

JOUW BEHANDELING MET VINCRISTINE, IRINOTECAN EN TEMOZOLOMIDE

INHOUD

01	Inleiding	3
02	Hoe verloopt de behandeling?	4
03	Bijwerkingen	6
04	Wanneer moet ik contact opnemen met het ziekenhuis?	15

01 INLEIDING

Jouw behandeling bestaat uit drie chemotherapeutische producten, namelijk vincristine, irinotecan en temozolomide. Naast de chemotherapeutische producten (cytostatica) krijg je ook nog andere geneesmiddelen toegediend om bijwerkingen zoveel mogelijk te voorkomen. Deze brochure vertelt je hoe de behandeling verloopt, welke bijwerkingen je kan verwachten en wat je hieraan kan doen.

De **blauwe tekst met een !-icoontje** bevat tips die je kunnen helpen om de klacht te verminderen of geeft aan wat je beter vermijdt bij een bepaalde klacht.

De **rode tekst met een !-icoontje** vertelt je welke klachten je in de gaten moet houden en wanneer je een arts of het ziekenhuis moet verwittigen.

Heb je nog vragen over een bepaalde klacht, noteer ze. Bij een volgende consultatie bespreken we jouw vragen samen.

Tijdens je behandeling staat een **volledig team** voor je klaar: artsen, de verpleegkundig consulent, verpleegkundigen, psychologen, sociaal werkers en diëtisten. Vraag hen gerust om meer informatie of om hulp.

Bij de eerste consultatie met de medisch oncoloog moet je zeker alle **andere geneesmiddelen** vermelden die je inneemt. Die kunnen de werking van de chemotherapie beïnvloeden. Vermeld ook aspirines, voedingssupplementen, homeopathische middelen of vitamines.

Tijdens en tot één week na de chemotherapie moet je enkele **voorzorgsmaatregelen** nemen om je omgeving te beschermen. Meer informatie hierover vind je in de brochure 'Voorzorgsmaatregelen tijdens de chemotherapie' op www.uzgent.be/folders-kankercentrum.

02 HOE VERLOOPT DE BEHANDELING?

Praktisch verloop

De behandeling vindt plaats tijdens een dagopname in het dagziekenhuis Medische oncologie (ingang 50, route 612).

Bij aankomst in het ziekenhuis moet je je altijd eerst aanmelden bij een aanmeldzuil. De eerste keer doe je dat in het **centraal onthaal (ingang 11)**. Bij volgende bezoeken kan dat ook aan **ingang 50 (route 500-501)**, maar dan nog zal je je om de drie maanden in het centraal onthaal moeten aanmelden.

Eén kuur duurt 21 dagen (drie weken), waarbij je van dag 1 tot 5 en op dag 8 naar het dagziekenhuis komt voor de toediening van de chemotherapie. **Op dag 1 tot 5 moet je nuchter zijn voor de inname van de capsules temozolomide. Dat betekent dat je minstens twee uur voor en een half uur na de inname ervan geen voeding mag innemen.**

De behandeling kan een invloed hebben op je bloedwaarden. Daarom gebeurt er vooraf altijd een **bloedafname**. Daarna vragen we de chemotherapie aan in de ziekenhuisapotheek. Dat verklaart soms de wachttijd tussen de bloedafname en het uiteindelijk starten van de behandeling. Reken op een halve dag opname in het dagziekenhuis.

De behandeling kan plaatsvinden op voorwaarde dat je bloedwaarden en je algemene toestand in orde zijn. Is dat niet het geval, dan kunnen we de toediening uitstellen.

Na een aantal behandelingen of na de volledige behandeling krijg je een controleafspraak bij de medisch oncoloog.

Schema vincristine – irinotecan – temozolomide

Dag 1: toediening vincristine, irinotecan en temozolomide

Twee dagen voor de start van de chemo moet je **Ciproxine® 500 mg** innemen, tot en met de laatste dag irinotecan.

