer 24 uur   |
| Cisplatin/Pemetrexed                   | 7 keer 24 uur   |
| Cisplatin/Etoposide                    | 7 keer 24 uur   |
| Cisplatin/Gemcitabine                  | 10 keer 24 uur  |
| Cisplatin in combinatie met bestraling | 6 weken   |
| Paclitaxel                             | 4 keer 24 uur   |
| Docetaxel                              | 3 keer 24 uur   |
| Gemcitabine ( mono)                    | 2 keer 24 uur   |

### **Adviezen:**

- Spoel het toilet met gesloten deksel na gebruik 2 maal door. Mannen krijgen het advies om zittend op het toilet te plassen. Zo voorkomt u spatten. Maak het toilet 1 keer per dag schoon met een pH-neutraal of alkalisch schoonmaakmiddel (zoals de meeste afwasmiddelen of groene zeep).
- Probeer zo min mogelijk met uw handen in aanraking te komen met urine, ontlasting en braaksel.
- Gooi de inhoud van spuugbakjes weg in het toilet, trek met een dichte deksel door. Spoel daarna onder de lopende kraan het bakje schoon. Maak daarna het bakje schoon met een schoonmaakmiddel.
- Licht bevuild wasgoed mag bij de gewone was.
- Sterk bevuild wasgoed zo snel mogelijk wassen. Het bevuilde wasgoed eerst minimaal 5 minuten koud voorspoelen in de wasmachine. Daarna wassen in het voor u gebruikelijke wasprogramma. Het mag met het andere wasgoed mee gewassen worden.

### **De controle afspraak op de polikliniek**

Tijdens de kuren door heeft u controle afspraken op de polikliniek, omdat de chemotherapie invloed heeft op de aanmaak van de bloedcellen. Om deze invloed te volgen wordt voor elke kuur uw bloed gecontroleerd. De longarts, of casemanager beoordeelt dan in overleg met u of de volgende kuur door kan gaan. Of de kuur door kan gaan hangt af van:

- Uitslag van het bloedonderzoek, zijn de bloedcellen voldoende hersteld.
- Hoeveel bijwerkingen u heeft gehad. En bent u daarvan voldoende hersteld
- De uitslagen van eventuele ander onderzoeken.

Uw longarts of casemanager beslist dan of:

- De chemokuur gewoon door gaat volgens planning.
- De chemokuur wordt uitgesteld, vaak is dit een week.
- De chemokuur minder zwaar gemaakt wordt.
- Er ondersteunende medicijnen nodig zijn. Deze stimuleren de aanmaak van de bloedcellen, zodat uw lichaam beter kan vechten tegen infecties.

Heeft u herhaal recepten nodig voor medicijnen, dan worden deze tijdens de controle afspraak uitgeschreven. Bekijk van tevoren voor welke medicijnen u een herhaalrecept nodig heeft.

#### **Hoe gaat een controle afspraak:**

- De controle afspraak is kort voor de volgende kuur.
- De bloedafname gebeurt minimaal 1 uur voordat u de afspraak heeft bij de longarts of verpleegkundig specialist. Het formulier voor de bloedafname heeft u tijdens het vorig bezoek meegekregen. Volg route 45
- Afspraak op de polikliniek over uw huidige situatie, doorgemaakte bijwerkingen tijdens de vorige kuur, uitslagen van onderzoek en het besluit of de kuur door kan gaan of niet.
- U krijgt recepten mee om misselijkheid tijdens de kuur te voorkomen.
- Nieuwe controle afspraak maken, dit doet u bij de doktersassistente. U krijgt het bloedafname formulier voor de DIP controle en volgende controle mee.

#### **DIP controle: tussen dag 10 en 14 na de chemokuur:**

U krijgt een labformulier mee met een afspraak wanneer u bloed moet laten prikken. U wordt alleen gebeld op de afgesproken dag wanneer de bloedsuitslagen bekend zijn. De tijd van bellen kan afwijken van de afspraak die u online kunt inzien.

