

CAPECITABINE(XELODA®) + RADIOThERAPIE

KANKERCENTRUM



WAT VINDT U TERUG IN DEZE BROCHURE / INHOUDSOPGAVE

01	Inleiding	3
02	Praktisch	3
03	Wat doet dit geneesmiddel?	3
04	Inname	4
05	Pletten / breken	5
06	Combinatie met andere geneesmiddelen	5
07	Bijzondere voorzorgsmaatregelen	5
08	Maatregelen bij een vergeten dosis	6
09	Voornaamste bijwerkingen	7
10	Wanneer moet ik contact opnemen met het ziekenhuis?	24
11	Bewaring	25
12	Waar verkrijgbaar?	25
13	Xeloda® - Doseringsschema	26

01 INLEIDING

In samenspraak met uw arts is er beslist om een behandeling met chemopillen capecitabine (Xeloda®) en radiotherapie te starten.

De behandeling gebeurt op de poli Radiotherapie en verloopt ambulant.

U krijgt gedurende vijf of zes weken dagelijks radiotherapie (zie aparte brochure).

Op de dagen van bestraling moet u 2x daags capecitabine (Xeloda®) innemen. De dosis wordt bepaald door de arts.

02 PRAKTISCH

In de voorbereiding op de bestraling worden verschillende processen doorlopen. Die vergen tijd en aandacht, ze hebben echter maar één doel en dat is een maximale kwaliteit leveren om uw bestraling correct uit te voeren. Er dient een NMR, een PET CT en een CT simulatie te gebeuren. Dan kan het bestralingsplan gemaakt worden. In de aparte brochure van radiotherapie worden de algemene begrippen, de voorbereiding, het type bestraling (IMAT: IMRT-ARC) en het praktische verloop verduidelijkt.

Het radiotherapiepark bereikt u via ingang 98.

Wekelijks wordt er een bloedafname gepland. U krijgt steeds het aanvraagformulier mee van de arts. Wanneer u langskomt voor de radiotherapie kan u de bloedafname laten doen op de dienst radiotherapie zelf of in het labo (**route 734 of route 1227**).

Soms is een uitstel of dosisaanpassing van de therapie noodzakelijk bij nevenwerkingen en/of afwijkende bloedresultaten.

03 WAT DOET DIT GENEESMIDDEL?

Capecitabine wordt gebruikt voor de behandeling van bepaalde vormen van kanker van de maag, de darmen of de pancreas.

Capecitabine is op zichzelf geen antikanker geneesmiddel. Pas als het in het lichaam is opgenomen, wordt het omgezet in een actief antikankermiddel (voornamelijk in het tumorweefsel). Het remt de groei van de kankercellen.

Capecitabine is de werkzame stof van het geneesmiddel met merknaam: Xeloda®

04 INNAME

De dosis capecitabine is afhankelijk van uw lengte en gewicht. Er zijn zowel tabletten van 150 mg als tabletten van 500 mg beschikbaar. Indien u een combinatie van beide tabletten dient in te nemen, let dan op dat u zich niet van dosis vergist. In sommige gevallen kunnen dosisaanpassingen nodig zijn. Uw arts zal een aan uw situatie aangepaste dosis en een aangepast behandelingsschema voorschrijven.

- Neem de tabletten in hun geheel (zonder te kauwen) met water in **binnen 30 minuten na het beëindigen van een maaltijd**. U heeft dan minder last van misselijkheid.
- Laat steeds 12 uur tussen beide innamemomenten: bijvoorbeeld 8u en 20u.
- Was steeds uw handen na het innemen van capecitabine.

..... mg 's morgens		 x tabletten van 500 mg	
		 x tabletten van 150 mg	
..... mg 's avonds		 x tabletten van 500 mg	
		 x tabletten van 150 mg	

U dient de capecitabine-tabletten 2x per dag in te nemen op dagen van radiotherapie. In het weekend hoeft u dus geen tabletten in te nemen (tenzij er dan bijvoorbeeld een uitgestelde sessie radiotherapie doorgaat).