Product	Vorm	Werking	Tijdstip of tijdsduur
250 ml fysiologisch water	Infuus	Hydratie	
Akynzeo®	Tablet	Tegen misselijkheid en braken	1 uur innemen vóór de start van de chemo. Enkel op dag 1.
Dexamethasone	Infuus	Tegen misselijkheid en mogelijke allergische reacties	15 min.
Temozolomide	Capsule	Chemotherapie	NUCHTER (30 min. voor ontbijt)
Atropine	Inspuiting	Tegen cholinergisch syndroom door irinotecan	
Vincristine	Infuus	Chemotherapie	15 min.
Irinotecan	Infuus	Chemotherapie	60 min.
Litican®	Tablet	Tegen misselijkheid (als dat nodig is)	Innemen bij aanhoudende misselijkheid tot maximum 6x/dag (30 min. voor de maaltijd met een beetje water)

Dag 2 tot en met dag 5: toediening irinotecan en temozolomide

Product	Vorm	Werking	Tijdstip of tijdsduur
250 ml fysiologisch water	Infuus	Hydratie	
Dexamethasone	Infuus	Tegen misselijkheid en allergische reacties	15 min.
Temozolomide	Capsule	Chemotherapie	NUCHTER (30 min. voor ontbijt)
Atropine	Inspuiting	Tegen cholinergisch syndroom door irinotecan	15 min.
Irinotecan	Infuus	Chemotherapie	60 min.
Litican®	Tablet	Tegen misselijkheid (als dat nodig is)	Innemen bij aanhoudende misselijkheid tot maximum 6x/dag (30 min. voor de maaltijd met een beetje water)

Dag 8: toediening vincristine

Product	Vorm	Werking	Tijdstip of tijdsduur
250 ml fysiologisch water	Infuus	Hydratie	
Dexamethasone	Infuus	Tegen misselijkheid en allergische reacties	15 min.
Vincristine	Infuus	Chemotherapie	15 min.
Litican®	Tablet	Tegen misselijkheid (als dat nodig is)	Innemen bij aanhoudende misselijkheid tot maximum 6x/dag (30 min. voor de maaltijd met een beetje water)

Dag 22

Behandeling = dag 1 van cyclus 2

03 BIJWERKINGEN

De chemotherapie tast helaas ook een aantal sneldelende, gezonde cellen aan. Dat kan bijwerkingen veroorzaken. Vooral de sneldelende cellen van **het beenmerg, het bloed, de slijmvliezen van maag-darmkanaal en de voortplantingsorganen zijn gevoelig voor chemotherapie.**

Tijdens de behandeling kan je verschillende bijwerkingen ervaren, maar in welke mate die voorkomen is individueel verschillend. Laat verhalen van andere patiënten of van mensen uit je omgeving je vooral niet afschrikken. Jouw persoonlijke ervaringen kunnen heel anders zijn. De laatste jaren is er veel vooruitgang geboekt in de ontwikkeling van medicijnen om bijwerkingen te voorkomen of te behandelen.

Er is geen relatie tussen het effect van de chemotherapie en de mate waarin je bijwerkingen ervaart. Als je weinig last hebt van bijwerkingen, betekent dat dus niet dat de behandeling minder goed zou werken. De meeste **bijwerkingen zijn tijdelijk** en verdwijnen of verminderen geleidelijk na het stoppen van de chemotherapie.

Breng je arts of verpleegkundige zeker op de hoogte van eventuele bijwerkingen. Ze geven je advies om de klachten te verminderen of te behandelen. Je arts kan bijkomende medicatie voorschrijven als dat nodig is.

