

EVEROLIMUS (AFINITOR®)

KANKERCENTRUM



INHOUDSOPGAVE

01	Wat doet dit geneesmiddel?	3
02	Inname	3
03	Pletten / breken	3
04	Combinatie met andere geneesmiddelen	4
05	Bijzondere voorzorgsmaatregelen	4
06	Maatregelen bij een vergeten dosis	5
07	Voornaamste bijwerkingen	5
08	Wanneer moet ik contact opnemen met het ziekenhuis?	22
09	Bewaring	22
10	Waar verkrijgbaar?	22

01 WAT DOET DIT GENEESMIDDEL?

Everolimus wordt gebruikt voor de behandeling van inoperabele of uitgezaaide neuro-endocriene tumoren van pancreatische of gastro-intestinale oorsprong.

Everolimus belet de groei van kankercellen en doet dit door onder andere de bloedvatvorming af te remmen of zelfs te stoppen. De tumor krijgt op deze manier minder zuurstof en voedingstoffen.

Everolimus is de werkzame stof van het geneesmiddel met merknaam:

02 INNAME

De standaarddosering van everolimus is 10 mg, éénmaal per dag in te nemen met een glas water. Het is daarbij belangrijk dat u de tabletten elke dag op hetzelfde tijdstip probeert in te nemen: óf altijd op een volle maag óf juist altijd op een lege maag. Anders schommelt de hoeveelheid everolimus in uw bloed te veel.

De duur van de behandeling hangt af van hoe u de behandeling verdraagt en van het effect van de behandeling. Soms gebeurt het dat de nevenwerkingen hinderlijk zijn. In dat geval kan de arts met u bespreken om de dosis (tijdelijk) te verminderen of uw therapie even te onderbreken. Zo krijgt uw lichaam de kans om te herstellen.

03 PLETTEN / BREKEN

U mag de tabletten NIET pletten of breken.

Indien nodig, kan de tablet opgelost worden in een glas water. Het kan een aantal minuten duren vooraleer de tablet opgelost is. Spoel het glas water goed na zodat u de volledige dosis inneemt.

04 COMBINATIE MET ANDERE GENEESMIDDELEN

Voor u een behandeling met everolimus start, is het belangrijk om uw arts of apotheker te melden welke andere geneesmiddelen u gebruikt. Sommige geneesmiddelen kunnen de werking van everolimus verminderen of verhogen de kans op bijwerkingen. Dit geldt ook voor kruidenmiddelen en geneesmiddelen die u zonder voorschrift verkregen heeft.

Uw thuismedicatie zal bevestigd worden door een medewerker van de ziekenhuisapothek, eventueel telefonisch. Aan de hand van dit gesprek kijkt een apotheker na of alle medicatie die u neemt kan gecombineerd worden. Als er een optimalisatie mogelijk is, wordt dit met de behandelende arts besproken en indien relevant, wordt u op de hoogte gebracht.

05 BIJZONDERE VOORZORGSMAATREGELEN

- Gebruik geen preparaten op basis van Sint-Janskruid, dit kan de werking van everolimus nadelig beïnvloeden.
- Drink geen pompelmoessap of eet geen pompelmoes tijdens uw behandeling met everolimus. De hoeveelheid everolimus in uw lichaam kan hierdoor namelijk veranderen.
- Zowel vrouwen als mannen, moeten effectieve anticonceptie gebruiken tijdens en tot minstens 2 maanden na de behandeling met everolimus. Bespreek met uw arts wat de beste anticonceptiemethoden zijn voor u en uw partner.
- Geef geen borstvoeding tijdens de behandeling met everolimus, dit kan de groei en ontwikkeling van de baby beïnvloeden.
- Neem dit geneesmiddel niet als u lactose-intolerant bent.

06 MAATREGELEN BIJ EEN VERGETEN DOSIS

Het is belangrijk dit geneesmiddel consequent in te nemen.

- Als u een dosis everolimus bent vergeten, kan u de vergeten dosis inhalen tot 6 uur na het geplande tijdstip. Als het later dan 6 uur is na het geplande tijdstip, dan slaat u de vergeten dosis over. Neem uw volgende dosis op het geplande tijdstip.
- Meld een vergeten dosis steeds bij uw volgende ziekenhuisbezoek!

Als u moet braken na het innemen van everolimus, mag u geen extra tabletten innemen en moet u contact opnemen met uw arts.

07 VOORNAAMSTE BIJWERKINGEN

Deze brochure helpt u bij het omgaan met de bijwerkingen

- De tekst in het **groene vak** geeft tips die u kunnen helpen bij het omgaan met de klacht.
- De tekst in het **rode vak** geeft u meer uitleg voer wat u het best niet doet bij een bepaalde klacht.