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.

05 PLETTEN / BREKEN

U mag NIET kauwen op de tablet en de tablet NIET breken.

Indien u de tabletten echt niet kunt inslikken, dan kunt u ze voorzichtig pletten en vervolgens oplossen in een glas water. Ga hiervoor als volgt te werk:

- plet de tabletten en los ze op in een groot glas water
- roer met een lepel tot alles volledig opgelost is
- drink het glas volledig leeg
- was je handen en het glas onmiddellijk af.

06 COMBINATIE MET ANDERE GENEESMIDDELEN

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

Uw thuismedicatie zal bevraagd 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.

07 BIJZONDERE VOORZORGSMATREGELEN

- Capecitabine is zeer sterk werkzaam. Voorkom dat het poeder van een kapotte tablet kan verstuiven. Het kan ook schadelijk zijn voor uw huisgenoten. Breng een verpakking met kapotte tabletten naar uw apotheek voor vernietiging.
- Vermijd blootstelling aan zon en UV-licht zonder bescherming. Het is raadzaam beschermende kleding en zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor te gebruiken wanneer u wordt blootgesteld aan de zon.

- Vrouwen die zwanger kunnen worden, moeten effectieve anticonceptie gebruiken tijdens en tot enkele maanden na de behandeling met capecitabine.
- Geef geen borstvoeding tijdens de behandeling met capecitabine.
- Ook mannen die capecitabine gebruiken mogen in deze periode geen kind verwekken.

08 MAATREGELEN BIJ EEN VERGETEN DOSIS

Het is belangrijk dit geneesmiddel consequent in te nemen.

- Indien u binnen één uur na het gebruikelijke tijdstip merkt dat u de dosis bent vergeten, neem de dosis dan toch nog in.
- Herinnert u zich later dan één uur na het gebruikelijke tijdstip dat u een dosis bent vergeten? Sla dan de vergeten dosis over en neem uw volgende dosis in op het gebruikelijke tijdstip.

Neem nooit een dubbele dosis om een vergeten dosis in te halen en meld een vergeten dosis steeds bij uw volgende ziekenhuisbezoek!

09 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 over 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:

- Verpleegkundig consulent orale anti-kankertherapie (VC OAT): +32 9 332 19 50 (ma-vrij, 9u-12u)
- 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:

■ Vermoeidheid	8
■ Misselijkheid en braken	9
■ Diarree	11
■ Verhoogd risico op infecties	13
■ Daling van het aantal bloedplaatjes	15
■ Ontsteking van het mondslijmvlies (orale mucositis)	16
■ Haarverdunning	18
■ Hand-voetsyndroom	18
■ Krampende pijn op de borstkas	19
■ Invloed op seksualiteit en intimiteit	20
■ Vruchtbaarheidsproblemen	21
■ Huidreactie ten gevolge van bestraling	22

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 moet u 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.**
- **Zorg voor voldoende frisse lucht.**

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.

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 Imodium-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
- Teken 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).**
- **Spread 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.**
Wanneer u bestraling krijgt, dient u het gebruik van crèmes steeds eerst na te vragen aan de arts!
- **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.**
- **Besprek met uw arts of u medicatie mag nemen bij diarree.**

LET OP

- **Vermijd bruisende dranken, cafeïnehoudende 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 darmslijmvliezen irriteren: sterke kruiden en specerijen (bv. curry, chili, look...).**
- **Vermijd zoetstoffen, vnl. producten die sorbitol bevatten (snoepgoed & kauwgom).**

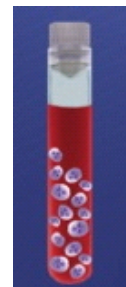
!

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.

