

oncologie

# Oncologisch dagziekenhuis





Contacteer je arts of de verpleegkundigen als je vragen hebt of je je ongerust maakt.

Beste patiënt,

Je hebt van je behandelend arts vernomen dat je chemotherapie moet krijgen. Misschien werd je door dit nieuws overrompeld. Je krijgt immers veel informatie ineens te verwerken en er komen ongetwijfeld veel vragen bij je op. Vrees voor het onbekende is vaak een oorzaak van ongerustheid en angst. We hopen deze ongerustheid te verminderen door je meer informatie over jouw ziekte en de behandeling ervan te geven.

Deze brochure dient ter ondersteuning van de mondelinge informatie die je al kreeg van jouw arts en de verpleegkundigen. Ze maakt je wegwijs doorheen het traject dat je zal doorlopen. De algemene informatie wordt aangevuld met tips en aandachtspunten die reeds een antwoord kunnen zijn op vragen/problemen die je mogelijk hebt in de loop van de behandeling.

Op al je vragen zal geleidelijk aan een antwoord komen. We raden je aan om je vragen te noteren en mee te brengen. Dit kan als geheugensteuntje helpen bij een volgende afspraak.

**Contacteer je arts en/of de verpleegkundigen als je vragen hebt of je je ongerust maakt.** Samen met je arts, huisarts en ons verpleegkundig en oncologisch support team staan we klaar voor jou om je behandeling zo goed mogelijk te laten verlopen!

## De voorbereiding

Eerste afspraak op .....

om ..... uur

Schrijf je vóór elke chemobehandeling in aan de opnamedienst.

**JE hoeft NIET nuchter te zijn: je mag eten, drinken en jouw thuismedicatie innemen.**

Omdat het belangrijk is tijdens de therapie veel te drinken kan je op het dagziekenhuis koffie, thee, cola of water krijgen. Indien gewenst kan je 's middags op de afdeling ook een broodmaaltijd nemen.

Doe gemakkelijke kleding aan. Heb je een poortkatheter, doe dan bovenkledij met knoopjes aan, zodat de poortkatheter gemakkelijk te gebruiken is.

Je hoeft niet alleen te komen; breng gerust jouw partner, broer, zus,... mee. Contact met kinderen vormt geen probleem bij chemotherapie. We raden een bezoek aan de tandarts aan vóór de start van de behandeling.

# De behandeling

We geven je alvast een beknopte schets van het verloop van de chemobehandeling. Zo kan je je beter voorbereiden.

**Let wel:** dit is een algemene schets, die de arts nog kan wijzigen afhankelijk van het type therapie. Vergelijk dit verloop dus niet met je buurman of -vrouw uit de wachtzaal of op de kamer.

Het is best mogelijk dat iemand die later toekomt, eerder wordt bediend. Opnieuw is dit afhankelijk van het uur van de afspraak, de behandelend arts en de behandeling zelf.

Een verpleegkundige komt bij je langs. Zij zal jou begeleiden tijdens je verblijf op de afdeling. Er wordt gevraagd hoe je je voelt en jouw bloeddruk en lichaamstemperatuur worden gecontroleerd. Vóór elke nieuwe behandeling moet een bloedname gebeuren. Dit kan op het moment zelf worden uitgevoerd of de dag voordien en gebeurt in samenspraak met de arts en de afdeling.

Je behandelend arts oordeelt op basis van deze gegevens of er kan gestart worden met de behandeling. Afhankelijk van de bloedresultaten is het mogelijk dat de chemobehandeling wordt uitgesteld. Hierover krijg je dan zeker de nodige uitleg.

Als de behandeling kan doorgaan, schrijft de arts de toe te dienen chemotherapie voor. Het voorschrift wordt naar de apotheek gebracht en de medicatie wordt nauwkeurig in een steriele omgeving bereid.