Volgende bijwerkingen kan je ervaren:

▲ Daling van het aantal rode bloedcellen (bloedarmoede of anemie)	7
▲ Daling van het aantal witte bloedcellen (neutropenie)	7
▲ Daling van het aantal bloedplaatjes (trombocytopenie)	8
▲ Misselijkheid en braken	9
▲ Wijzigingen in het stoelgangpatroon (diarree)	10
▲ Hoofdpijn (door temozolomide)	11
▲ Tintelingen in de vingertoppen en tenen (neuropathische pijn)	11
▲ Vermoeidheid	12
▲ Concentratie- en geheugenstoornissen	13
▲ Invloed op seksualiteit en intimiteit	13
▲ Vruchtbaarheidsproblemen	15

Daling van het aantal rode bloedcellen (bloedarmoede of anemie)

Rode bloedcellen zorgen voor het transport van zuurstof naar weefsels en organen. Een tekort aan rode bloedcellen kan vermoeidheid, duizeligheid of futloosheid veroorzaken. Dat is een tijdelijke bijwerking waar je zelf niets tegen kan beginnen. De aanmaak van rode bloedcellen herstelt zich spontaan.

In sommige gevallen beslist je arts dat een bijkomende behandeling nodig is om het tekort aan rode bloedcellen op te vangen, zoals een bloedtransfusie of een inspuiting met erythropoëtine (EPO). Dat laatste product bevordert de aanmaak van rode bloedcellen.

Wat kan je opmerken?

- ▲ Je voelt je vermoeid of futloos.
- ▲ Je bent duizelig.
- ▲ Je bent kortademig.
- ▲ Je hebt hartkloppingen.
- ▲ Je ziet zwarte vlekken voor de ogen.
- ▲ Je ziet bleek.



Als je bovenstaande klachten ervaart, moet je contact opnemen met je arts.

Daling van het aantal witte bloedcellen (neutropenie)

De witte bloedcellen staan in voor de immuniteit. Een daling van het aantal witte bloedcellen kan dus tijdelijk de weerstand van je lichaam verminderen. Het risico op infecties is dan groter.

Een daling van het aantal witte bloedcellen treedt meestal op op **dag 10** na de toediening van irinotecan en rond **dag 21** voor temozolomide. Je kan hier zelf niets tegen beginnen. Volg tijdens de risicoperiode onderstaande adviezen en bescherm jezelf tegen infecties.

Voor de start van elke chemotoediening plannen we een **bloedafname** om die bijwerking op te volgen. De witte bloedcellen herstellen zich spontaan, maar als dat nog onvoldoende het geval is, stellen we de behandeling soms korte tijd uit. Zo krijgen je bloedcellen meer tijd om te herstellen.

Als je koorts hebt tijdens de behandeling met chemotherapie moet je je altijd laten onderzoeken door een arts. Een bloedafname kan dan uitsluiten of die koorts samenhangt met een laag aantal neutrofielen. Is dat het geval, dan is een ziekenhuisopname nodig waarbij we intraveneus antibiotica toedienen.

Wat kan je ervaren?

- ▲ Koorts (meer dan 38°C), zweten, koude rillingen
- ▲ Ziek of uitgeput gevoel, hoofdpijn
- ▲ Tekenen van een infectie:
 - keelpijn of aften in de mond, hoesten, een verstopte neus
 - branderig gevoel bij het plassen, slecht ruikende urine
 - roodheid, zwelling, ettervorming (lokale infectie)



ADVIES

- ▲ Meet je lichaamstemperatuur bij rillingen of als je je ziek voelt.
- ▲ Verwittig bij koorts (vanaf 38°C) het ziekenhuis!
- ▲ Voorkom wondjes en verzorg opgelopen wondjes zodat ze niet ontsteken.
- ▲ Draag handschoenen om in de tuin te werken.
- ▲ Zorg voor een goede mondhygiëne.
- ▲ Was je handen regelmatig, zeker voor het eten en na het toiletbezoek.
- ▲ Bespreek met je arts of je een griepvaccin nodig hebt en wanneer dat het best wordt toegediend.

LET OP

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



Bij koorts vanaf 38°C moet je het ziekenhuis verwittigen.

Daling van het aantal bloedplaatjes (trombocytopenie)

Bloedplaatjes zorgen voor de bloedstolling. Door chemotherapie kunnen die bloedplaatjes in aantal verminderen en stolt je bloed minder snel. Dat noemen we ook trombocytopenie.