Heeft u nog vragen over een bepaalde klacht, noteer ze dan en in een volgende consultatie kunnen we die samen bespreken.

Telefoonnummers bij vragen of problemen:

- Lore Hoof (oncologisch verpleegkundige): +32 9 332 09 11 (ma-vrij, tijdens diensturen)
- Kankercentrum: +32 9 332 55 25 (ma-vrij, tijdens diensturen)
- Uw huisarts
- Spoed (enkel voor spoedeisende situaties): +32 9 332 50 24

Volgende bijwerkingen kan u ervaren:

■ Verhoogde bloeddruk	6
■ Diarree	7
■ Vermoeidheid	9
■ Misselijkheid en braken	10
■ Verhoogd risico op infecties	12
■ Ontsteking van het mondslijmvlies (orale mucositis)	14
■ Verhoging van de bloedsuikerspiegel	16
■ Nagelveranderingen	16
■ Huiduitslag	17
■ Vochttopstapeling	18
■ Gewrichtspijn en -ontsteking	18
■ Pneumonitis	19
■ Seksualiteit en intimiteit	19
■ Vruchtbaarheidsproblemen	21

Verhoogde bloeddruk

Uw behandeling kan de bloeddruk soms doen stijgen. Het is belangrijk dat u dit regelmatig controleert. Als de bloeddruk verhoogd is bij meerdere metingen op 1 dag, dan spreken we van hypertensie. Een hoge bloeddruk kan verschillende symptomen veroorzaken en is belastend voor het lichaam.

Wat kan u ervaren bij een hoge bloeddruk?

- Hoofdpijn
- Duizeligheid
- Hartkloppingen
- Oorsuizen
- Wazig zicht
- Kortademigheid



WANNEER CONTACT OPNEMEN MET HET ZIEKENHUIS?

- Als u bij meerdere metingen een verhoogde bloeddruk heeft en/of veel klachten ervaart.
- Neem contact op met de verpleegkundig consulent. Ook uw huisarts kan ingrijpen bij een verhoogde bloeddruk.

Diarree

Diarree is een dunne, waterige ontlasting die vaker voorkomt dan u gewoon bent. Van zodra u last hebt van diarree, meldt u dat aan de verpleegkundige of de arts. Bij diarree tot 4x/dag is het belangrijk dat u voldoende drinkt (2 tot 3 liter per dag).

Indien u last heeft van **waterige diarree zonder koorts**, mag u **loperamide (Imodium®)** nemen.

Bij de eerste diarree-aanval mag u 2 loperamide-tabletten innemen. Daarna mag u telkens opnieuw één tablet innemen bij iedere losse stoelgang en dit tot max. 8 tabletten per dag. Neem nooit loperamide (Imodium®) om de diarree voor te zijn.

Soms kan het ook nodig zijn andere geneesmiddelen voor te schrijven om de diarree onder controle te krijgen. Daarom is het belangrijk dat u in contact blijft met uw arts en/of verpleegkundige indien u diarree ontwikkelt en dat u meteen het ziekenhuis verwittigt indien een bestaande diarree verergert.

Wat kan u ervaren bij diarree?

- Diarree: zachte tot vloeibare stoelgang, verlies van stoelgang
- Buikpijn, krampen
- Slijm of bloed in de stoelgang
- Tekenen van uitdroging: dorstgevoel, een droge mond, een droge of gerimpelde huid, donkere urine
- Gewichtsverlies

ADVIEZEN BIJ DIARREE

- **Diarree gaat gepaard met verlies van zout en vocht. Gebruik extra zout en drink voldoende water of sportdranken (bijvoorbeeld Aquarius) zodat u voldoende vocht opneemt (2 tot 3l).**
- **Spreek de maaltijden over de dag (5-6 keer per dag) en sla geen maaltijden over.**
- **Kauw goed.**
- **Kies voor voedingsmiddelen met oplosbare vezels zoals witte rijst, wit brood, havermout, bananen, appelmoes of fruit in blik.**

- **Zorg voor voldoende aanbreng van energie en eiwitten. Eet vlees, vis, eieren, kaas en volle melkproducten.**
- **Vervang aardappelen geregeld door witte pasta of witte rijst.**
- **Schil en ontpit het fruit. Eet beter geen druiven, abrikozen, perziken, pruimen, kiwi, ananas en gedroogd fruit.**
- **Het slijmvlies van de sluitspier kan geïrriteerd raken door de diarree. Gebruik zacht toiletpapier of een washandje. Zorg voor een goede lichaamshygiëne en breng een doorzichtige barrièrecrème (bv. Avène Cicalfate crème, Cavilon crème, Aldanex of Proshield Plus) aan ter hoogte van de sluitspier om de huid te beschermen.**
- **Controleer regelmatig of uw urine niet te donker is. Donkere urine kan op uitdroging wijzen.**
- **Weeg u 1x per week om uw gewicht op te volgen.**
- **Bespreek met uw arts of u medicatie mag nemen bij diarree.**

