

UW BEHANDELING MET PEMBROLIZUMAB

IMMUNOTHERAPIE BIJ KANKER

KANKERCENTRUM



NHOUDSTAFEL

01	Inleiding	3
02	Hoe werkt immunotherapie?	3
03	Wanneer kan ik een effect van de immunotherapie verwachten?	5
04	Welke bijwerkingen kan ik verwachten?	5
05	Wat met andere medicatie en Pembrolizumab?	14
06	Veel gestelde vragen	14
07	Wanneer moet ik contact opnemen met het ziekenhuis?	18

01 INLEIDING

In deze brochure geven we u de belangrijkste info over uw behandeling met immunotherapie, specifiek de behandeling met Pembrolizumab of Keytruda®. We geven u enkele handige tips om bijwerkingen te vermijden of te behandelen en vermelden wanneer u het best het ziekenhuis contacteert. Zij geven u graag meer uitleg.

Deze brochure helpt u bij het omgaan met de bijwerkingen.

Heeft u nog vragen over een bepaalde klacht, noteer ze gerust. In een volgende consultatie zullen we deze samen bespreken.



Deze brochure kwam tot stand met medewerking van het Immuno-Oncologie Netwerk Gent

02 HOE WERKT IMMUNOTHERAPIE?

Immunotherapie is een relatief nieuwe kankerbehandeling. De traditionele behandelingen, zoals radiotherapie (bestralingen) en chemotherapie, richten zich rechtstreeks op de kankercellen. Ze verhinderen dat kankercellen zich verder kunnen delen, waardoor de kwaadaardige cellen afsterven. Helaas grijpt chemotherapie ook in op de gezonde cellen in het lichaam, wat aanleiding geeft tot nevenwerkingen.

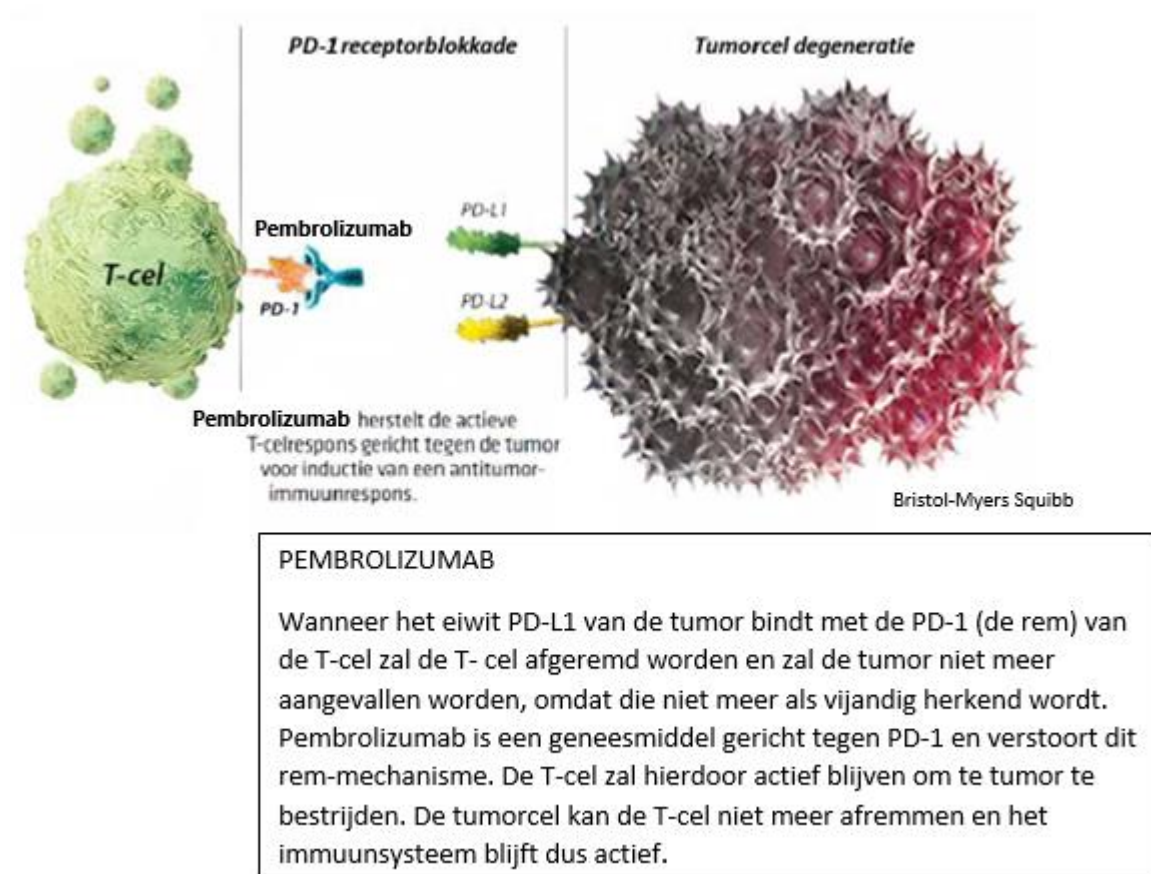
Immunotherapie daarentegen activeert en versterkt het eigen immuunsysteem en valt langs deze 'lichaamseigen' en 'doelgerichte weg' enkel de kankercellen aan. Bij deze behandeling komen ook nevenwerkingen voor, maar ze zijn verschillend van de nevenwerkingen ten gevolge van chemotherapie of radiotherapie.