#### **Onderzoeken tijdens en na de chemokuur:**

Na de tweede chemokuur kan er een longfoto of een CT-scan gemaakt worden. Dit is afhankelijk van wat de longarts met u afspreekt.

- Na de vierde (laatste) chemokuur wordt er een CT-scan gemaakt, tenzij de longarts anders met u afspreekt. Dit gebeurt 3 tot 6 weken na de laatste chemokuur. De CT-scan wordt gedaan om te zien wat het effect is van de chemokuur.
- De longarts bespreekt met u het verdere beleid na de vierde chemokuur.

#### **Afspraken tijdens de behandeling met Cisplatine in combinatie met bestraling**

- Elke maandag en donderdag wordt er bloed afgenomen uit de PICC lijn door een oncologie verpleegkundige van de Dagbehandeling Oncologie. Dit start op de donderdag in de eerste week. De chemotherapie wordt alleen gegeven als er voldoende bloedcellen aanwezig zijn. Is dit niet het geval dan kan uw specialist beslissen:
  - De kuur 1 week uitstellen.
  - De kuur minder zwaar te maken (de dosis wordt aan gepast).
  - Na de kuur eventueel ondersteunende medicijnen te geven. Deze stimuleren de aanmaak van de bloedcellen, zodat uw lichaam beter kan vechten tegen infecties.
- Elke dinsdag komt de verpleegkundig consulent longoncologie bij u langs op de dagbehandeling oncologie. Ook controleert zij de uitslag van het bloedonderzoek.
- Elke donderdag komt de longarts bij u langs op de dagbehandeling oncologie en controleert dan ook de uitslag van het bloedonderzoek.
- 6 tot 8 weken na de laatste chemokuur en bestraling krijgt u een CT scan en daarna een afspraak bij de longarts voor de uitslag van de CT scan.
- De PICC lijn wordt verwijderd op de laatste dag van de behandeling.

## **Informatie voor partner, familie of naasten**

“Kanker heb je niet alleen”, is een bekende uitspraak. Niet alleen het leven van de patiënt staat op zijn kop. De diagnose heeft ook een enorme invloed op de partner, familieleden en andere naasten. Ook u als partner krijgt te maken met gevoelens als onzekerheid, angst, machteloosheid, woede en teleurstelling. De periode van diagnose, behandeling en de tijd daarna vraagt veel van iedereen. Sommigen mensen kunnen daarin heel goed zelf een weg vinden. Andere mensen hebben daarin misschien wat hulp nodig. We bieden u een aantal tips hoe hiermee om te gaan.

### **Blijf in gesprek**

- Probeer open te zijn en deel uw gevoelens.
- Probeer samen in gesprek te blijven.
- Wees helder en oprecht naar kinderen, familie, vrienden, werkgever, school en andere betrokkenen over hoe het gaat en hoe u zich als naaste voelt. Aarzel niet om uw zorgen en vragen te delen met een goede vriend(in).
- Ook kunt u uw vragen of zorgen bespreken met de huisarts, specialist, verpleegkundig specialist, oncologieverpleegkundige, of de mensen die werken bij een inloophuis.
- Laat als dit kan, zoveel mogelijk verantwoordelijkheden bij de zieke. Lukt dit niet meer, bespreek dan samen welk deel u overneemt.

### **Kinderen**

Probeer in de omgang met kinderen open en helder te zijn. Kinderen horen en zien veel meer dan u denkt. Ze merken vaak dat er iets aan de hand is. Wanneer u uw kinderen probeert te beschermen, door ze niet te informeren, kunnen ze zich buitengesloten voelen. Dan bestaat het gevaar dat ze gaan fantaseren over wat er aan de hand is. Probeer uw kinderen te betrekken bij wat er thuis allemaal gebeurt. Sluit aan bij leeftijdsfase en ontwikkeling. U kunt bij een inloophuis of op diverse websites (zie hoofdstuk 6. Aanvullende informatie) terecht voor meer informatie.