LET OP

- **Vermijd bruisende dranken, cafeïne-houdende dranken en alcohol om prikkeling van de darmen te voorkomen.**
- **Wees matig met voedingsmiddelen met onoplosbare vezels zoals rogge- en volkorenbrood en granen, muesli, bonen, erwten, rauwe groenten.**
- **Eet beter geen groenten met harde nerven, kolen (met uitzondering van bloemkool en broccoli), rode paprika, spinazie, asperges, erwten, maïs, peulvruchten en noten.**
- **Vermijd voedingsmiddelen die de darmslijmvliesen irriteren: sterke kruiden en specerijen (bv. curry, chili, look...).**
- **Vermijd zoetstoffen, vnl. producten die sorbitol bevatten (snoepgoed & kauwgom).**



Als de diarree ondanks de medicatie toch blijft aanhouden of verergert (4 tot 6x per dag losse stoelgang) en u ook last heeft van buikkrampen of bloed in de stoelgang, neem dan contact op met uw arts.

Vermoeidheid

Vermoeidheid is een veelvoorkomende bijwerking bij kankerbehandelingen. Niet alleen de behandeling, ook de ziekte zelf kan vermoeidheid veroorzaken. Vaak voelen mensen zich niet alleen lichamelijk vermoeid, maar ook op mentaal of sociaal vlak kan het u aan energie ontbreken. U kan zich ook moe voelen, zonder een (grote) inspanning te hebben gedaan.

Vermoeidheid kan helaas ook een sterke impact hebben op uw dagelijkse of sociale activiteiten. Het is dan ook geen banale klacht.

Hoe kan ik omgaan met vermoeidheid?

Streven naar een goed evenwicht tussen (licht) bewegen en rusten is belangrijk. Enkel als u zich echt ziek of uitgeput voelt, mag u zich niet forceren. Maar anders is het aangeraden om in de mate van het mogelijke in beweging te blijven. Dit hoeft niet altijd intensief te zijn: wandelen of fietsen bijvoorbeeld, de (klein)kinderen afhalen van school, boodschappen te voet doen, de auto wat verder parkeren en het laatste eindje wandelen, de trap nemen in plaats van de lift... Het kan allemaal helpen om uw uithouding en kracht op peil te houden tijdens de behandeling.

Voor meer concrete tips verwijzen we naar de **informatiebrochure** van Kom op tegen kanker **“Vermoeidheid bij en na kanker”** en <https://www.allesoverkanker.be/vermoeidheid-bij-kanker>.

Infosessies over ‘vermoeidheid en kanker’ worden in het UZ Gent georganiseerd voor u en uw familie. Vraag hierover meer informatie aan de verpleegkundige of aan het secretariaat van het Kankercentrum (tel. 09 332 55 25).

U kan ook mindfulness-sessies volgen. Die therapie heeft haar nut aangetoond bij de aanpak van vermoeidheid. Voor meer informatie kan u terecht bij Ingrid Jacobs, psychologe (ingrid.jacobs@uzgent.be of tel. 09 332 54 08).

U kan ook via onze sociale dienst informatie vragen over thuishulp. Thuishulpmedewerkers kunnen u tijdelijk ondersteunen bij huishoudelijke taken, boodschappen doen, enz.

Uw arts of verpleegkundige kunnen u met de sociaal werker in contact brengen. Meer info vindt u ook op www.uzgent.be.

Meer lezen over vermoeidheid



<https://www.kanker.be/alles-over-kanker/bijwerkingen/vermoeidheid>

<https://www.kanker.be/fysieke-activiteit-bij-na-kanker>



Als u last hebt van extreme vermoeidheid, neem dan gerust contact op met de verpleegkundig consulent of psycholoog. Zij zullen samen met u zoeken naar een goede manier om met de vermoeidheid om te gaan.

Misselijkheid en braken

Als reactie op de behandeling kan u misselijk zijn of moeten braken.

De klachten verschillen sterk van persoon tot persoon, ook bij mensen die dezelfde behandeling krijgen. Het is belangrijk om deze bijwerking te bespreken met de arts en de verpleegkundige. Zij kunnen u helpen door eventueel antibraakmedicatie op te starten.

Wat kan u ervaren bij misselijkheid en braken?