Immunotherapie richt zich op de activatie van het eigen immuunsysteem, waardoor deze behandeling de tumor via een indirecte weg aanvalt. Het stimuleert het immuunsysteem zodat dit op een krachtige wijze de kankercellen kan herkennen en vernietigen.

Ons immuunsysteem is een onmisbaar onderdeel van het lichaam. Het beschermt ons tegen ziektekiemen, zoals bacteriën en virussen. Dat doen ze met een soort witte bloedcellen, namelijk de T-cellen (T-lymfocyten).

Kankercellen gebruiken verschillende methoden om aan deze controle van het immuunsysteem te ontsnappen. De kankercellen maken namelijk gebruik van antigenen (de PD-L1) die zich op de oppervlakte van de cel bevinden. Dit antigen op de kanker cel kan zich binden aan de PD-1 receptor van de T-cel en verhindert zo de aanval van het immuunsysteem op de tumor (binding van PD-L1 aan de PD-1 receptor remt de T-cel activiteit en bijgevolg ook het immuunsysteem). Immunotherapie zorgt er echter voor dat de T-cellen sterk geactiveerd worden om de tumor aan te vallen.

Pembrolizumab bindt aan de PD-1 receptor van de T-cel. Hierdoor kunnen de kankercellen (PD-L1) zich niet meer aan de T-cellen binden waardoor de T-cellen niet meer geremd kunnen worden. Het immuunsysteem wordt bijgevolg niet uitgeschakeld en is dus in staat om de kankercellen opnieuw aan te vallen.



03 WANNEER KAN IK EEN EFFECT VAN DE IMMUNOTHERAPIE VERWACHTEN?

Om de drie – vier maanden worden controleonderzoeken uitgevoerd om het effect van de immunotherapie na te gaan.

Bij immunotherapie weten we dat bij een eerste controleonderzoek de kanker kan gegroeid zijn, maar dat er na enkele weken tot maanden toch een verbetering kan optreden. Dat komt omdat de activatie van het eigen immuunsysteem tijd nodig heeft om de kankercellen te leren herkennen en om daarna de aanval in zetten. Immunotherapie is een traag werkende behandeling. Het effect van immunotherapie kan met andere woorden langer op zich laten wachten dan bijvoorbeeld chemotherapie of doelgerichte therapie.

Zodra er een positief effect is op de ziekte (bv. de kanker blijft stabiel of de tumoren worden kleiner) kan de immunotherapie voor langere tijd aangehouden worden.

04 WELKE BIJWERKINGEN KAN IK VERWACHTEN?

Immunotherapie werkt specifiek op het eigen immuunsysteem waardoor de bijwerkingen van andere aard zijn dan bij chemotherapie. Als er bijwerkingen optreden is dat meestal door een te sterke activatie van het immuunsysteem waarbij gezonde lichaamscellen worden aangevallen. Deze bijwerking wordt ook wel auto-immunreactie genoemd. De bijwerkingen kunnen optreden tijdens de behandeling, maar ook enkele maanden na het beëindigen van de behandeling.