### **Vraag om hulp en neem hulp aan**

- Neem hulp aan! Accepteer dat iemand iets voor u wil doen. Buren, vrienden, familieleden staan soms klaar om te helpen, maar voelen zich vaak machteloos. Als ze wat voor u kunnen doen geeft dit hen ook een goed gevoel. Dat kan een boodschap zijn, een was doen, een keertje koken of op de kinderen passen.
- Als u geen energie of tijd meer heeft om de (thuis)administratie te doen, vraag dan om hulp. Er kunnen snel (financiële) problemen ontstaan als u de rekeningen niet meer betaald of de post niet open maakt.

### **Bezoek aan artsen**

- Zorg dat tijdens de behandeling duidelijkheid en heldere communicatie voorop staan. Dit brengt rust in uw hoofd. En u als naaste mag ook vragen stellen.
- Is er tijdens een bezoek aan de medisch specialist iets niet duidelijk? Vraag dan om meer uitleg en zeg dat u het niet begrijpt.
- Maak eventueel een (extra) afspraak met de verpleegkundig specialist, zodat deze uw vragen kan beantwoorden.

### **Activiteiten en werk**

- De meeste partners willen zoveel als mogelijk voor de ander doen. U wilt uw zieke partner moed inspreken en ondersteunen in deze moeilijke tijd. Dat kost energie en tijd. Het kan een langdurige periode zijn. Zorg daarom ook goed voor uw zelf.

- Probeer 1x per week iets gezelligs te doen. Bijvoorbeeld; ga naar de film, drink een kopje koffie of thee met of bij een vriend(in), neem een lekker bad, kruip even met een tijdschrift of boek op de bank, of ga een stukje wandelen.
- Heeft u kinderen? Doe iets leuks met uw kinderen of vraag mensen in uw omgeving iets met ze te ondernemen.
- Blijf als de situatie het toelaat, ook samen gezellige dingen doen.
- Als u werkt, probeer de regelmaat vast te houden. Houdt u dit niet vol, bespreek het dan met uw werkgever. Misschien kunt u tijdelijk niet of minder werken.
- Soms helpt een dagboek schrijven.

### **Seksualiteit**

Als een partner ziek is kan seksualiteit en intimiteit veranderen of problemen geven. Het helpt om hierover met elkaar in gesprek te blijven. Ook kunt u deze problemen bespreken met de verpleegkundig specialist of met uw specialist. Zij kunnen u eventueel doorverwijzen naar een deskundige.

### **Vragen van familie en bekenden**

- Maak per periode een informatie mail voor vrienden, familie en kennissen. Dat scheelt veel telefoontjes.
- Als mensen bellen om te vragen hoe het gaat, zeg gerust dat het niet uitkomt. Overleg wanneer u het beste terug kunt bellen.
- Ook mensen die u tegenkomt op straat hoeft u niet altijd te woord te staan. Volg hierin uw hart!

### **De rol van de huisarts**

- Uw huisarts is naast de hulpverleners in het ziekenhuis uw aanspreekpunt is bij medische problemen. Deze rol kan de huisarts alleen goed doen, als hij door het ziekenhuis, maar ook door uzelf, op de hoogte wordt gehouden van de ontwikkelingen.
- Wij adviseren daarom, zelfs als de behandeling goed gaat, om 1x per 6 weken met de huisarts of assistente contact te hebben. Dit kan een bezoek zijn of een telefonisch contact. U bespreekt dan uw ontwikkelingen van de behandeling.
- Krijgt u veel lichamelijke bijwerkingen of praktische problemen in de thuissituatie? Neem dan vaker contact op met uw huisarts.
- De huisarts kan u goed helpen bij pijnklachten.
- De huisarts blijft ook voor andere ziekten en klachten dan de kanker, altijd uw eerste aanspreekpunt. Denk hierbij aan ziekten zoals: diabetes, hoge bloeddruk, eczeem, zuurbranden, kriebelhoest, aambeien of darmverstopping. Ook herhaalrecepten regelt u via de huisarts.
- De huisarts kan ook helpen bij het aanvragen van thuiszorg en hulpmiddelen, of het verstrekken van medische verklaringen voor bijvoorbeeld, gemeente of zorgverzekering.