- Geen of een verminderde eetlust (ook door smaak- en/of geurveranderingen)
- Oprispingen
- Braakneigingen
- Een zwaar of opgeblazen gevoel in de maag

VOEDINGSADVIEZEN

- **Probeer voldoende te drinken. Als u te weinig drinkt en te veel vocht verliest door o.a. braken moet u contact opnemen met uw arts. Te weinig drinken kan het gevoel van misselijkheid erger maken.**
- **Drink ook energierijke dranken zoals melk, frisdrank, soep...**
- **Gember toevoegen aan de maaltijd of laten trekken in warm water kan misselijkheid verhelpen.**
- **Drink met kleine slokjes.**
- **Probeer verschillende keren per dag kleinere porties te eten.**
- **Combineer geen koude en warme gerechten tijdens één maaltijd (bv. geen rauwkost bij de warme maaltijd).**

ALGEMENE ADVIEZEN

- **Neem uw voorgeschreven medicatie stipt in. Zo kan u de misselijkheid voorkomen.**
- **Zorg voor een goede mond- en tandhygiëne.**

- Eet traag en kauw goed.
- Eet waar u zin in heeft.
- Eet wanneer de misselijkheid het minst is.
- Stop met eten als uw misselijkheid erger wordt en probeer het op een later tijdstip opnieuw.
- U kan steeds hulp vragen aan de onco-diëtiste.

ADVIEZEN BIJ BRAKEN

- Bij braakneigingen of gevoel van braken ademt u het best langzaam goed en diep in via de neus. Dit kan de klachten verminderen.
- Bij braken spoelt u uw mond met koud water. Wacht 1 à 2 uur met eten.
- Zorg voor afleiding: relaxatieoefeningen kunnen ook helpen tegen misselijkheid.
- Zorg voor voldoende frisse lucht.

LET OP

- Drink niet vlak voor of vlak na de maaltijd. Drink pas 30 minuten tot één uur na de maaltijd.
- Probeer storende geuren die uw misselijkheid kunnen verergeren te vermijden: etensgeuren, kruiden, specerijen, parfums, schoonmaakmiddelen, bloemengeuren...
- Ga niet onmiddellijk na de maaltijd liggen: een halfzittende houding is beter.
- Forceer u niet om te eten.

Zit u nog met vragen over deze bijwerking, dan kan u contact opnemen met onze diëtisten. Meer informatie vindt u op www.uzgent.be/kankercentrum.

Meer lezen over misselijkheid en braken

	http://www.kanker.be/alles-over-kanker/bijwerkingen/misselijkheid
	http://www.kanker.be/wat-te-doen-als-je-je-misselijk-voelt
	www.allesoverkanker.be/bijwerkingen-chemotherapie-en-hoe-ermee-omgaan#misselijkheid-en-braken
	https://www.voedingenkankerinfo.nl/wat-kan-ik-het-beste-eten-en-drinken-als-ik-misselijk-ben/



Het is belangrijk om deze klacht steeds te vermelden en uw arts te vragen naar bijkomende medicatie. Als u geen last hebt van misselijkheid of braken, denk dan niet dat de therapie minder werkt. Er bestaat geen relatie tussen misselijkheid en effectiviteit van de behandeling.

Verhoogd risico op infecties

De witte bloedcellen staan in voor de immuniteit. Een daling van het aantal witte bloedcellen kan dus tijdelijk de weerstand van uw lichaam verminderen. Het risico op infecties is dan groter. Dit wordt ook wel neutropenie genoemd.

Voor start van elke cyclus zal er een bloedafname gebeuren om de bloedcelaanmaak te controleren. Tijdens een risicoperiode is het belangrijk om onderstaande adviezen in acht te nemen en uzelf te beschermen tegen infecties.



De witte bloedcellen herstellen zich spontaan, maar als dat nog onvoldoende het geval is, kan de behandeling soms kort worden onderbroken. Zo krijgen uw bloedcellen meer tijd om te herstellen.

Wat merkt u mogelijks op bij een daling van het aantal witte bloedcellen?

- U heeft last van koorts ($> 38.5^{\circ}\text{C}$), zweten, koude rillingen.
- U heeft diarree, buikpijn, pijn aan de sluitspier.
- U heeft een ziek gevoel, voelt zich uitgeput, heeft hoofdpijn.
- Teken van een infectie:
 - U heeft keelpijn of afters in de mond, u hoest, u heeft een verstopte neus
 - U heeft een branderig gevoel bij het plassen, slecht ruikende urine
 - Roodheid, zwelling, ettervorming (lokale infectie)
 - U heeft last van vaginale jeuk of toenemende/gekleurde vaginale afscheiding

Het is ook mogelijk dat u helemaal geen symptomen ervaart bij een daling van de witte bloedcellen.

ADVIEZEN BIJ NEUTROPENIE

- Meet uw lichaamstemperatuur bij rillingen of als u zich ziek voelt. Verwittig bij koorts (vanaf 38.5°C) het ziekenhuis of uw huisarts!
- Voorkom wondjes en verzorg opgelopen wondjes zodat ze niet ontsteken.
- Draag handschoenen om in de tuin te werken.
- Zorg voor een goede mondhygiëne.
- Was uw handen regelmatig, zeker voor het eten en na het toiletbezoek.
- Bespreek met uw arts of u al dan niet een griepvaccin nodig heeft en wanneer dit best wordt toegediend.