Immunotherapie kan een auto-immun bijwerking geven die ontstaat door een te actief immuunsysteem. Wanneer het immuunsysteem geactiveerd is, kan het soms lichaamseigen cellen beginnen aanvallen. **Met andere woorden: de witte bloedcellen zijn dan ‘over’ actief en veroorzaken een soort ontstekingsreactie. Dat kan overal in het lichaam voorkomen.**



Aangezien immunotherapie de rem van de T-cellen blokkeert, zal de bijwerking ook niet vanzelf voorbij gaan. Het is bijgevolg vereist om elke klacht te rapporteren en naar ernst te schatten, ook al kan je de bijwerking niet terug vinden in deze brochure. We moeten achterhalen wat aan de basis ligt van de ontsteking om auto-immuunreacties uit te sluiten.

Het is dus steeds belangrijk om uw arts en/of de verpleegkundige op de hoogte te brengen wanneer u bepaalde klachten ervaart. Ze zullen u adviezen verstrekken om de klachten te verminderen of te behandelen. Wanneer u te lang wacht om een bijwerking te behandelen, kan het soms moeilijker worden om ze te verhelpen.

Wees niet ongerust als u weinig bijwerkingen ervaart. Dat betekent niet dat de immunotherapie onvoldoende werkt. De intensiteit van deze bijwerkingen verschilt van persoon tot persoon. Laat u dus ook niet beïnvloeden door de verhalen van andere mensen.

Wees aandachtig op volgende mogelijke klachten:

- Klachten ter hoogte van de luchtwegen 7
- Klachten ter hoogte van de darmen 7
- Klachten ter hoogte van de maag 8
- Klachten ter hoogte van de lever 9
- Klachten ter hoogte van de nieren 9
- Klachten ter hoogte van de huid 9
- Klachten ter hoogte van de klieren die hormonen produceren 11

Algemene klachten die kunnen voorkomen:

- Koorts, griepig gevoel, gevoel van zwakte 11
- Spier- en/of gewrichtspijn 12
- Vermoeidheid 13
- Droge mond 14

De verpleegkundig consulent zal u tijdens uw behandeling telefonisch contacteren of u tijdens de behandeling op de dagkliniek bezoeken, om te horen hoe u de behandeling ervaart. Zo kunnen we steeds tijdig zoeken naar een mogelijke oplossing voor uw klachten. Aarzel niet om zelf contact op te nemen met de verpleegkundigen en artsen

Klachten ter hoogte van de luchtwegen

Immunotherapie kan een ontstekingsreactie veroorzaken ter hoogte van de luchtwegen.

Volgende klachten kan u ervaren:

- Een prikkelend gevoel in de keel
- Een droge, prikkelende hoest
- Hoesten, al dan niet met het ophoesten van slijmen
- Een benauwd gevoel
- Een piepende ademhaling, pijn bij inademen
- Kortademigheid
- Koorts



Als u last hebt van een aanhoudende of toenemende hoest, kortademigheid of pijn op de borst bij inademen, neem dan contact op met uw arts.

Klachten ter hoogte van de darmen

Uw behandeling kan een ontstekingsreactie geven in de darmen.

Volgende klachten kan u ervaren:

- Diarree: zachte tot vloeibare stoelgang, verlies van stoelgang
- Buikpijn, krampen
- Slijm of bloed in de stoelgang, zwarte stoelgang
- Soms tekenen van uitdroging zoals het hebben van een dorstgevoel, een droge mond, een droge tong, een droge of gerimpelde huid en donkere urine
- Gewichtsverlies
- Gepaard gaande met koorts



Wat kan u doen bij diarree?

Zodra u last heeft 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).



Het is belangrijk dat u in contact blijft met uw arts en/of uw verpleegkundige indien u diarree ontwikkelt en dat u meteen het ziekenhuis verwittigt indien de klachten toenemen, u uw stoelgang niet meer kan ophouden of u zwarte stoelgang heeft.

Volgende tips kan u toepassen nadat u het ziekenhuis heeft gecontacteerd.