**Al deze stappen zijn noodzakelijk om je op een veilige en correcte manier te behandelen, maar dit betekent dat het al snel een tijdje kan duren voor jouw therapie kan starten.**

Je poortkatheter wordt aangeprikt of er wordt een katheter in de arm geplaatst. Het is mogelijk dat vooraf bijkomende medicatie wordt toegediend via de leiding van het infuus. De medicatie wordt meestal toegediend met een infuuspomp die de snelheid regelt waarmee de medicatie inloopt. Het toedienen hiervan doet geen pijn. Als je toch pijn zou voelen tijdens het inlopen van de medicatie, waarschuw dan onmiddellijk de verpleegkundige. Om hierbij een optimale controle te behouden, vragen we je tijdens het inlopen van de medicatie de kamer niet te verlaten.

De duur van de behandeling kan erg verschillen afhankelijk van de soort medicatie. De verpleegkundige zal bij de eerste toediening uitleg geven over het verloop van je schema. Na afloop wordt het infuus verwijderd. Je krijgt een volgende afspraak mee.

Hospitalisatie is aangewezen als de therapie over meerdere dagen moet worden toegediend.

# Mogelijke aandachts- punten en bijwerkingen

Chemotherapie werkt niet alleen op kwaadaardige cellen, maar tast ook gezonde weefsels aan.

## **Hierdoor zijn een aantal lichaamsdelen mee kwetsbaar:**

- beenmerg: hier worden de bloedcellen aangemaakt
- het spijsverteringsstelsel
- de haarfollikels (= haarwortels), huid en nagels
- het voortplantingsstelsel

## **Niet elke patiënt krijgt alle nevenwerkingen die hierna vermeld worden.**

Welke nevenwerkingen je zal ervaren, hangt af van de soort chemo die je krijgt en van de manier waarop je lichaam hierop reageert. Informatie over specifieke nevenwerkingen ontvang je van je behandelend arts en van de verpleegkundigen.

De ernst van de nevenwerkingen staat los van het resultaat van de behandeling: geen bijwerkingen betekent niet dat de behandeling niet werkt.

Praat zeker met je arts of de verpleegkundige als je last hebt van nevenwerkingen. Vaak kan aangepaste hulp het probleem verzachten of verhelpen.

## Misselijkheid en braken

Misselijkheid en braken kunnen optreden tijdens de eerstvolgende uren of dagen. We proberen dit te voorkomen door preventieve toediening van een anti-braakmiddel, al dan niet in combinatie met een lage dosis cortisone. Thuis kan je eventueel nog andere medicatie innemen tegen misselijkheid.

### **Enkele tips die je kunnen helpen:**

- gebruik licht-verteerbare maaltijden, in kleine hoeveelheden en op frequente tijdstippen (elke 3 tot 4 uur)
- neem voldoende rust en ontspanning
- zorg voor een goede zithouding tijdens de maaltijd
- vermijd liggen onmiddellijk na de maaltijd
- drink voldoende (1,5 liter per dag), maar met kleine slokjes. Drink water, koffie, thee, soep,...

## Diarree

Sommige behandelingen kunnen diarree veroorzaken.

### Enkele tips je kunnen helpen om het probleem te voorkomen:

- blij vooral veel drinken om zo het verloren vocht te compenseren. Neem dranken zoals sportdranken, appelsap, water, slappe thee, klare bouillon,... Deze dranken drink je best lauw of op kamertemperatuur, nooit heel warm of heel koud. Koolzuurhoudende dranken laat je eerst hun gas kwijtraken.
- vermijd voedingsmiddelen die het maagdarmkanaal prikkelen, zoals koffie, bonen, kolen, sterk gekruide spijzen,...
- wanneer het beter gaat, kan je geleidelijk aan meer vezelrijke voeding eten, zoals rijst, bananen, appelpuree, aardappelpuree, beschuiten,...
- indien de diarree ondanks onze raadgevingen aanhoudt of indien de diarree gepaard gaat met pijn en/of krampen, moet je je arts raadplegen. Hij kan geneesmiddelen tegen diarree voorschrijven.