### **Aanvullende informatie**

- chemotherapie
- immunotherapie
- radiotherapie
- hormonale therapie
- lastmeter
- vermoeidheid
- De PICC lijn
- revalideren bij kanker in het Spaarne Gasthuis Hoofddorp

het Adamas Inloophuis / het Inloophuis Kennemerland

Ook op de afdeling patiëntenvoorlichting in de centrale hal van het Spaarne Gasthuis heeft informatie over kanker.

Kijk ook eens op [www.zorgbijkanker.nl](http://www.zorgbijkanker.nl), website van het oncologiecentrum van het Spaarne Gasthuis.

In het Spaarne Gasthuis en buiten het Spaarne Gasthuis zijn meer hulpverleners bij wie u met vragen en zorgen terecht kunt. Zie hieronder bij wie u terecht kunt. Ook vindt u een aantal website voor aanvullende informatie

## **Aanvullende informatie in het Spaarne Gasthuis**

### **Diëtist**

**(023) 224 0125**

Heeft u vragen of problemen met uw voeding of uw gewicht? Dan kunt u voor een voedingsadvies een afspraak maken bij de diëtist.

U kunt poliklinisch een afspraak maken bij de diëtist als u onder behandeling bent van een specialist van het Spaarne Gasthuis. Vraag uw specialist of verpleegkundig specialist om een verwijzing. Ook tijdens uw verblijf in het ziekenhuis kunt u vragen stellen aan een diëtist.

### **Geestelijke verzorging**

**(023) 224 2966**

#### **Bij geen gehoor**

**(023)224 9265 of ( 023)224 2967**

Een ziekte kan allerlei levensvragen oproepen. Juist bij ziekte zoekt een mens houvast bij zijn of haar diepste levensovertuiging. Misschien wilt u daarover praten. Misschien ook wilt u gewoon uw verhaal vertellen aan iemand die de tijd kan nemen om te luisteren. Hiervoor kunt u een beroep doen op de geestelijke verzorger van het Spaarne Gasthuis. U kunt zelf contact opnemen of vraag de verpleegkundige om dat te doen.

### **Maatschappelijk werk**

**(023) 224 3305**

Een behandeling met chemotherapie kan lichamelijk en emotioneel veel vergen van een patiënt, zijn familie en naasten. De maatschappelijk werker kan u ondersteunen bij verschillende praktische en emotionele problemen. U kunt zelf contact opnemen met het maatschappelijk werk. Verwijzing is niet nodig.

### **Psychologisch spreekuur**

Uw medisch specialist of verpleegkundig specialist kan u, in overleg met u, doorverwijzen naar het psychologisch spreekuur. Na doorverwijzing van uw behandelaar ontvangt u schriftelijk een uitnodiging voor een gesprek met de psycholoog in het oncologiecentrum van het Spaarne Gasthuis. In dit gesprek komen uw klacht(en) en uw hulpvraag aan bod. U heeft dan maximaal 3 gesprekken. Als het nodig is kijken we samen waar we verdere ondersteuning of behandeling kunnen bieden. Zo nodig wordt u doorverwezen. Lees meer in de folder 'Psychologische hulp bij kanker'.

### **TOPZ (team ondersteunende en palliatieve zorg): (023) 224 0970**

Als u een ziekte heeft waarvan u niet meer beter kunt worden, komt er een tijd dat uw behandeling en zorg veranderen. Uw behandeling of zorg richt zich dan niet op genezen, maar op de kwaliteit van leven.

De verpleegkundig specialisten palliatieve zorg, kan met u (en uw naasten) hierover in gesprek. Het kan hierbij gaan over uw ziekte, uw verwachtingen voor de toekomst, uw lichamelijke klachten, of hoe uw (thuis)zorg georganiseerd kan worden. De verpleegkundig

specialist werkt samen met een medisch specialist uit het TOPZ, die ook bij u langs komt. Waar nodig adviseren zij uw behandelend arts, bijvoorbeeld over medicijnen bij pijn. Het TOPZ neemt de behandeling niet over van uw behandelend arts. Het TOPZ is een extra ondersteuning ook in de toekomst.