TIPS BIJ DIARREE

- Drink regelmatig water of sportdranken (bijvoorbeeld Aquarius) zodat u voldoende vocht opneemt (2 tot 3l).
- Kijk regelmatig na of uw urine niet te donker is. Dat kan een teken zijn van uitdroging.
- Eet vet- en vezelarme voeding zoals: pasta, wit brood of rijst, mager vlees (kalkoen, kip), cornflakes, vis, geschild fruit – rasp een appel en laat hem bruin worden: dit blijkt bij veel patiënten te helpen.
- Het slijmvlies van de sluitspier kan geïrriteerd zijn door de diarree. Gebruik zacht toiletpapier of een washandje. Zorg voor een goede lichaamshygiëne en breng een zinkzalf aan ter hoogte van de sluitspier om de huid te beschermen.

Klachten ter hoogte van de maag

Wat moet ik doen bij misselijkheid en een verminderde eetlust?

Misselijkheid kan optreden. De intensiteit ervan verschilt van persoon tot persoon. U kan last hebben van:

- Minder eetlust
- Een zwaar gevoel in de maag
- Een opgeblazen gevoel
- Een pijnlijke maag
- Braakneigingen



Geef zeker door aan de arts/ verpleegkundig consult/ verpleegkundige op de dagkliniek dat u hier last van heeft. We zoeken samen met u naar een oplossing.

U mag hiervoor ook Primperan® tot 3 x/dag 10 mg innemen. Het moet niet specifiek voor de maaltijd ingenomen worden.

Wanneer u door deze klachten ook vermagert, kan het nuttig zijn een diëtiste in te schakelen.

Klachten ter hoogte van de lever

Uw behandeling met immunotherapie kan de leverfunctie verstoren en uitzonderlijk leiden tot een ontsteking van de lever (hepatitis). Die reactie zal vooral merkbaar zijn in uw bloedresultaten waarbij de leverwaarden kunnen gestoord zijn.



Volgende klachten kan u ervaren:

- Vermoeidheid, zich algemeen zwak voelen
- Pijn in de rechterbovenbuik
- Geel worden van het oogwit of van de huid

Indien u deze klachten ervaart, dient u uw behandelend team direct te verwittigen.

De arts zal nauwlettend de leverwaarden opvolgen met regelmatige bloedonderzoeken. Er zullen eventueel extra bloedafnames nodig zijn om de werking van de lever op te volgen. De arts kan ook beslissen om de medicatie (tijdelijk) te stoppen als de leverwaarden te sterk verstoord zijn.

Klachten ter hoogte van de nieren

De arts zal de werking van uw nieren vooral controleren aan de hand van bloedonderzoeken. Normaal gezien zal u hiervan zelf geen klachten van ondervinden.

In zeldzame gevallen kunnen volgende klachten voorkomen:

- Minder plassen
- Donkere urine (rood – bruin)
- Vocht opstapeling onderhuids
- Kortademigheid of een benauwd gevoel
- Indien u deze klachten ervaart, dient u uw behandelend team direct te verwittigen.



Klachten ter hoogte van de huid

Uw kan klachten ondervinden ter hoogte van de huid, dit kan zich uiten in jeuk of een huiduitslag. In tegenstelling tot chemotherapie zal immunotherapie GEEN haaruitval veroorzaken.

Huidveranderingen kunnen de volgende zijn:

- Een droge / schilferige huid met of zonder jeuk
- Puistjes
- Rash (rode puntjes over het hele of op delen van het lichaam)
- Roodheid
- Veranderingen van de huidkleur (blekere huidvlekken = vitiligo)



TIPS BIJ DROGE HUID

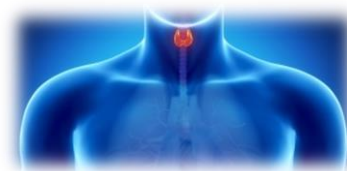
- **Wrijf de huid in met een vette crème van zodra u last hebt van een droge huid. Een droge huid zal sneller jeuk veroorzaken.**
- **Kies een vette, hydraterende crème waarmee u dagelijks de huid mag inwrijven.**
- **Gebruik een neutrale crème zonder alcohol.**
- **Neem liever een douche in plaats van een bad. In bad zal uw huid meer verweken en dus vlugger droog worden.**
- **Gebruik bij het douchen het best een neutrale en niet-geparfumeerde doucheegel.**
- **Gebruik vooral een crème na het wassen.**
- **Droog goed tussen de tenen en vingers.**
- **Bescherm u goed tegen de zon, wind en koude om uitdroging van de huid te voorkomen.**
- **Draag het best loszittende, katoenen kledij. Zorg voor een goede verluchting van de huid.**
- **Als u last hebt van jeuk, vraag dan een jeukstillend geneesmiddel aan uw arts of apotheker.**