## Constipatie

Andere geneesmiddelen kunnen constipatie of verstopping in de hand werken. Let erop dat je nooit langer dan twee dagen zonder stoelgang blijft.

### Volgende tips kunnen je helpen om verstopping te voorkomen of te verhelpen:

- drink veel water, minstens 1,5 liter per dag. Begin met een groot glas 's morgens bij het opstaan.
- gebruik voedingsmiddelen die veel vezels bevatten, zoals zemelen, rauwe vruchten en groenten, volkorenbrood, noten.
- probeer in de mate van het mogelijke je normale activiteit te behouden; dit bevordert de stoelgang.
- wanneer de verstopping blijft bestaan, waarschuw dan je arts of verpleegkundige. Misschien heb je een laxerend middel nodig.

## Effect op de bloedcellen

Vóór de start van elke chemotherapie gebeurt er steeds een **bloedcontrole**. De witte of rode bloedcellen en/of de bloedplaatjes kunnen gedaald zijn door de vorige chemokuur.

Bij een te laag aantal cellen kan de dosis van de medicatie aangepast worden. Soms is het nodig om de therapie gedurende enkele dagen uit te stellen.

### **Daling van de witte bloedcellen**

Dit kan betekenen dat je meer kans maakt op infectie. Wanneer je je ziek voelt, is het belangrijk je lichaamstemperatuur te controleren. Bij koorts hoger dan 38° en/of bij koude rillingen moet je naar de afdeling spoedgevallen in het ziekenhuis komen.

De oorzaak van de koorts moet zo snel mogelijk worden nagegaan.

Enkele preventieve tips:

- vermijd contact met zieke personen
- was regelmatig de handen
- zorg voor een goede algemene hygiëne
- verzorg eventuele wondjes

### **Daling van de rode bloedcellen**

Dit kan betekenen dat je je sneller moe voelt of duizelig bent. Er kan kortademigheid ontstaan of je kan concentratiestoornissen ervaren.

### **Daling van de bloedplaatjes**

Een daling van de bloedplaatjes merk je bij bijvoorbeeld tandvles dat gemakkelijker bloedt, een wondje dat iets langer nabloedt of een neusbloeding. Neem geen medicatie die acetylsalicylzuur (= aspirine) bevat zonder advies van de arts. Deze medicatie beïnvloedt immers de bloedstolling.



## Haarverlies

Niet elke behandeling leidt tot haarverlies: dit is afhankelijk van de soort chemotherapie. Het haar kan op korte termijn of met tussenpozen uitvallen.

Haarverlies kan geheel of gedeeltelijk zijn en kan haarpijn veroorzaken. Dit fenomeen is tijdelijk. Na afloop van de behandeling zal je haar opnieuw groeien. In deze situatie kan je kiezen voor een pruik of een sjaaltje.

De oncologisch verpleegkundige kan je informatie geven over de verkoopadressen en de financiële tussenkomsten. Het is belangrijk voor jouw zelfbeeld en zelfvertrouwen dat je er tijdens de behandeling goed blijft uitzien.

Wens je na de behandeling je haar te laten kleuren, kan dit als het opnieuw voldoende stevig aanvoelt. Hiervoor gebruik je wel best een kleurshampoo op natuurlijke basis (zonder ammoniak).

## Vermoeidheid

Vermoeidheid komt vaak voor bij patiënten met kanker. Deze vermoeidheid kan soms van lange duur zijn en is niet voor iedereen hetzelfde. Praat erover met je arts of verpleegkundige; zij kunnen mee helpen zoeken naar oplossingen.

Enkele tips die je alvast kunnen helpen: verspreid geplande activiteiten over de dag

- neem voldoende rustpauzes
- doe een kort dutje indien nodig
- ga niet té lang aan één stuk door
- vraag hulp voor het uitvoeren van activiteiten, zoals koken, wassen, klusjes in de tuin,...