*Waar geeft het TOPZ advies over?*

- Behandeling van lichamelijke klachten zoals pijn, kortademigheid of misselijkheid.
- Begeleiding bij zorgen, (levens-)vragen en problemen met het accepteren van de ziekte.
- Begeleiding bij het nemen van belangrijke beslissingen. Bijvoorbeeld als er twijfel is of een zware behandeling moet worden voortgezet.
- De mogelijkheden van zorg, zowel in als buiten het ziekenhuis.
- Ondersteuning bij levens en spirituele vragen.
- Begeleiding van partner en kinderen.

### **Afdeling patiëntenvoorlichting**

**(023) 224 2060**

U vindt deze afdeling in de centrale hal van het Spaarne Gasthuis. U kunt hier terecht voor aanvullende informatie. De medewerker staat u persoonlijk te woord en neemt de tijd om samen met u de gewenste informatie op te zoeken. De afdeling is in Hoofddorp geopend op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 9.30 – 12.00 en van 13.00 - 16.00 uur. Op woensdag kunt u de afdeling bezoeken op locatie Haarlem Zuid.

### **Revalideren bij kanker in het Spaarne Gasthuis**

Soms is het moeilijk om na uw behandeling uw leven weer op te pakken. U bent bijvoorbeeld snel moe en uw conditie is achteruit gegaan. Of u bent somber of angstig, of heeft problemen met het verwerken. Werken aan uw conditie voor, tijdens en na de behandeling kan helpen bij uw totale herstel. Revalideren bij kanker noemen we ook wel 'oncologische revalidatie'.

Wilt u alleen uw conditie weer verbeteren? Dan kunt u dat doen bij een fysiotherapeut die gespecialiseerd is in de oncologie. Uw verpleegkundig specialist kan u doorverwijzen.

Heeft u meerdere problemen? Dan kan oncologische revalidatie in het Spaarne Gasthuis voor u een optie zijn. Bij revalideren in het Spaarne Gasthuis zijn altijd meerdere behandelaars betrokken (multidisciplinair). U heeft hiervoor een verwijzing nodig van uw specialist naar de revalidatiearts.

### **Heeft u deze verwijzing, dan maakt u eerst een afspraak met de verpleegkundig consulent oncologie Suze Beelen (023) 224 0976**

Op onze website [www.zorgbijkanker.nl](http://www.zorgbijkanker.nl) vindt u de folder 'Revalideren bij kanker in het Spaarne Gasthuis Hoofddorp'.

U kunt zelf ook meten hoe het werkelijk met u gaat. Daarvoor is er de lastmeter. Op <https://spaarnegasthuis.nl/centra/oncologie-centrum> vult u de lastmeter in en bespreek u deze met uw specialist of verpleegkundig specialist.

## Aanvullende informatie buiten het Spaarne Gasthuis

### Een aanvullend gesprek over de diagnose en de behandeling

Uw specialist heeft met u de diagnose en de behandeling besproken. Daarbij heeft u veel informatie gekregen. Ook heeft u een gesprek gehad met de verpleegkundig specialist. Voor veel patiënten is deze informatie voldoende. Maar misschien heeft u of uw familie behoefte aan een aanvullend gesprek. Het Spaarne Gasthuis biedt u deze mogelijkheid. Een internist-oncoloog van buiten het Spaarne Gasthuis geeft uitleg op vragen die u nog heeft over uw diagnose en behandeling. Het gesprek is eenmalig bij u thuis zonder kosten. U blijft gewoon onder behandeling bij uw specialisten in het Spaarne Gasthuis. Wilt u hiervan gebruik maken? Vraag dan een gesprek aan via uw specialist of verpleegkundig specialist.