Klachten ter hoogte van de klieren die hormonen produceren

Uw behandeling kan reacties veroorzaken ter hoogte van de hormoonproducerende organen zoals de bijnieren, de schildklier en de hypofyse.

Klachten kunnen zijn:

- Zich niet kunnen concentreren
- Een extreme vermoeidheid
- Spierzwakte of spierpijn
- Pijn ter hoogte van de gewrichten, ochtendstijfheid
- Onverklaarbaar gewichtsveranderingen
- Een aanhoudende hoofdpijn die niet overgaat met een pijnstillert
- Stemmingwisselingen (bv. vergeetachtig, prikkelbaar, verward)
- Een verminderd seksueel verlangen en/of impotentie
- Slecht slapen
- Een opgejaagd gevoel
- Veranderingen van het zicht
- Verwardheid
- Neurologische stoornissen



Contacteer uw arts als u last hebt van één of meerdere van deze klachten. Door de regelmatige bloedonderzoeken kan de arts tijdig veranderingen opsporen in uw hormoonstatus.

Indien u hoofdpijn en vermoeidheid ervaart, dient u uw behandelend team direct te verwittigen.

Koorts, griepig gevoel, gevoel van zwakte

De toediening van immunotherapie kan zelden aanleiding geven tot koorts of eventueel een griepig gevoel.

Meestal treedt de koorts of de koude rillingen op, op het moment dat de therapie gegeven wordt in de dagkliniek. Wanneer u dit ervaart, meldt dit aan de verpleegkundige. Zij zal het infuus langzamer laten inlopen.

Wanneer koorts na inname van een koortswerend middel (bv. paracetamol) blijft aanhouden moet u contact opnemen met de arts. U mag hiervan maximum 4g/ dag (om de 6u) van innemen. Een ziekenhuisopname kan nodig zijn om een behandeling tegen infectie op te starten.

Tekenen van infectie kunnen zijn:

- Koorts, zweten, koude rillingen
- Hoofdpijn
- Spierpijn
- Ziektegevoel



Vanaf **38°C** STEEDS contact opnemen met uw behandelende arts, de verpleegkundig consulent of de verpleegkundige van dagkliniek/hospitalisatieafdeling.

!

Neem nooit op eigen initiatief geneesmiddelen in als u vermoedt dat u een infectie hebt. Als u een ontsteking doet die veroorzaakt is door uw behandeling met immunotherapie zal antibiotica niet helpen.

Spier- en/of gewrichtspijn

Deze bijwerking is zeldzaam en kan zich uiten op verschillende manieren:

- Pijn en/of stijfheid van de gewrichten
- Pijn en/of stijfheid van de spieren
- Spierenzwakte, spierkrampen
- Pijn in de extremiteiten (handen, vingers, voeten, tenen)
- Rugpijn
- (In mindere mate) ontsteking van de gewrichten, artritis



Deze bijwerkingen kunnen voorkomen en zijn zeer vervelend, maar als ze voorkomen, is het meestal beperkt. Ze kunnen behandeld worden, afhankelijk van welke klacht, met pijnmedicatie of ontstekingsremmers. Breng de arts steeds op de hoogte hiervan, zodat we u kunnen helpen.

!

Vermoeidheid

Deze vermoeidheid kan een sterke impact hebben op uw dagelijkse activiteiten.

Dit is een zeer vaak voorkomende bijwerking. Vermoeidheid wordt gekenmerkt door:

- Zich algemeen zwak voelen
- Zware ledematen
- Verminderde aandacht en concentratie
- Niet goed slapen, een toegenomen slaapbehoefte
- Geïrriteerd zijn, niet goed in uw vel voelen
- Belemmering bij het uitvoeren van de dagelijkse activiteiten
- Zware vermoeidheid na een inspanning

Vermoeidheid kan helaas een sterke impact hebben op uw dagelijkse of sociale activiteiten.

