



# Uw therapie: Lapatinib (Tyverb<sup>®</sup>)

informatie voor patiënten



In dit boekje vindt u specifieke informatie over uw therapie Lapatinib (Tyverb<sup>®</sup>), het verloop van de therapie, bijzondere richtlijnen bij de therapie en de mogelijke nevenwerkingen. Vervolgens vindt u over de meeste nevenwerkingen meer uitgebreide informatie. We geven u tips om met deze nevenwerkingen om te gaan en we zetten op een rij in welke gevallen u uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige moet contacteren. Zij geven graag meer uitleg.



Uw therapie:  
Lapatinib (Tyverb<sup>®</sup>)

# UW THERAPIE: LAPATINIB (TYVERB®)

## WAT IS TYVERB®?

De werkzame stof van Tyverb® is Lapatinib. Lapatinib is een geneesmiddel dat zich vasthecht aan bepaalde eiwitten op de wand van zieke cellen, waardoor de groei van deze cellen kan worden geremd.

## HOE WORDT TYVERB® TOEGEDIEND?

Het geneesmiddel Tyverb® wordt toegediend in de vorm van tabletten. Eén cyclus duurt in principe 3 weken (21 dagen). Tijdens de hele cyclus neemt u Tyverb® 1 maal per dag op een lege maag in.

Dag 1 is altijd de eerste dag van een nieuwe cyclus. De volgende cyclus start in principe 3 weken na dag 1, als de bloedsuitslagen en uw algemene toestand dit toelaten.

De duur van de therapie hangt af van hoe u de therapie verdraagt en het effect van de therapie.

## WAAR WORDT DE THERAPIE TOEGEDIEND?

Op dag 1 komt u naar het dagcentrum om de medicatie op te starten en de dosis van de volgende cyclus te bepalen. Nadien neemt u de tabletten Tyverb® thuis verder in, zoals voorgeschreven.

## HOE NEEMT U TYVERB® IN?

- Tyverb® bestaat in tabletten van 250 mg. Uw arts en verpleegkundige melden u steeds duidelijk welke dosis u in de komende periode moet innemen. Het is mogelijk dat de dosis later in uw behandeling wordt aangepast. Tabletten Tyverb® zijn enkel in het ziekenhuis te verkrijgen.
- U neemt de tabletten **1 maal per dag in, met 24 uur tussen** twee innames.
- U neemt de tabletten Tyverb® **bij voorkeur elke dag rond hetzelfde tijdstip** in.
- Tyverb® wordt steeds **op een lege maag** ingenomen. Best neemt u Tyverb® elke dag op hetzelfde tijdstip ten opzichte van de maaltijd:
  - Ofwel neemt u uw tabletten steeds 1 uur voor een maaltijd met een laag tot matig vetgehalte (bv. een broodmaaltijd).
  - Ofwel neemt u uw tabletten steeds 1 uur na een maaltijd met een laag tot matig vetgehalte (bv. een broodmaaltijd).
- Slik de tabletten in hun geheel in met een glas water, zonder te kauwen.
- Tyverb® moet **bewaard** worden op **kamertemperatuur** op een veilige plaats, buiten het bereik van kinderen.

## WAT MET ANDERE MEDICATIE EN WAT MET VOEDINGSMIDDELEN?

- Meld uw behandelende arts als u **andere geneesmiddelen** gebruikt (inclusief die middelen die niet door uw dokter zijn voorgeschreven). Dit is zeer belangrijk omdat door het gelijktijdig gebruik van meer dan één geneesmiddel de werking van deze geneesmiddelen versterkt of verzwakt kan worden. Daarom mag Lapatinib niet samen met andere geneesmiddelen gebruikt worden zonder de toestemming van uw dokter.
- Gebruik **geen pompelmoes(sap), sterfruit, granaatappel en preparaten op basis van Sint-Janskruid** (Sint-Janskruid bestaat onder andere in druppels en tabletten van dr. A. Vogel). Deze middelen kunnen de werking van Lapatinib nadelig beïnvloeden.
- Maagbeschermers zoals Omeprazole, Losec®, Pantomed® ... gebruikt u het best in overleg met uw arts. Deze geneesmiddelen kunnen de werking van Lapatinib immers beïnvloeden.

## WAT ALS...?

- Wanneer u een **dosis** Lapatinib bent **vergeten**, sla dan de vergeten dosis over. Neem geen dubbele dosis om de gemiste dosis in te halen. Neem de volgende dosis gewoon in op het geplande tijdstip. Meld een vergeten dosis bij uw volgende ziekenhuisbezoek.
- Bij **braken vlak na de inname van** Lapatinib hoeft u uw dosis niet te herhalen. Neem de volgende dosis op het geplande tijdstip in.
- Als u een **dosis te veel** heeft ingenomen: contacteer dan uw behandelend arts.

- Bij **accidentele inname** door personen voor wie Lapatinib niet werd voorgeschreven moet onmiddellijk het antigifcentrum (tel. 070 245 245) gecontacteerd worden.
- Breng **overgebleven medicatie** terug mee naar het ziekenhuis: spoel deze nooit weg via het toilet of de lavabo.