### Thuiszorg

De chemotherapie wordt in de kliniek of op de dagbehandeling oncologie gegeven. De tijd tussen de kuren bent u thuis. Voor de medische en de dagelijkse verzorging kunt u een beroep doen op de huisarts, wijkverpleging of gezinszorg. Zij kunnen u ook steun bieden bij de vele vragen die de ziekte kanker met zich meebrengt. Uw huisarts of uw hulpverleners uit het ziekenhuis kunnen u helpen bij het leggen van contact met de thuiszorg.

### De Nederlandse Kankerbestrijding / Koningin Wilhelmina Fonds (KWF)

[www.kwf.nl](http://www.kwf.nl)

Voor vragen over kanker en lotgenotencontact

[www.kanker.nl](http://www.kanker.nl)

0800 022 6622, maandag t/m vrijdag van 12.00 – 17.00 uur (gratis)

### Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenverenigingen (NFK)

Bij de NFK kunt u informatie krijgen over de verschillende patiëntverenigingen op het gebied van kanker.

**(088) 00 29 77**, maandag tot en met vrijdag van 8.30 – 17.00 uur

[www.nfk.nl](http://www.nfk.nl)

### Adamas Inloophuis

Het Adamas Inloophuis is een inloophuis voor mensen met kanker en hun naasten in de regio Haarlemmermeer, Kennemerland en de Duin- en Bollenstreek. Mensen met kanker en de mensen om hen heen vinden hier ondersteuning in de vorm van psycho-oncologische begeleiding, lotgenotencontact, creatieve therapieën en informatievoorziening.

Adres: Eugenie Prévinaireweg 61, 2151 BB Nieuw Vennep

(0252) 680 233

Zie voor meer informatie en openingstijden de website [www.adamas-inloophuis.nl](http://www.adamas-inloophuis.nl)

Ook zijn de medewerkers van het Adamas-Inloophuis in het Oncologiecentrum van het Spaarne Gasthuis Hoofddorp aanwezig. U kunt bij hen terecht als u zelf ziek bent (geweest), maar ook als iemand in uw omgeving kanker heeft of daaraan is overleden.

Zij zijn aanwezig van maandag t/m donderdag van 10.00 – 16.00 uur.

Oncologiecentrum 1e verdieping, volg routenummer 8, kamer 33. Tijdens vakantieperiodes en feestdagen zijn de openingstijden aangepast.

### Inloophuis Kennemerland in Santpoort Noord en Haarlem

Het inloophuis Kennemerland is een inloophuis voor mensen met kanker en hun naasten in de regio Kennemerland. U kunt hier terecht voor hulp, begeleiding, informatie en lotgenotencontact. Maar ook kunt u deelnemen aan het open atelier, yoga of zingen. Of u

loopt zomaar binnen voor een kopje koffie of thee, een luisterend oor, kracht opdoen en gewoon even niets doen.

Adres in Santpoort Noord is Wulverderlaan 51, 2071 BH Santpoort Noord. Telefoonnummer (023) 888 5367

Adres in Haarlem is Leonardo Da Vinciplein 73, 2037 RR Haarlem.

Telefoonnummer: (023) 888 5368

Zie voor meer informatie en openingstijden de website [www.inloophuiskennemerland.nl](http://www.inloophuiskennemerland.nl)

### **Ingeborg Douwes Centrum**

Het Ingeborg Douwes Centrum is een expertisecentrum op het gebied van de psycho-oncologie. Wij bieden, als GGZ-instelling, psycho-oncologische zorg aan mensen met kanker en hun naasten om met de prognose, het ziekteproces, het herstel en het mogelijk naderende einde om te gaan.

Adres: IJsbaanpad 9-11 (Pand Zuid), 1076 CV Amsterdam

(020) 480 7580

[www.ingeborgdouwescentrum.nl](http://www.ingeborgdouwescentrum.nl)

[ingeborgdouwescentrum@olvg.nl](mailto:ingeborgdouwescentrum@olvg.nl)

Doordeweeks telefonisch bereikbaar van 08.30 -16.30 uur.

Iedere behandeling is op afspraak van maandag tot en met vrijdag onder kantoortijden.

Woensdag is er avondspreekuur.

## **Websites**

Nog meer informatie vindt u bij onderstaande websites.