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>

Daling van het aantal bloedplaatjes

Bloedplaatjes zorgen voor de bloedstolling. Door chemotherapie kunnen deze bloedcellen in aantal verminderen en stolt uw bloed minder snel. Dit wordt ook trombocytopenie genoemd.

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

- Neusbloedingen duren langer.
- U heeft blauwe plekken of rode/paarse, speldenkopgrote plekjes op de huid (petechiën of puntbloedinkjes).
- U ontdekt bloed bij urineren of bloed in de stoelgang.
- U ontdekt bloed bij het hoesten of braken.
- U heeft last van bloedend tandvlees.
- U heeft meer bloedverlies tijdens de menstruatie.
- U heeft last van spontane bloedingen.
- U heeft aanhoudende of oplopende hoofdpijn.

ADVIEZEN BIJ TROMBOCYTOPENIE

- **Gebruik bij voorkeur een mediumzachte tandenborstel bij het tandenpoetsen.**
- **Breng uw tandarts op de hoogte dat u een behandeling met chemotherapie ondergaat.**
- **Snuut uw neus zachtjes.**
- **Draag handschoenen bij het klussen of tuinieren.**
- **Uw menstruatie kan heviger zijn, maar kan tijdens de chemotherapie soms ook wegblijven.**

LET OP

- **Probeer kwetsuren te vermijden: deze kunnen een bloeding veroorzaken.**
- **Scheer u met een elektrisch apparaat in plaats van scheermesjes.**

!

Als u bloed opmerkt in uw urine of spontane bloedingen heeft, moet u contact opnemen met uw arts.

Ontsteking van het mondslijmvlies (orale mucositis)

Chemotherapie tast ook gezonde cellen aan. Dat kan 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. Vertel uw tandarts dat u met chemotherapie start en laat uw gebit grondig nakijken. 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.

Haarverdunning

Bij deze chemokuur zal geen haarverlies optreden, maar het kan wel wat dunner worden.

In het ziekenhuis werken schoonheidsspecialisten die u goede tips kunnen geven over de verzorging van uw huid en haar. U kan steeds een afspraak met hen maken.

U heeft tijdens uw behandeling recht op zes keer een gezichtsmassage en zes keer een lichaamsmassage.

Deze vinden plaats aan bed of in een van onze wellnessruimtes (dagziekenhuis Medische oncologie, ingang 50, route 612 OF poli BAS, ingang 12, route 1325). U kunt een afspraak maken via het secretariaat van het Kankercentrum (tel. 09 332 55 25).

Maak gerust gebruik van dit aanbod. U hoeft hiervoor niet te betalen. Deze sessies zijn mogelijk door de steun van de VLK en de Stichting tegen Kanker.

In de brochure 'Goed verzorgd, beter gevoel' van de Stichting tegen Kanker vindt u nog een pak nuttige adviezen i.v.m. deze bijwerking (www.kanker.be > Publicaties > Leven met kanker > "goed verzorgd, beter gevoel – gids met schoonheidstips").

LET OP

- **Vermijd zon tijdens de behandeling en gebruik een zonnecrème met een beschermingsfactor 50.**
- **Breng de zonnecrème aan 30 minuten vóór u in de zon gaat aan en herhaal om de 2 uur.**

Hand-voetsyndroom

Sommige chemotherapie kan een pijnlijke roodheid en zwelling veroorzaken aan uw handpalmen en voetzolen. Zorgverleners noemen dit ook wel hand-voetsyndroom. Dit treedt bij bepaalde chemotherapie duidelijk meer op dan bij andere.

Wat kan u ervaren bij hand-voetsyndroom?

- Jeuk
- Pijn en gevoelloosheid
- Roodheid
- Zwelling van de huid
- Uw huid schilfert of vervelt
- Kloven

Bij de meeste mensen zijn deze symptomen mild en verdwijnen ze binnen één à twee weken na stopzetting van de behandeling. In sommige gevallen zijn de symptomen ernstiger. Soms kan het hand-voetsyndroom evolueren naar een zeer uitgesproken droge huid met afschilfering of blaarvorming.