LET OP

- Vermijd contact met grote groepen mensen of zieke mensen.
- Vermijd drukbevolkte plaatsen (markt, cinema, winkels, openbaar vervoer...).
- Let op voor kinderen met typische kinderziektes. U bent op dit moment vatbaarder om ook ziek te worden.
- Ga niet zwemmen.
- Vermijd contact met uitwerpselen van huisdieren.



Bij koorts vanaf 38.5°C moet u het ziekenhuis of uw huisarts verwittigen.

Zit u nog met vragen over deze bijwerking, dan kan u contact opnemen met onze diëtisten. Meer informatie vindt u op www.uzgent.be/kankercentrum.

Meer lezen over neutropenie



<http://www.allesoverkanker.be/bijwerkingen-chemotherapie-en-hoe-ermee-omgaan#gedaald-aantal-bloedcellen>

<http://www.kanker.be/alles-over-kanker/bijwerkingen/infecties-koorts-en-witte-bloedcellen>

Ontsteking van het mondslijmvlies (orale mucositis)

Sommige behandelingen kunnen bijwerkingen veroorzaken zoals de aantasting van de slijmvliesen in de mond. Een goede mondhygiëne is daarom cruciaal om mondproblemen te voorkomen en te behandelen.

Het wordt aangeraden om voor de start van uw behandeling een bezoek te brengen aan uw tandarts. Dit kan problemen voorkomen tijdens de behandeling. Laat geen ingrepen door de tandarts uitvoeren tijdens uw behandelingsperiode, zonder overleg te plegen met de oncoloog.

Wat is orale mucositis?

Orale mucositis is een ontsteking van het mondslijmvlies; met een rode, gezwollen en aangetaste mond en tong tot gevolg. Orale mucositis geeft ook pijn.

Orale mucositis kent verschillende gradaties van ernst (zie tabel). Hoe hoger de mucositisgraad, hoe meer last u heeft.

	Mucositisgraad	Symptomen
	Graad 0	In de mond is alles nog perfect normaal, geen klachten
	Graad 1	Roodheid, gevoeligheid in de mond
	Graad 2	Pijnlijke, zichtbare aantasting van het mondslijmvlies, soms roodheid, normaal eten is mogelijk
	Graad 3	Zeer pijnlijke, uitgebreide aantasting van het mondslijmvlies, vloeibare voeding is mogelijk
	Graad 4	Zeer uitgebreide aantasting van het mondslijmvlies met uitgebreide letsels in de mond; zeer pijnlijk; inname van voeding is onmogelijk

Tijdens uw behandeling inspecteert de (tand)arts of verpleegkundige uw mond op geregelde tijdstippen met een lampje.

Hebt u pijn of open wondjes in de mond, neem dan steeds contact op met de verpleegkundige. De pijnlijke zones in uw mond kunnen verholpen worden met een **laserbehandeling**. Dit is een pijnloze behandeling die gebeurt op voorschrift van de arts. Bespreek dit met de verpleegkundige. Meer

informatie hieromtrent kunt u vinden in de brochure lasertherapie voor de behandeling van orale mucositis. www.uzgent.be/kankercentrum.

TIPS VOOR EEN GOEDE MONDHYGIËNE

- Poets uw tanden na elke maaltijd, minstens twee maal per dag.
- Poets uw tanden steeds met een medium-zachte tandenborstel. Poets twee minuten lang met kleine draaiende bewegingen.
- Gebruik een fluoridehoudende milde tandpasta.
- Vervang uw tandenborstel bij tekenen van slijtage (haren naar buiten).
- Wacht minstens een half uur na de maaltijd voor u de tanden poetst.
- Spoel de tandenborstel grondig na en bewaar hem droog met de borstelkop naar boven.
- Spoel uw mond geregeld met water. Dit voorkomt uitdroging van de slijmvliezen en zorgt voor een zuivere mond.
- Houd uw lippen vochtig met een lippenbalsem.
- Drink voldoende.
- Vermijd tandpasta met een blekende werking voor wittere tanden.

TIPS VOOR EEN GOEDE MONDHYGIËNE MET PROTHESE

- Spoel de prothese na elke maaltijd af onder stromend water.
- Reinig uw kunstgebit minstens één keer per dag met zeep en spoel het nadien goed af.
- Neem de prothese 's nachts en enkele uren per dag uit uw mond. Zo krijgt uw mondslijmvlies wat rust.
- Bewaar uw gebitsprothese steeds op een droge plaats en reinig ze voor u ze weer in uw mond steekt.
- Bij afters of ontstekingen laat u de prothese het best uit en neemt u contact op met uw arts.