Hoe kan ik omgaan met deze vermoeidheid?

Streven naar een goed evenwicht tussen bewegen en rusten is belangrijk. Enkel als u zich echt ziek of uitgeput voelt, mag u zich niet forceren. Maar probeer te bewegen. 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.

- Probeer uw normaal levenspatroon zoveel mogelijk te behouden.
- Plan uw activiteiten en voer ze op uw eigen tempo uit. Geef voorrang aan de activiteiten die werkelijk nodig zijn die dag en die u graag doet.
- Kies ervoor om te doen wat u moet en wil doen en pas zo nodig uw activiteiten aan.
- Las indien nodig korte rustpauzes in, maar slaap overdag niet te lang.
- Vraag hulp aan anderen wanneer nodig.
- Zorg voor een evenwichtige voeding en drink voldoende.
- Maak korte wandelingen en doe lichte activiteiten, dat kan deugd doen.
- Zorg voor een goede nachtrust.
- Als u de slaap niet kan vatten, blijf dan niet in bed liggen. Sta op en ga iets drinken of doe kort iets ontspannend.
- Als u moeilijk blijft slapen, bespreek dat zeker met de arts en de verpleegkundige.
- Doe vooral die dingen die energie geven en laat datgene wat veel energie vraagt.



Ongewone vermoeidheid kan wijzen op een ontsteking van een hormoonproducerend orgaan. Als u zich extreem moe, zwak, futloos en algemeen onwel voelt, neem dan best contact op met uw arts.

Droge mond

Een droge mond wordt veroorzaakt door een tekort aan speeksel (hierbij kan een ontsteking ter hoogte van de speekselklieren aan de basis liggen. Te weinig speeksel zorgt ervoor dat praten, kauwen en slikken moeilijker gaat. Het kan daarnaast zijn dat uw smaak minder is. Om te kunnen proeven en ruiken moet het voedsel in de mond namelijk met speeksel worden vermengd.

Een droge mond kan het eten bemoeilijken. Doordat u minder speeksel heeft, kunnen er kauw- en slikproblemen ontstaan. Wanneer u als gevolg hiervan minder gaat eten en vermagert, kan het aangewezen zijn een (onco-)diëtist in te schakelen. Bevochtig of spoel ook regelmatig uw mond met water, dit kan tijdelijk de klacht verlichten.

05 WAT MET ANDERE MEDICATIE EN PEMBROLIZUMAB?

Als u nog andere geneesmiddelen inneemt geef dat dan steeds door aan uw arts. Het is belangrijk dat u steeds alle medicatie, alle voedingssupplementen of andere homeopathische middelen doorgeeft aan uw arts. Zij kunnen eventueel een interactie hebben met Pembrolizumab.

Het gebruik van corticosteroiden zoals Medrol[®], Dexamethasone[®], Prednisolone[®] enz. vermijden we liever voor de start van de behandeling. Die medicatie vermindert de activiteit en doeltreffendheid van Pembrolizumab. Als u reeds corticoïden gebruikt, gelieve uw behandelend arts te verwittigen. U mag in geen geval de therapie op eigen initiatief stoppen.

Als de auto-immunreacties ten gevolge van de immunotherapie toch ernstig zijn, zal de arts die behandelen met corticosteroiden.

06 VEEL GESTELDE VRAGEN

Wat is het verschil tussen immunotherapie en chemotherapie?

Pembrolizumab kan uw lichaam helpen om tegen de kanker te vechten door de activiteit van uw immuunsysteem te verhogen. In tegenstelling tot chemotherapie heeft Pembrolizumab geen directe invloed op de groei van de tumorcellen. Het ondersteunt enkel de cellen van uw immuunsysteem om tegen de kanker te vechten.

Zal ik mijn haar verliezen tijdens de behandeling?

Patiënten die met Pembrolizumab behandeld worden, verliezen hun haar NIET. Het haar wordt soms wel dunner.