Een goed evenwicht tussen rust en activiteit bevordert het herstel. Als je goed voelt, mag je gerust verdergaan met je werk, hobby's, sociale activiteiten, en/of sport. De behandeling zal een belangrijke plaats in je leven innemen. Heel wat dingen zullen veranderen. Probeer in de mate van het mogelijke te blijven wie je bent. Leef ook nu op je eigen manier en ritme. De ene persoon zal de klemtoon op vertrouwde activiteiten leggen, de andere voelt zich misschien het beste in het contact met familie en vrienden.

Tijdens of na de behandeling kan je deelnemen aan een oncologisch revalidatieprogramma. Samen met lotgenoten wordt er 2 keer per week geoefend aan lichaamsconditie en spierkracht. Informeer ernaar bij de verpleegkundige.



# Ontsteking van de mondslijmvliezen

Door sommige behandelingen kan een droog en pijnlijk gevoel optreden in mond en keel, waardoor kauwen en slikken moeilijk en zelfs pijnlijk worden. Het is zeer belangrijk aandacht te besteden aan de mondverzorging tijdens je chemotherapie.

## Tanden poetsen

Poets dagelijks je tanden met een zachte tandenborstel. Gebruik een verzorgende tandpasta (bv. Sensodyne, Paradontax,...).

## Verzorging van je lippen

Wanneer de lippen droog en gebarsten zijn, strijk ze dan regelmatig in met pure vaseline of een lippenbalsem.

## Tandprothese

Indien je gebit niet goed past, verwijder het dan om je tandvlees te laten rusten. Ook een tandprothese moet dagelijks goed gepoetst worden.

Enkele tips die helpen om de mond vochtiger te maken en het eten te vergemakkelijken:

- drink voldoende (1,5 à 2 liter per dag)
- zuig voorzichtig op ijsblokjes
- zuig op harde snoepjes zonder suiker of kauw op suikervrije kauwgom

Slikken kan je eventueel vergemakkelijken door volgende tips:

- dompel brood in koffie, thee of melk
- eet eventueel gemixte voedingsmiddelen, zoals pudding, puree,...
- gebruik extra saus bij de warme maaltijd

Soms kan de chemotherapie wondjes veroorzaken in de mond (= stomatitis). Indien nodig schrijft de arts een cocktail voor als mondspoeling om zo de pijn te verlichten.

Je kan zelf deels deze mondletsels voorkomen door volgende tips:

- vermijd zure voedingsmiddelen en dranken, zoals tomaten, sinaasappelen, pompelmoes, producten met azijn,...
- vermijd zoute en gekruide voedingsmiddelen, probeer de pure smaak te (her)ontdekken
- houd mond en tandvlees proper om elke infectie te voorkomen
- ijskoude dranken en gerechten kunnen verdovend werken
- drink met een rietje wanneer gewoon drinken te pijnlijk is

## Vermijd zoveel mogelijk blootstelling aan de zon

De huid wordt gevoeliger door de therapie en kan sneller verbranden. Gebruik daarom een beschermende zonnecrème met een beschermingsfactor boven 50. Vergeet niet alle zones in te smeren die blootgesteld worden aan de zon. Draag eventueel een hoofddeksel.

## Stoppen met roken

Stoppen met roken is altijd een goede beslissing en zeker wanneer je chemotherapie krijgt. Je lichaam krijgt tijdens de therapie immers krachtige geneesmiddelen te verwerken. Door andere schadelijke stoffen zoals tabak te vermijden, voorkom je dat de effecten van de therapie kunnen worden beïnvloed.

## Medicatie

Sommige geneesmiddelen kunnen de werking van de therapie beïnvloeden. Het is daarom belangrijk dat je je behandelend arts gedetailleerd en volledig vertelt welke geneesmiddelen, vitamines, homeopathische middelen of plantenextracten je gebruikt!