Uw behandelende arts kan een lokaalwerkende crème voorschrijven. Soms moet de chemotherapie verminderd of onderbroken worden.

ADVIEZEN BIJ HAND-VOETSYNDROOM

- **Gebruik een hydraterende en verzachtende crème, zeker als uw handen en voeten droog zijn. (bv. uiercrème)**
- **Verzorg steeds uw nagels en vermijd vorming van kloofjes.**
- **Ontsmet kloven onmiddellijk.**
- **Uw handen of voeten afkoelen door o.a. ijsbadjes kan de symptomen verzachten.**
- **Draag loszittende, comfortabele kleding en schoenen.**
- **Gebruik handschoenen als u in het huis of in de tuin werkt.**
- **Bij aanhoudende last kan er een afspraak gemaakt worden bij een podoloog/pedicure via de wondzorgkliniek van het UZ Gent.**

LET OP

- **Stel uw huid niet bloot aan heet water.**
- **Probeer hitte en zonnebrand te vermijden.**
- **Voorkom kwetsuren: draag handschoenen voor klusjes in de tuin, bescherm drukpunten op de handen en voeten, tracht gereedschap steeds in wisselende posities te gebruiken bij repetitief werk...**

Krampende pijn op de borstkas

Capecitabine kan in zeldzame gevallen coronaire spasmen veroorzaken. Dit zijn onregelmatige samentrekkingen van de bloedvaten rond het hart, die het hart zelf van bloed voorzien.

Dit kan zorgen voor een krampende pijn op de borstkas doorheen de behandeling.



Als u krampende pijn op de borstkas ervaart doorheen de behandeling dient u steeds een arts te raadplegen. De (huis)arts dient een E.C.G. (hartfilmpje) te maken.

Invloed op 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 slijmvliezen raden wij steeds het gebruik van glijmiddel (op waterbasis) aan.**
- **Bespreek 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 kindwens 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.

Huidreactie ten gevolge van bestraling

Waarom krijgt u mogelijks last van huidreacties?

Het is heel normaal dat de huid reageert op de bestraling. Straling heeft niet alleen invloed op de kankercellen, maar ook op de gezonde cellen in het bestraald gebied. De mate waarin uw huid reageert is individueel verschillend. Verschillende factoren spelen hierbij een rol.

De huidreacties zijn enkel mogelijk op de plaats waar u bestraald wordt. Radiotherapie is een lokale behandeling.

Huidreacties komen meestal voor in de huidplooien en ter hoogte van operatielittekens. Reeds enkele uren na de bestraling kan roodheid optreden ter hoogte van de bestraalde huid. Deze is van voorbijgaande aard. Op de bestralingsplaats kan uw huid er rood, droog en lichtjes opgezwollen uitzien.

Wat kan u doen om de huidreacties te beperken?

Tijdens de bestralingsperiode

ADVIEZEN

- **Inspecteer dagelijks de bestraalde huid.**
- **Was, indien u zeep wenst te gebruiken, de bestraalde huid het best met een zachte doucheolie of u kan een zachte zeep gebruiken. Deze producten hebben geen parfum en geen bewaarmiddel.**
- **Dep uw huid droog, nooit wrijven. Gebruik zachte badhanddoeken**
- **Draag loszittende kledij (vermijd druk en wrijving). Draag liefst katoenen kledij (luchtiger).**

LET OP

- **Wrijf niet te hard met een washandje t.h.v. de bestraalde huid, spoelen mag. Gebruik lauw water. Vermijd te koud of te warm water. Neem liever een douche dan een bad (te veel verweking).**
- **Gebruik geen warmwaterkruik of een elektrisch kussen/deken.**
- **Ga niet zwemmen in chloorwater, dit heeft een uitdrogend effect.**
- **Breng geen kleefpleister aan in de bestraalde zone. Indien nodig kunnen zachte pleisters worden gebruikt (silicone-tape). Gebruik ook geen ether.**
- **Krab bij jeuk niet t.h.v. de bestraalde huid. Bespreek dit probleem met uw arts.**