Moet ik voorzorgen nemen als ik met andere mensen in contact kom?

Er hoeven GEEN 'contactvoorzorgsmaatregelen' genomen worden zoals bij een behandeling met chemotherapie. Bij chemotherapie wordt gevraagd om niet in contact te komen met lichaamsvloeistoffen van de patiënt (geslachtsgemeenschap, urine en stoelgang, speeksel, zweet ...) omdat actieve reststoffen schadelijk kunnen zijn voor de naasten. Bij immunotherapie is dat niet het geval.

Wat gebeurt er als ik ernstige bijwerkingen krijg?

Wanneer er een ernstige bijwerking optreedt, zal de arts een bijkomende therapie starten om ze onder controle te krijgen. Wanneer de bijwerkingen niet onder controle kunnen worden gehouden, kan dat soms een reden zijn om de immunotherapie voor een bepaalde periode te stoppen tot de bijwerkingen onder controle zijn.

Zijn de bijwerkingen tijdelijk?

In de meeste gevallen verdwijnen de bijwerkingen met de juiste behandeling na verloop van tijd. Sommige patiënten ondervinden echter bijwerkingen die niet volledig verdwijnen en een aanhoudende behandeling vereisen. Hoe sneller een bijwerking gesignaleerd wordt, hoe kleiner de kans op blijvende gevolgen.

Waarom duurt het zo lang om na te gaan of mijn behandeling werkt?

Pembrolizumab kan het immuunsysteem activeren. Het verhoogt daarvoor het aantal T-cellen in uw lichaam. De tijd die nodig is om het immuunsysteem te activeren en deze T-cellen op te bouwen varieert. Zodra uw immuunsysteem geactiveerd is, kan het kankercellen vinden en aanvallen. Het is een indirecte manier om kanker te bestrijden en in sommige gevallen kan het langer duren voordat het effect op de kanker zichtbaar wordt. Gunstige effecten kunnen pas gezien worden vanaf drie à vier maanden.

Werkt de therapie altijd?

Niet iedereen ondervindt een voordeel bij de behandeling met immunotherapie. Wanneer de therapie wel voordeel geeft kan dat op verschillende manieren tot uiting komen. Sommige patiënten ondervinden dat de tumor snel of geleidelijk krimpt. Bij anderen verdwijnt deze volledig na de start van de therapie.

Bij sommigen groeit de tumor eerst, voordat het immuunsysteem in actie treedt, waarna hij kleiner wordt. Bij anderen verkleint de tumor niet, maar voorkomt het immuunsysteem dat hij verder groeit.

Mag ik met de wagen rijden?

Normaal gezien is er geen probleem om met de wagen te rijden, tenzij het om medische redenen niet mag, maar dan wordt dit ook uitdrukkelijk gezegd.

Seksualiteit en therapie. Wat moet ik weten?

Door de diagnose kan het zijn dat u meer piekert, meer zorgen heeft en dat seksualiteit niet op de eerste plaats komt. Hierdoor kan het evenwicht tussen u en uw partner verstoord geraken. Dat kan voor uw partner of voor uzelf moeilijk zijn. Praat erover met uw partner. Heeft u hulp nodig of kan u er moeilijk over praten met uw partner, wij zoeken samen met u naar een oplossing.

Mensen die een kinderwens hebben of nog in een vruchtbare periode zitten worden aangeraden anticonceptie te gebruiken tijdens de therapie. Er is onvoldoende onderzoek gedaan naar de effecten op een ongeborn kind. Praat hierover met uw arts.

De therapie blijkt geen invloed te hebben op uw vruchtbaarheid, dus bij kinderwens moet u geen preventieve maatregelen nemen om uw vruchtbaarheid te bewaren.

U hoeft tijdens het vrijen geen voorzorgsmaatregelen te gebruiken om uw partner te beschermen.

Gezonde levensstijl en je behandeling. Wat is belangrijk?

We weten dat een gezonde levensstijl belangrijk is voor hart en bloedvaten en om uw lichaam in een goede conditie te houden.

Immunotherapie geeft geen verbod op uw huidige gewoonten, tenzij uw arts u hierover aanspreekt.

Het lichaam moet nu een kanker bestrijden en daarom is die goede conditie wel van groot belang.