## Vakantie

Als je een vakantie wil plannen, overleg dit dan eerst met de behandelend arts.

## Seksualiteit

De invloed van een behandeling op de seksualiteit is voor iedere patiënt verschillend. Zowel lichamelijke als emotionele gevolgen van je ziekte en behandeling kunnen je seksuele behoefte en jouw seksleven beïnvloeden. Chemotherapie of een behandeling met andere celremmende geneesmiddelen vormen geen bezwaar om te vrijen. Het gebruik van een condoom beschermt je partner van afvalstoffen van de chemomedicatie die zich in sperma of vaginaal vocht bevinden. Je vrijt dus best met een condoom gedurende de eerste 7 dagen na de chemotoediening.

Daarnaast is het belangrijk om tijdens en tijdelijk na je behandeling een zwangerschap te voorkomen. Bespreek met de arts de mogelijke anticonceptie. Chemotherapie kan ook de vruchtbaarheid aantasten. Zo zien we bij vrouwen vaak een tijdelijk of definitief stoppen van de menstruatie, waardoor menopauzale klachten ontstaan. Ook bij mannen kunnen de zaadcellen in sperma afnemen. Heb je nog een kindwens, bespreek dit dan tijdig met je arts.

Een veranderd lichaamsbeeld en tijdelijke of definitieve beperkingen kunnen ook een impact hebben op je seksuele leven. Een seksuoloog kan soms helpen met het omgaan met deze veranderingen.



# Voedings- ondersteuning

Gezonde voeding is in het dagelijkse leven belangrijk. Zeker ook tijdens jouw ziekte, maar tijdens chemotherapie is dit niet altijd eenvoudig. Het behoud van een goede voedingstoestand is vaak een opgave.

Bepaalde bijwerkingen en klachten kunnen het nuttigen van normale hoeveelheden voeding bemoeilijken. Op dat moment is het nodig om vooral voldoende energie te blijven opnemen en heeft een gezonde voedingskeuze niet altijd de voorkeur. Hiermee bedoelen we dat een extra koek, een ijsje, ... zeker kunnen. De behandeling kan veel van het lichaam vergen en daarom zijn vaak extra energie, vocht, eiwitten en voedingsstoffen nodig.

## Aanbevelingen voor jou en jouw naasten tijdens en na de behandeling

De afvalstoffen van de medicatie van je behandeling worden uitgescheiden langs urine, stoelgang, braaksel, bloed,...

Houd daar thuis rekening mee door:

- na het plassen het toilet tweemaal door te spoelen met gesloten deksel (om spatten te voorkomen) tot 7 dagen na de medicatietoediening!
- mannen: best zittend plassen!
- was steeds de handen na ieder toilet-bezoek.
- wees voorzichtig met het opruimen van braaksel. Doe dat zo nodig met plastic handschoenen aan.

## Voldoende energie

Mogelijk kan je eetlust afnemen door lichamelijke en/of psychische gevolgen van de ziekte of door de behandeling. Hierdoor kan je gewicht verliezen. Eén keer per week op de weegschaal gaan staan is ruim voldoende. Het kan zijn dat je geen normale portie meer kan eten. We raden dan aan om kleine, frequente maaltijden te nemen en extra energierijke tussendoortjes.

## Voldoende eiwitten

De eiwitbehoefte van het lichaam is vaak verhoogd tijdens de behandeling voor het herstel. Eiwitten halen we vooral uit melkproducten, kaas, vlees, vis, gevogelte, ei of vegetarische vervangproducten.

## Voldoende vocht

We hebben het in deze brochure al een paar keer aangegeven: het is van groot belang om voldoende te drinken (1,5 à 2 liter per dag). Bijkomend voordeel is dat je zo afvalstoffen vlugger uitplast. Water, vruchtensap, thee, koffie, bouillon, soep, frisdrank, milkshake,... kunnen afwisselend genomen worden. Alcohol kan een negatieve invloed hebben op de werking van bepaalde geneesmiddelen en is best te beperken tijdens de chemotherapie.