Wat kan je opmerken?

- ▲ Neusbloedingen duren langer.
- ▲ Je hebt blauwe plekken of rode/paarse, speldenknopgrote vlekjes op de huid (petechiën of puntbloedinkjes).
- ▲ Je ontdekt bloed bij urineren of bloed in de stoelgang.
- ▲ Je ontdekt bloed bij het hoesten of braken.
- ▲ Je hebt last van bloedend tandvlees.
- ▲ Je hebt meer bloedverlies tijdens de menstruatie (al kan de menstruatie ook wegblijven tijdens de chemotherapie).
- ▲ Je hebt last van spontane bloedingen.



TIPS

- ▲ Poets je tanden met een mediumzachte tandenborstel.
- ▲ Breng je tandarts op de hoogte dat je een behandeling met chemotherapie ondergaat.
- ▲ Snuit je neus zachtjes.
- ▲ Draag handschoenen als je klust of tuiniert.

LET OP

- ▲ Probeer kwetsuren te vermijden: die kunnen een bloeding veroorzaken.
- ▲ Scheer je liever met een elektrisch apparaat dan met scheermesjes.



Als je bloed opmerkt in je urine of spontane bloedingen hebt, moet je contact opnemen met je arts.

Misselijkheid en braken

Het kan dat je als reactie op de behandeling misselijk bent of moet braken. We proberen misselijkheid en braken zoveel mogelijk te onderdrukken met geneesmiddelen.

De klachten verschillen sterk van persoon tot persoon, ook bij mensen die hetzelfde product toegediend krijgen. Bespreek die bijwerking met de arts en de verpleegkundige.

De bijwerking kan optreden tijdens de vijfdaagse chemotherapietoediening en houdt soms ook aan tot enkele dagen erna.

Wat kan je ervaren ?

- | | |
|-----------------------------------|---|
| ▲ Geen of een verminderde eetlust | ▲ Braakneigingen |
| ▲ Oprispingen | ▲ Een zwaar of opgeblazen gevoel in de maag |

**VOEDINGSADVIES**

- ▲ Probeer voldoende te drinken. Als je te weinig drinkt en te veel vocht verliest door o.a. braken, moet je contact opnemen met je arts. Te weinig drinken kan het gevoel van misselijkheid erger maken.
- ▲ Drink ook energierijke dranken zoals frisdrank en soep ...
- ▲ 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 TIPS

- ▲ Neem je voorgeschreven medicatie stipt in. Zo kan je misselijkheid voorkomen.
- ▲ Eet waar je zin in hebt.
- ▲ Eet wanneer de misselijkheid het minst erg is.
- ▲ Stop met eten als de misselijkheid erger wordt en probeer het op een later tijdstip opnieuw.
- ▲ Zorg voor voldoende frisse lucht.

TIPS BIJ BRAKEN

- ▲ Bij braakneigingen adem je het best langzaam goed en diep in via de neus. Dat kan de klachten verminderen.
- ▲ Bij braken spoel je je mond met koud water. Wacht één tot twee uur met eten.
- ▲ Zorg voor afleiding: relaxatieoefeningen kunnen ook helpen tegen misselijkheid.

LET OP

- ▲ Drink niet te veel voor of na de maaltijd.
 - ▲ Probeer storende geuren die de misselijkheid kunnen verergeren te vermijden: etensgeuren, kruiden, specerijen, parfums, schoonmaakmiddelen, bloemengeuren ...
 - ▲ Ga niet onmiddellijk na de maaltijd liggen. Een halfzittende houding is beter.
 - ▲ Dwing jezelf niet om te eten.
-



Meld deze klacht altijd aan je arts en vraag naar bijkomende medicatie. Als je geen last hebt van misselijkheid of braken, denk dan niet dat de chemotherapie minder werkt. Er bestaat geen relatie tussen misselijkheid en de effectiviteit van de behandeling.