Bij pijn of letsels in de mond neemt u best contact op met de arts of verpleegkundig consulent. Zij kunnen u advies geven rond het gebruik van een mondspoelmiddel.

Verhoging van de bloedsuikerspiegel

Hyperglycemie is een te hoge bloedglucosespiegel die gepaard gaat met klachten. Het lichaam bevat op dat moment onvoldoende insuline of de insuline werkt onvoldoende. Hierdoor gaat de glucose zich opstapelen in het bloed en er ontstaat een hoge bloedsuikerwaarde.



Voor diabetici (mensen met suikerziekte) is het erg belangrijk dat de bloedglucose regelmatig gemeten wordt. Op die manier kan deze bijwerking nauwkeurig opgevolgd worden!

Wat kan u ervaren bij hyperglycemie?

- Vaak plassen
- Verhoogd dorstgevoel
- Een droge of plakkerige tong
- Vermoeidheid of slaperigheid
- Gewichtsverlies zonder reden

ADVIEZEN

- **Volg uw vast eetpatroon.**
- **Zorg voor voldoende beweging en/of sport.**
- **Drink voldoende.**
- **Als u reeds medicatie inneemt om uw bloedsuikerspiegel onder controle te houden, neem deze dan correct in volgens de instructies van uw arts.**



Contacteer het ziekenhuis als u symptomen van hyperglycemie waarneemt of als uw bloedglucosewaarden stijgen.

Nagelveranderingen

Uw nagels kunnen doorheen de behandeling veranderen. De klachten kunnen soms nog maanden na de stopzetting van de therapie aanhouden.

Wat kan u ervaren bij nagelveranderingen?

- Nagels die afbrokkelen of splitsen
- Nagels die broos worden waardoor ze gemakkelijk afbreken
- Nagels die ontkleuren of bruin verkleuren
- Het verschijnen van de typische nagelringen
- Het loskomen van de nagel van het nagelbed, pijnlijk nagelbed, infectie

PREVENTIEVE MAATREGELEN

- Verzorg uw nagels goed, voorkom vuile nagels.
- Houd uw nagels kort.
- U kan uw nagels extra beschermen door deze te hydrateren met een voedende crème.
- Draag gemakkelijke schoenen.
- Gebruik geen valse nagels. De lijm verwijderen is niet goed voor de nagels.
- Draag handschoenen om te vermijden dat uw nagels afbreken.
- Hou wondjes ter hoogte van het nagelbed goed in de gaten.
- Breng een nagelversteviger of voedende nagellak regelmatig aan tijdens de behandeling (zowel aan uw vingernagels als teennagels) en doe dit verder zolang uw nagels broos zijn. U kan hiervoor terecht bij uw apotheker, maar kan dit ook in verschillende supermarkten terugvinden.

LET OP

- Gebruik niet te veel nagellakremover.
- Gebruik geen irriterende producten.
- Scheur gebroken nagels niet af, gebruik een nagelvijltje.
- Gebruik geen nagellakremover met aceton.
- Gebruik zo weinig mogelijk gewone nagellak.



Het is belangrijk om uw arts te contacteren als u aanhoudende pijn of open wondjes hebt aan de nagels of de nagelbedden.

Huiduitslag

Uw behandeling kan soms jeuk of huiduitslag veroorzaken.

In zeldzame gevallen kan een plotse huiduitslag wijzen op allergie aan de chemotherapie of aan medicatie die tijdens de kuur wordt toegediend.

ADVIEZEN

- Kies een hydraterende crème waarmee u dagelijks de huid mag inwrijven. Voorkom een droge huid.
- Behaarde lichaamszones kan u 's avonds voor het slapen inwrijven.
- Gebruik een neutrale, niet-geparfumeerde crème zonder alcohol.
- Vermijd overmatige blootstelling aan direct zonlicht.
- Bescherm u goed tegen de zon, wind en koude om uitdroging van de huid te voorkomen. Gebruik een zonnecrème met factor 50. Breng deze minimum 30 min vóór u in de zon gaat aan en herhaal dit om de twee uur.
- Als u last hebt van jeuk, vraag dan een jeukstillend geneesmiddel aan uw arts of apotheker.



Als u last hebt van huiduitslag, meld dit dan steeds aan uw behandelende arts. Hij/zij kan u eventueel specifieke zalven of medicatie voorschrijven of doorverwijzen naar een dermatoloog.

Vochtopstapeling

Door de behandeling kan u soms vocht ophouden. Dit wordt ook wel oedeem genoemd. Het vocht houdt zich vast op plaatsen waar normaal geen of weinig vocht aanwezig is, bijvoorbeeld rond de enkels. Deze bijwerking is tijdelijk.