Er zijn enkele algemene adviezen van gezond leven die wel aanbevolen zijn:

- Een goede algemene hygiëne
- Alcohol met mate gebruiken (max 1 consumptie per dag)
- Roken wordt altijd afgeraden, ook zonder therapie
- Gezonde gevarieerde voeding en voldoende beweging zijn cruciaal voor een goede conditie van het lichaam
- Sporten mag u zeker verder doen, tenzij het om gezondheidsredenen niet toegelaten wordt door uw behandelend arts.
- Ga verstandig om met de zon. Bescherm u met kledij, een zonnebril en hoed/petje en smeer u om de 2u in met een zonnecrème met minstens factor 30. Vermijd de warmste uren van de dag.

Ik wil graag reizen, kan dat?

Zolang u zich goed voelt en in staat voelt om te reizen is er geen probleem.

Wanneer u op reis gaat, zoek dan op waar een locatie is met een goede gezondheidszorg. Stel dat er iets gebeurd dat u ook zonder zorgen daar dan terecht kan. Het kan ook handig zijn om een medisch verslag mee te nemen (eventueel een Engelse vertaling ervan).

Daarnaast is het ook belangrijk om steeds uw behandelende arts op de hoogte te brengen, want soms is het nodig om documenten voor te leggen voor de verzekering.

Het is aangeraden om toch een annulatieverzekering af te sluiten. U bevindt zich namelijk in een onvoorspelbare periode tijdens uw behandeling. Een bijwerking kan altijd optreden, waardoor u misschien uw reisplannen zal moeten uitstellen.

Zorg dat u in orde bent met uw mutualiteit en vraag een Europese ziekteverzekeringskaart aan. en bekijk de voorwaarden. Wanneer u een uitkering ontvangt via uw mutualiteit, zal een adviserend geneesheer toestemming moeten geven om naar het buitenland te reizen.

Hoe vertel ik dit aan mijn kinderen/kleinkinderen/ouders?


Vaak hebben mensen de reflex om de diagnose voor zichzelf te houden om hun naasten te beschermen, of te sparen. Ervaring leert ons dat het beter is om hen hier wel bij te betrekken.

Door hen informatie te geven omtrent de ziekte en de behandeling, kunnen ze ook beter begrijpen wat u soms bezighoudt. Het is dan misschien eenvoudiger om iets bespreekbaar te maken of kan er beter begrip getoond worden waarom u zich niet goed voelt, waarom u stiller bent, zich niet goed in u vel voelt.

Op veel vragen is geen antwoord, niet voor u en ook niet voor hen. Dit is echter niet noodzakelijk om het bespreekbaar te maken. Ziek zijn is immers een deel van het leven waarmee ook kinderen en kleinkinderen geconfronteerd worden en leren ze hoe hiermee om te gaan.

U kan gerust aangeven welke manier u verkiest om ermee om te gaan of hoe u het liefst wordt benaderd. Heeft u het toch moeilijk om erover te praten met uw naasten of hebben zij het moeilijk, neem dan gerust contact op. Er is ook voor hen gratis ondersteuning voorzien op maat.

Meer lezen over immunotherapie

	http://www.kanker.be/alles-over-kanker/behandelingen/immuuntherapie
	http://www.allesoverkanker.be/immunotherapie
	https://www.immunooncology.be/nl/home

07 WANNEER MOET IK CONTACT OPNEMEN MET HET ZIEKENHUIS?

- Als de hoest blijft aanhouden en verergert.
- Als u last hebt van kortademigheid of bij een pijnlijk gevoel op de borstkas.
- Als u last hebt van diarree die niet meer onder controle te houden is.
- Als u last hebt van slijm of bloed in de stoelgang.
- Als u ongewild gewicht verliest.
- Als u last hebt van buikkrampen en misselijkheid die aanhoudt.
- Als u last hebt van jeuk of huiduitslag.
- Als u last hebt van hoofdpijn die aanhoudt of toeneemt.
- Als u hebt van spierzwakte, verwardheid of andere neurologische tekens.
- Als u koorts hebt (> 38°C) of bij tekens van infectie.
- Als u last hebt van extreme vermoeidheid.

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeleelvoudigd, 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.