Wijzigingen in het stoelgangpatroon (diarree)

Diarree is een dunne, waterige ontlasting die vaker voorkomt dan je gewoon bent. Van zodra je last hebt van diarree, meld je dat aan de verpleegkundige of arts. **Neem geen medicatie op eigen initiatief.**

Wat kan je ervaren?

- ▲ Zachte tot vloeibare stoelgang, verlies van stoelgang
- ▲ Buikpijn, krampen
- ▲ Slijm of bloed in de stoelgang
- ▲ Soms tekenen van uitdroging: dorstgevoel, een droge mond, een droge tong, een droge of gerimpelde huid en donkere urine
- ▲ Gewichtsverlies



ADVIES BIJ DIARREE

- ▲ Diarree gaat gepaard met verlies van zout en vocht. Gebruik extra zout en drink voldoende water of sportdranken (bijvoorbeeld Aquarius®), zodat je genoeg vocht opneemt (2 tot 3 liter per dag).
 - ▲ Spreid de maaltijden over de dag (5 tot 6 keer per dag) en sla geen maaltijden over.
 - ▲ Kies voor voedingsmiddelen met oplosbare vezels zoals witte rijst, wit brood, havermout, bananen, appelmoes of fruit in blik.
 - ▲ Zorg voor energie- en eiwitrijke voedingsmiddelen. Eet vlees, vis, eieren, kaas en vollemelkproducten.
 - ▲ 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 daarom zacht toiletpapier of een washandje. Zorg voor een goede lichaamshygiëne en breng een doorzichtige barrièrecreme (bv. Avène® Cicalfate, Cavilon®, Aldanex® of Proshield® Plus) rond de sluitspier aan om de huid te beschermen.
 - ▲ Controleer regelmatig of je urine niet te donker is. Donkere urine kan op uitdroging wijzen.
 - ▲ Weeg jezelf één keer per week om je gewicht op te volgen.
 - ▲ Bespreek met je arts of je medicatie mag nemen bij diarree.
-

LET OP

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



Als de diarree ondanks de medicatie toch aanhoudt of verergert (vier tot zes keer per dag) en als je ook last hebt van buikkrampen of bloed in de stoelgang, neem dan contact op met je arts.

Hoofdpijn (door temozolomide)

Pijnmedicatie op basis van aspirine en ontstekingswerende medicatie zoals ibuprofen kan je tijdens de behandeling met temozolomide beter vermijden omdat ze het risico op een bloeding verhogen. Paracetamol kan je veilig gebruiken als pijnmedicatie.

Tintelingen in de vingertoppen en tenen (neuropathische pijn)

Je behandeling kan een negatieve invloed hebben op het zenuwstelsel. De zenuwcellen van de vingertoppen en tenen kunnen aangetast raken en dat kan prikkelingsklachten geven. We noemen dat neuropathische pijn. De bijwerking kan nog lange tijd aanhouden na de chemotherapie en kan soms blijvend zijn. Zenuwcellen herstellen helaas heel traag.

Wat kan je ervaren?

- ▲ Tintelingen en een 'verdoofd' gevoel in de vingertoppen en tenen
- ▲ Minder kracht
- ▲ Moeite met fijne bewegingen (zoals een hemd dichtknopen of een pen vasthouden)
- ▲ Drukkende pijn in de voetzool
- ▲ Pijn bij koude

Meld die klachten aan je arts of verpleegkundige. Zij kunnen je helpen om een toename van de klachten te vermijden.

**TIPS**

- ▲ Draag gemakkelijk schoeisel. Soms kan het helpen om je voeten wat hoger te leggen als je rust.
- ▲ Vraag hulp aan anderen om fijne handelingen uit te voeren.
- ▲ Verzorg je handen en voeten met een hydraterende crème.
- ▲ Draag handschoenen tegen de koude.

Vermoeidheid

Vermoeidheid is een vaak voorkomende bijwerking bij kankerbehandelingen. Naast de behandeling kan ook de ziekte zelf vermoeidheid veroorzaken. Vaak voelen mensen zich niet alleen lichamelijk vermoeid, maar hebben ze ook minder energie op mentaal of sociaal vlak. Je kan je ook moe voelen zonder een (grote) inspanning te hebben gedaan. Vermoeidheid kan helaas een sterke impact hebben op je dagelijkse of sociale activiteiten. Het is dan ook geen banale klacht.