### **Kanker en kinderen**

- [www.achterderegenboog.nl](http://www.achterderegenboog.nl)  
website voor kinderen en jongeren die een dierbare hebben verloren of gaan verliezen.
- [www.dewereldvanverschil.nl](http://www.dewereldvanverschil.nl)  
voor ouders, kinderen en jongeren van wie een gezinslid levensbedreigend ziek is of is overleden, verwacht of onverwacht.
- [www.kankerspoken.nl](http://www.kankerspoken.nl)  
website over kanker voor kinderen en ouders. Voor wat oudere kinderen forum en informatie over kanker. Voor ouders tips over verwerking en omgang met kinderen.

### **Lotgenotencontact**

- [www.de-amazones.nl](http://www.de-amazones.nl)  
website voor en door jonge vrouwen met borstkanker.
- [www.diagnose-kanker.nl](http://www.diagnose-kanker.nl)  
website van lotgenoten.
- [www.internethaven.nl](http://www.internethaven.nl)  
website van de stichting jongeren en kanker voor jongeren (tot 35 jaar) met kanker.
- [www.kanker.nl](http://www.kanker.nl)  
interactief platform voor alle kankerpatiënten, opgezet door KWF Kankerbestrijding.

### **Uiterlijke verzorging**

[www.lookgoodfeelbetter.nl](http://www.lookgoodfeelbetter.nl)

Website met tips over uiterlijke verzorging bij kanker. Bijvoorbeeld informatie over make-up, haarverlies en huidverzorging.



## **Palliatieve zorg**

[www.netwerkpalliatievezorg.nl](http://www.netwerkpalliatievezorg.nl)

Website met informatie over zorgmogelijkheden voor patiënten die ongeneeslijk ziek zijn.

## **Revalidatie**

- [www.onconet.nu](http://www.onconet.nu)  
website over de mogelijkheid om te sporten onder begeleiding van een (gespecialiseerde) fysiotherapeut tijdens uw behandeling.
- [www.toekomstnakanker.nl](http://www.toekomstnakanker.nl)  
informatie over nazorg mogelijkheid na het stoppen van de behandeling. Hier vindt u informatie over revalidatie, voeding, weer starten met werken en hulp bij verwerking.
- [www.verwijsgidskanker.nl](http://www.verwijsgidskanker.nl)  
website met informatie over nazorg na het stoppen van de behandeling. Hier vindt u informatie over revalideren, voeding, weer starten met werken en hulp bij verwerking.

## **Voeding**

[www.voedingenkankerinfo.nl](http://www.voedingenkankerinfo.nl)

Website waar vragen over (gezonde) voeding bij kanker worden beantwoord op basis van wetenschappelijke informatie.

## **Alternatieve behandelwijzen of natuurgeneeswijzen**

Patiënten gaan soms ook naar alternatieve behandelaars voor alternatieve behandelingen of natuurgeneeswijzen. Het team in het Spaarne Gasthuis ondersteunt alternatieve behandelingen niet, maar accepteert en respecteert de keuzevrijheid van de patiënt. De meeste alternatieve behandelingen zijn niet schadelijk, in combinatie met chemotherapie. Als de alternatieve behandeling de chemotherapie wel nadelig beïnvloedt, wordt dit met de patiënt besproken. Vertel daarom altijd als u gebruik maakt van alternatieve behandelingen.

## Pagina voor uw vragen en aantekeningen

| Datum |  |
|-------|--|
|       |  |
|       |  |
|       |  |
|       |  |
|       |  |
|       |  |
|       |  |
|       |  |
|       |  |
|       |  |
|       |  |
|       |  |

### Waar zijn we te vinden?

**Haarlem Zuid**  
Boerhaavelaan 22  
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

**Haarlem Noord**  
Vondelweg 999  
2026 BW Haarlem

[www.spaarnegasthuis.nl](http://www.spaarnegasthuis.nl)

**Hoofddorp**  
Spaarnepoort 1  
2134 TM Hoofddorp

[info@spaarnegasthuis.nl](mailto:info@spaarnegasthuis.nl)