Tijdens de behandeling komt de **onco-diëtiste** bij je langs. Zij kan je helpen bij voedingsproblemen.

## Psychosociale begeleiding

Samen met de artsen en de verpleging wil het **oncologisch support team** je een houvast bieden en je helpen om te leren omgaan met je ziekte en de behandeling.

De **psycholoog** komt bij de start van de behandeling kennismaken. Zowel jij als jouw familie en naasten kunnen bij onze psycholoog terecht voor steun.

Ook de **sociaal assistente** komt regelmatig op de afdeling langs en kan je helpen bij vragen rond sociale voorzieningen, tegemoetkomingen en vragen rond hospitalisatieverzekering.

Bij de **ziekenhuispastor** kan je terecht met levens- en zingevingsvragen.

## Activiteiten

Doorheen het jaar worden voor mensen met kanker en hun naasten tal van activiteiten georganiseerd, zoals in '**A touch of Rose**'. Ook is er lotgenotencontact mogelijk door verschillende groepsactiviteiten en door het praatcafé.



## Vrijwilligerswerking

Op dinsdag- en vrijdagvoormiddag is er een vrijwilliger van **Kom op tegen Kanker** aanwezig in het ziekenhuis. Zij gaan langs bij patiënten die opgenomen zijn in het ziekenhuis en nood hebben aan een babbel.

## Vervoer tijdens de behandeling

Voor chemotherapie is een wettelijke tussenkomst in vervoerskosten voorzien. Op het einde van de behandeling stuurt de sociale dienst je een formulier op met alle behandelingsdata. Dit formulier bezorg je aan jouw mutualiteit, waarna een vergoeding wordt uitbetaald. Ook het vervoer met externe diensten kan geregeld worden.

## Na de behandeling

Om te voorkomen dat je poortkatheter verstopt wordt, wordt deze regelmatig gespoeld. Je kan hiervoor een afspraak maken op het dagziekenhuis.

Na de behandeling blijf je recht hebben op de reisonkostenvergoeding voor onderzoeken en consultaties. Vraag hiervoor een attest bij de behandelend arts, dat je vervolgens aan de mutualiteit bezorgt.

# Tot slot...

Heb je vragen of is er een probleem, neem dan contact met ons op! We zijn er om jou te helpen.

## **Verpleegteam dagziekenhuis geneeskunde**

Bereikbaar van 08.00u tot 18.00u  
03 890 17 43



Kristine De Keyzer

## **Hoofdverpleegkundige dagziekenhuis geneeskunde**

Kristine De Keyzer  
03 890 18 43



Kristel De Bleser

## **Oncologisch verpleegkundigen**

Bereikbaar van 08.00 tot 16.30u

Gynaecologie  
Kristel De Bleser  
03 890 59 36

Pneumologie/urologie  
Maggy Van Eetvelt  
03 890 16 71



Maggy Van Eetvelt



# AZ Rivierenland is als dynamisch ziekenhuis jouw partner in de zorg

Samen met ons netwerk van zorgverleners garanderen onze medewerkers kwaliteitsvolle en veilige zorg voor elke patiënt dicht bij huis.

# Wij wensen jou een spoedig herstel toe!

## **CAMPUS RUMST**

's Herenbaan 172 | 2840 Rumst  
03 880 90 11 (algemeen)  
03 880 91 90 (afspraken)

## **CAMPUS BORNEM**

Kasteelstraat 23 | 2880 Bornem  
03 890 16 11

## **CAMPUS WILLEBROEK**

Tisseltsesteenweg 27 | 2830 Willebroek  
03 890 16 11

**ref.: 50005663 (B)**

versie: 06/06/2019

foto's & illustraties: Adobe stock, shutterstock, eigen foto's

eigenaar: Kristel De Bleser, oncoverpleegkundige

v.u.: Sofie Vermeulen, communicatieverantwoordelijke