Hoe kan ik omgaan met vermoeidheid?

Streef naar een **goed evenwicht tussen (licht) bewegen en rusten**. Enkel als je je echt ziek of uitgeput voelt, mag je jezelf niet dwingen. Lukt het wel, dan raden we aan om zoveel mogelijk in beweging te blijven. Dat 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 je uithouding en kracht op peil te houden tijdens de behandeling.

In het UZ Gent organiseren we voor jou en je familie **infosessies** over 'vermoeidheid en kanker'. Vraag hierover meer informatie aan de verpleegkundige of aan het secretariaat van het Kankercentrum (tel. 09 332 55 25).

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

Vraag via onze Sociale dienst informatie over **thuishulp**. Thuishulpmedewerkers ondersteunen je tijdelijk bij huishoudelijke taken, boodschappen doen enz. Je arts of verpleegkundige kunnen je met de sociaal werker in contact brengen. Meer info vind je ook op www.uzgent.be.

Revalidatie bij kanker

Je kan ook deelnemen aan een revalidatieprogramma op maat onder begeleiding van een kinesitherapeut binnen het UZ Gent. Je kan het programma volgen tijdens of na je behandeling. Het bewegingsprogramma is aangepast aan jouw behoeften en capaciteiten. Meer informatie vind je in jouw zorgmap (hoofdstuk 9 – bijkomende dienstverlening). Heb je interesse, neem dan contact op via kinesitherapie@uzgent.be.



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

Concentratie- en geheugenstoornissen

'Er is iets mis met mijn geheugen' of 'ik kan mij niet meer concentreren' zijn vaak voorkomende opmerkingen, tijdens en vooral na een behandeling tegen kanker. Cognitieve problemen kunnen op verschillende manieren tot uiting komen. Die klachten zijn bij de meeste mensen tijdelijk, ook al blijven ze langer aanwezig na de behandeling.

Dit kan je ervaren:

- ▲ Vergeetachtig zijn
- ▲ Je moeilijk kunnen concentreren
- ▲ Moeilijker kunnen plannen
- ▲ Momenten van afwezigheid
- ▲ ...



TIPS

- ▲ Gebruik hulpmiddelen zoals een agenda en dagplanner. Aandacht hebben voor orde en structuur kan heel wat ergernis en frustratie vermijden.
- ▲ Geef je lichaam tijd om geleidelijk te herstellen. Neem niet te veel hooi op je vork en doseer dus je taken.
- ▲ Zoek manieren om je hoofd leeg te maken; wat is voor jou een aangename en ontspannende activiteit?
- ▲ Relaxatieoefeningen, yoga of mindfulness kunnen helpen, net als wandelen in de natuur of rustig met je handen bezig zijn.
- ▲ Slaap- en vermoeidheidsklachten komen vaak voor tijdens en na de behandeling. Die hebben uiteraard ook een invloed op je concentratievermogen.

Invloed op seksualiteit en intimiteit

Veranderde beleving van seksualiteit en intimiteit

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

Fysieke problemen

Je ziekte of behandeling kan op verschillende manieren een impact hebben op je seksualiteit en intimiteit. Door fysieke problemen zoals een verminderde algemene conditie of vermoeidheid, kan je kortadempig zijn tijdens het vrijen. Sommige patiënten bereiken moeilijk een orgasme of ervaren een lagere intensiteit ervan.

Vrouwen kunnen vroegtijdig in de menopauze komen. Dat merk je aan het uitblijven van de maandstonden en aan menopauzale klachten zoals warmteopwellingen en vaginale droogte. Mannen kunnen erectieproblemen krijgen of last hebben van pijnlijke zaadlozingen of droge orgasmes.