Wat kan u ervaren bij vochtopstapeling?

- Gezwollen voeten of benen, handen of armen
- Gewichtstoename
- Minder plassen
- Kortademigheid



Controleer regelmatig uw gewicht. Als u op korte tijd veel bijkomt of als u last heeft van kortademigheid, verwittig dan de arts.

Gewrichtspijn en -ontsteking

De behandeling kan soms gewrichtslast of gewrichtsontstekingen veroorzaken.

Contacteer de arts of verpleegkundige bij hevige of aanhoudende klachten. De arts kan u specifieke medicatie voorschrijven. Bij hevige last kan de everolimus tijdelijk onderbroken worden (in overleg met uw behandelende arts!).

Wat kan u ervaren bij gewrichtsontsteking?

- Pijnklachten
- Zwellings
- Roodheid
- Lokaal warmtegevoel
- Stijfheid, verminderde beweeglijkheid

Pneumonitis

De behandeling kan in zeldzame gevallen een beeld van longontsteking veroorzaken. Dit kan ook plots optreden als u de medicatie al langer gebruikt.

Neem onmiddellijk contact op met het ziekenhuis als u klachten van een longontsteking ervaart. Er zal een radiologisch onderzoek gebeuren om een correcte diagnose te stellen.

Wat kan u ervaren?

- Hoesten
- Kuchen
- Kortademigheid
- Gevoel van ademnood

Seksualiteit en intimiteit

Voor veel mensen is intimiteit en seksualiteit belangrijk voor hun levenskwaliteit. De ziekte, de mogelijke bijwerkingen van de behandeling en het gebruik van bepaalde medicatie kunnen een invloed hebben op de zin om te vrijen of het intiem zijn. Wat er verandert, kan verschillen van persoon tot persoon. Het is goed mogelijk dat u uw seksleven nu minder belangrijk vindt door andere zorgen over de ziekte, behandeling... Voor anderen kan seksualiteit en intimiteit net heel veel betekenen in deze periode. Dit verschilt van persoon tot persoon. Het is belangrijk om eventuele veranderingen of problemen bespreekbaar te maken met uw partner of zorgverleners.

Uw ziekte of behandeling kan op verschillende manieren een impact hebben op uw seksualiteit en intimiteit. Fysieke problemen kunnen uw seksleven beïnvloeden. Door een verminderde algemene conditie of vermoeidheid kan u kortademig zijn tijdens het vrijen. Sommige patiënten ervaren ook een afname van intensiteit of bereiken moeilijk een orgasme.

Vrouwen kunnen vroegtijdig in de menopauze komen. Dit merkt u aan het uitblijven van uw maandstonden en aan menopauzale klachten zoals warmteopwellingen en vaginale droogte.

Mannen kunnen erectieproblemen krijgen of last hebben van pijnlijke zaadlozingen of droge orgasmes.

Ook psychologische problemen kunnen een impact hebben. Misschien moeten u en uw partner wennen aan de uiterlijke veranderingen door de behandeling, zoals haarverlies, gewichtstoename of –verlies. Misschien voelt u zich minder aantrekkelijk en/of heeft u angst bij het vrijen door de katheter of stoma.

Het is ook niet evident voor uw partner: soms heeft die ook schrik om intiem te zijn. Alles is precies anders en moeilijker nu heel het leven beïnvloed wordt door de ziekte en behandeling. Daarom is het belangrijk om te praten met uw partner. Intimiteit blijft belangrijk, ook al gebeurt het nu minder frequent of op een andere manier. Het is belangrijk elkaar ook daarin te vinden.

We raden u aan om tot 7 dagen na de toediening van de chemoprodukten bij het vrijen een condoom te gebruiken. Restanten van de medicatie zitten ook in de slijmvliesen en uw partner komt hier best niet mee in contact. Als u hormoontherapie krijgt, moet u met uw arts bespreken welk soort voorbehoedsmiddel u mag gebruiken. Sommige anticonceptiepillen kunnen immers de werking van de hormoontherapie beïnvloeden.

Tijdens uw behandeling wordt u beter niet zwanger. De behandeling kan schadelijk zijn voor de baby.