ADVIEZEN

- Inspecteer de bestraalde huid 2 maal per week. Het 1e jaar na de bestraling blijft de huid kwetsbaar.
- Was na de bestraling de aangebrachte strepen niet meteen af (wrijving). Ze verdwijnen vanzelf (ongeveer na 1 week).
- Hydrateer de huid verder bij een droge huid na de bestraling. Doe dit zolang de huid droog is.
- Zon het 1ste jaar na de bestraling niet. Bedek steeds de bestraalde huid en gebruik een zonnecrème t.h.v. de blootgestelde en bestraalde lichaamsdelen (sunblock).
- Vermijd druk en wrijving.
- Bescherm uw bestraalde huid tegen wind en koude.

Meer lezen over bijwerkingen radiotherapie



<https://www.allesoverkanker.be/bijwerkingen-radiotherapie>

10 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 opgezette buik.

- Als u buikpijn of buikkrampen heeft.
- Als u zich erg misselijk voelt en moet braken.
- Als u pijn op de borst ervaart.
- Als u geelzucht ontwikkelt (oogwit of huid ziet er gelig uit; ontkleurde ontlasting; donkere urine; jeuk).

11 BEWARING

Bewaar dit geneesmiddel veilig en buiten bereik van kinderen en huisdieren.

Capecitabine mag op kamertemperatuur bewaard worden, opgelet voor vocht en direct zonlicht.

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

12 WAAR VERKRIJGBAAR?

Dit geneesmiddel is verkrijgbaar op voorschrift in uw thuisapotheek.

Capecitabine(Xeloda®) 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

.....

.....

.....

.....

.....

.....

13 XELODA® - DOSERINGSSCHEMA

Xeloda®	
OCHTEND	x tabletten 500 mg x tabletten 150 mg
AVOND	 x tabletten 500 mg x tabletten 150 mg

Enkel in te nemen op dagen van radiotherapie! Binnen 30 minuten na de maaltijd

Start week 1:/...../.....

Start week 4:/...../.....

Start week 2:/...../.....

Start week 5:/...../.....

Start week 3:/...../.....

Start week 6:/...../.....

		Dag 1/.....	Dag 2	Dag 3	Dag 4	Dag 5	Dag 6	Dag 7
Week 1	ochtend	✓	✓	✓	✓	✓	Rust	Rust
	avond	✓	✓	✓	✓	✓	Rust	Rust

		Dag 8/.....	Dag 9	Dag 10	Dag 11	Dag 12	Dag 13	Dag 14
Week 2	ochtend	✓	✓	✓	✓	✓	Rust	Rust
	avond	✓	✓	✓	✓	✓	Rust	Rust

		Dag 15/.....	Dag 16	Dag 17	Dag 18	Dag 19	Dag 20	Dag 21
Week 3	ochtend	✓	✓	✓	✓	✓	Rust	Rust
	avond	✓	✓	✓	✓	✓	Rust	Rust

		Dag 22/....	Dag 23	Dag 24	Dag 25	Dag 26	Dag 27	Dag 28
Week 4	ochtend	✓	✓	✓	✓	✓	Rust	Rust
	avond	✓	✓	✓	✓	✓	Rust	Rust

		Dag 29/....	Dag 30	Dag 31	Dag 32	Dag 33	Dag 34	Dag 35
Week 5	ochtend	✓	✓	✓	✓	✓	Rust	Rust
	avond	✓	✓	✓	✓	✓	Rust	Rust

		Dag 36/....	Dag 37	Dag 38	Dag 39	Dag 40	Dag 41	Dag 42
Week 6	ochtend	✓	✓	✓	✓	✓	Rust	Rust
	avond	✓	✓	✓	✓	✓	Rust	Rust

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.