Psychologische problemen

Ook psychologische problemen hebben een impact. Misschien moeten jij en je partner wennen aan de uiterlijke veranderingen door de behandeling, zoals haaruitval, gewichtstoename of -verlies. Misschien voel je je minder aantrekkelijk of heb je angst bij het vrijen.

Het is ook niet evident voor je partner: soms heeft die schrik om intiem te zijn. Alles lijkt anders en moeilijker nu de ziekte en behandeling heel je leven beïnvloeden. **Praat daarom met je partner.** Intimiteit blijft belangrijk, ook al gebeurt het nu minder vaak of op een andere manier. Probeer elkaar daarin te vinden.

Anticonceptie

We raden je aan om tot zeven dagen na de toediening van de chemoprodukten een **condoom** te gebruiken bij het vrijen. Restanten van de medicatie zitten ook in de slijmvliesen en je partner komt hier beter niet mee in contact.

Tijdens de behandeling word je beter niet zwanger. De behandeling kan schadelijk zijn voor de baby.



TIPS

- ▲ Persoonlijke hygiëne blijft heel belangrijk, ook bij het knuffelen en vrijen.
- ▲ Aandacht besteden aan je uiterlijk kan een positieve invloed hebben op je zelfvertrouwen.
- ▲ Probeer met je partner te blijven praten over intimiteit en seksualiteit. Geef aan welke handelingen je wel of niet aankan of fijn vindt.
- ▲ Bij een te laag aantal bloedplaatjes en bij drogere slijmvliesen raden we een glijmiddel (op waterbasis) aan.
- ▲ Bespreek orgasme- en erectieproblemen met je behandelende arts of verpleegkundige. Zij kunnen je helpen of eventueel doorverwijzen.
- ▲ Ook medicatie kan een invloed hebben op je seksuele beleving. Bespreek dat met je apotheker of behandelende arts.

Problemen met seksualiteit, zowel op lichamelijk als op emotioneel vlak, kan je bespreken met de arts, verpleegkundige of psycholoog. Als je dat wil, kan je ook terecht bij de seksuoloog van het ziekenhuis (tel. 09 332 60 23). Of stel je vragen via kanker_en_seksualiteit@uzgent.be. Meer info vind je op www.uzgent.be/kankercentrum.

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, zoals de eicellen en zaadcellen. De uiteindelijke schade is afhankelijk van de dosis en het type chemotherapie dat je krijgt. Als je een kinderwens hebt, moet je hier zeker voor de start van je behandeling met je arts over spreken.



ADVIES

- ▲ Overleg met je arts welke consequenties de behandeling heeft voor je vruchtbaarheid.
- ▲ Een zwangerschap tijdens de behandeling raden we af omdat die schadelijk kan zijn voor de baby. Hou er rekening mee dat je nog vruchtbaar kan zijn tijdens en na je behandeling. Gebruik daarom passende voorbehoedsmiddelen.
- ▲ Bespreek problemen of een eventuele kinderwens met je arts of verpleegkundige.

Meer uitgebreide informatie over (on)vruchtbaarheid bij kanker vind je in de informatiebrochure 'Vruchtbaarheid bij vrouwelijke patiënten met kanker' en 'Effect van oncologische therapie op de mannelijke vruchtbaarheid' op www.uzgent.be/folders-kankercentrum.

04 WANNEER MOET IK CONTACT OPNEMEN MET HET ZIEKENHUIS?

- ▲ Bij koorts vanaf 38°C of als je andere tekenen van een infectie opmerkt.
- ▲ Als je niet of onvoldoende kan eten en/of drinken.
- ▲ Als je je erg misselijk voelt en moet braken.
- ▲ Bij tekenen van uitdroging (dorstgevoel, droge huid, weinig plassen).
- ▲ Bij aanhoudende diarree.

Wil je deze folder of andere documentatie over jouw behandeling digitaal bekijken?

Je vindt alle info op www.uzgent.be/folders-kankercentrum onder de rubriek 'Sarcomen en bottumoren'.

VRAGEN? NOTEER ZE HIER