ADVIEZEN

- **Persoonlijke hygiëne blijft zeer belangrijk, ook bij het knuffelen en vrijen. Aandacht besteden aan uw uiterlijk kan een positieve invloed hebben op uw zelfvertrouwen.**
- **Probeer met uw partner te blijven praten over intimiteit en seksualiteit. U kan aangeven welke handelingen u wel of niet kunt of wilt.**
- **Een centrale katheter of verbanden zijn meestal geen belemmering om te knuffelen of te vrijen.**
- **Bij een te laag aantal bloedplaatjes en bij drogere slijmvliesen raden wij steeds het gebruik van glijmiddel (op waterbasis) aan.**
- **Besprek orgasme- en erectieproblemen met uw behandelende arts of verpleegkundige. Zij kunnen u helpen of eventueel doorverwijzen.**
- **Medicatie kan ook een invloed hebben op het beleven van seksualiteit. Bespreek dit met uw apotheker of behandelend arts.**

Problemen met seksualiteit, zowel op lichamelijk als op emotioneel vlak, kan u bespreken met de arts, verpleegkundige of psycholoog. Als u dit wil, kan u ook terecht bij de seksuoloog van het ziekenhuis (tel. 09/332.60.23). U kan ook steeds terecht met uw vragen op kanker_en_seksualiteit@uzgent.be. Meer info vindt u op www.uzgent.be/kankercentrum.

Meer lezen over kanker en seksualiteit



<https://www.allesoverkanker.be/vraag/wat-de-impact-van-chemotherapie-op-ons-seksleven>

<http://www.kanker.be/alles-over-kanker/jongeren-en-kanker/bijwerkingen/kanker-en-seksualiteit>

Vruchtbaarheidsproblemen

De ziekte, de eventuele bijwerkingen van de behandeling en het gebruik van bepaalde medicatie kunnen een verminderde of blijvende onvruchtbaarheid veroorzaken. Chemotherapie is bedoeld om kankercellen te vernietigen. Maar ook gezonde cellen kunnen vernietigd raken, ook de eicellen en zaadcellen. De uiteindelijke schade is afhankelijk van de dosis en het type chemotherapie dat u krijgt. Als u een kinderwens hebt, is het belangrijk om hier zeker voor de start van uw behandeling met uw arts over te spreken.

ADVIEZEN

- **Overleg met uw arts welke consequenties de behandeling heeft voor uw vruchtbaarheid.**
- **Bespreek het gebruik van gepaste anticonceptie met uw behandelende arts.**
- **Een zwangerschap tijdens de behandeling wordt afgeraden aangezien die schadelijk kan zijn voor de baby. Zolang er geen eenduidige uitspraak is over (on)vruchtbaarheid, moet u er rekening mee houden dat u nog vruchtbaar kunt zijn tijdens en na uw behandeling. Daarom is het raadzaam de gepaste voorbehoedsmiddelen te gebruiken.**
- **Het is belangrijk om problemen te bespreken met een arts of verpleegkundige.**
- **Als u een kinderwens hebt, bespreek dit dan met de arts of verpleegkundige.**

Meer uitgebreide informatie over (on)vruchtbaarheid bij kanker kan u terugvinden in de informatiebrochure vruchtbaarheid bij patiënten met kanker op www.uzgent.be/kankercentrum

08 WANNEER MOET IK CONTACT OPNEMEN MET HET ZIEKENHUIS?

- Als u koorts heeft, vanaf 38,5°C.
- Als u tekenen van een infectie waarneemt.
- Als u niet of onvoldoende kan eten en/of drinken.
- Als u meer dan drie dagen braakt of als u meer dan 3x per dag braakt.
- Als u een pijnlijke en gezwollen maag heeft.
- Als u tekenen van uitdroging vertoont (dorstgevoel, droge huid, weinig plassen).
- Als u op korte tijd veel vermagert.
- Als u pijn of bloedingen in uw mond heeft.
- Als u koorts heeft die gepaard gaat met mondklachten.
- Als u last heeft van pijn tijdens de ontlasting en uw stoelgang hard is.
- Als u aanhoudende diarree heeft.
- Als u last heeft van een opgezet buik.
- Als u buikpijn of buikkrampen heeft.
- Als u zich erg misselijk voelt en moet braken.
- Als u pijn op de borst ervaart.

09 BEWARING

Bewaar dit geneesmiddel op kamertemperatuur en op een veilige plaats buiten het bereik van kinderen en huisdieren.

Breng overgebleven medicatie terug naar de ziekenhuisapothek, spoel deze zeker niet door via het toilet of de lavabo.

10 WAAR VERKRIJGBAAR?

Dit geneesmiddel is enkel verkrijgbaar op voorschrift in de ziekenhuisapothek van het UZ Gent (ingang 12, route 1570). Breng uw identiteitskaart mee als u het geneesmiddel komt afhalen.

Everolimus wordt volledig terugbetaald door de ziekteverzekering.

Openingsuren ziekenhuisapotheek UZ Gent:

Maandag-vrijdag:	8u-20u
Zaterdag:	8u-12u en 13u-16u30
Zondag en feestdagen:	8u-13u

Telefoonnummer ziekenhuisapotheek bij vragen: +32 9 332 32 41

Notities

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het Kankercentrum UZ Gent. Het UZ Gent kan op geen enkele wijze verantwoordelijk worden gesteld bij gebruik van deze brochure/dit protocol buiten het UZ Gent.