## WELKE BIJKOMENDE ADVIEZEN ZIJN BELANGRIJK BIJ EEN BEHANDELING MET TYVERB®?

- U kunt het **dagboek** gebruiken om klachten en de inname van uw medicatie of eventuele problemen daarmee te noteren. Het dagboek geeft ons bij uw volgende ziekenhuisbezoek een goed beeld op het verloop van de behandeling en helpt ons om problemen gericht met u te bespreken.

## DOSISSCHEMA TYVERB®

Van ..... / ..... tot ..... / .....

<p>..... mg (bij voorkeur 's morgens)</p>		<p>... x tabletten 250 mg</p>	
---	--	-------------------------------	--



# Mogelijke nevenwerkingen

Hoe u deze nevenwerkingen beleeft, is erg persoonlijk. Sommige mensen hebben veel last van nevenwerkingen, anderen weer niet. Laat u niet beïnvloeden door verhalen van andere mensen. Bovendien heeft de ernst van de nevenwerkingen niets te maken met het effect van de behandeling. Aarzel niet uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige te contacteren met uw vragen, gevoelens en eventuele onzekerheden. Vaak kan aangepaste hulp een probleem verzachten of verhelpen.

## NEVENWERKINGEN LAPATINIB (TYVERB®)

U krijgt hier een opsomming van de verschillende nevenwerkingen die kunnen voorkomen. In de pagina's die hierop volgen, vindt u voor de meeste nevenwerkingen meer uitleg en tips om met deze nevenwerkingen om te gaan.

1. Een behandeling met Tyverb® veroorzaakt vaak buikloop. (zie pagina 12)
2. Een behandeling met Tyverb® veroorzaakt vaak huidreacties. (zie pagina 15)
3. U kan last krijgen van pijn en roodheid ter hoogte van uw handen en voeten. Dit heet het hand-voet syndroom. (zie pagina 18)
4. Deze therapie kan misselijkheid en braken veroorzaken. (zie pagina 21)
5. Het slijmvlies van de mond kan ontstoken raken. U kunt daardoor blaasjes en pijn in de mond krijgen. Een goede mondverzorging is belangrijk. (zie pagina 24)
6. Uw smaak kan tijdelijk veranderen. (zie pagina 29)
7. Door de therapie kan het zijn dat u tijdelijk minder of geen trek hebt in eten.
8. Deze therapie kan vermoeidheid veroorzaken. Ook na afloop van de totale behandeling kunnen deze klachten tijdelijk aanhouden. (zie pagina 33)
9. Deze therapie kan invloed hebben op de seksualiteit, vruchtbaarheid en menstruatie. De mate waarin is van vele factoren afhankelijk. Praat hierover met uw verpleegkundige en/of arts. (zie pagina 35)



# Uitleg en tips rond de nevenwerkingen

## BUIKLOOP (DIARREE)

Bij deze behandeling kunt u last hebben van diarree. U hebt dan vaker dan normaal stoelgang en uw stoelgang zal vloeibaarder zijn dan gewoonlijk. Diarree ten gevolge van de behandeling treedt op ten vroegste 24 uur na de toediening en kan tot 5 dagen duren. Dit gaat soms gepaard met buikkrampen.

Soms kan diarree gepaard gaan met uitdrogingsverschijnselen. Die verschijnselen zijn een gevoel van dorst, een droge mond, een droge tong, een droge of gerimpelde huid en verminderde en donkere, troebele urine.

Er kunnen ook andere oorzaken zijn voor uw diarree, zoals bijvoorbeeld darminfecties en stress.

### ENKELE RAADGEVINGEN

- **Algemene adviezen**
  - ✓ Neem de geneesmiddelen tegen diarree volgens de richtlijnen van de arts.
  - ✓ Als u meer dan driemaal per dag last hebt van diarree, moet u starten met de inname van 2 smelttabletten of capsules Imodium® (2 mg).
  - ✓ Na iedere volgende diarree moet u 1 smelttablet of capsule Imodium® (2 mg) innemen.
  - ✓ U mag maximaal 8 smelttabletten of capsules Imodium® per dag innemen.

- ✓ Neem nooit Imodium® om de diarree voor te zijn.
  - ✓ Als de diarree langer dan 2 dagen duurt, ondanks de juiste inname van Imodium®, dan moet u uw arts verwittigen.
  - ✓ Verzorg uw huid na elke ontlasting. Maak uw huid schoon met zacht toiletpapier (niet wrijven). Was al deppend met een niet-geparfumeerde zeep. Spoel overvloedig af met lauw water.
  - ✓ Controleer hoe vaak u stoelgang hebt en welke samenstelling uw stoelgang heeft. U kunt dit noteren in het dagboek.
- Voedingsadviezen bij diarree

De voeding mag de ontlasting niet bevorderen.

- ✓ Drink veel, minstens 1,5 tot 2 liter per dag, om uitdroging tegen te gaan.
- ✓ Vooral thee, rijstwater, wortelsap en bosbessensap zouden een gunstige invloed hebben op diarree.
- ✓ Vermijd koffie.
- ✓ Vermijd te koude en te warme dranken.
- ✓ Het is raadzaam bij alles wat u drinkt vast voedsel zoals beschuit of toast te eten. Hierdoor wordt het vocht in de darmen gebonden.
- ✓ Vermijd een te vette voeding.

- ✓ Vermijd een te sterk gekruide voeding.
- ✓ Eet geen ontbijtkoek (peperkoek).
- ✓ Vermijd vers fruit (sinaasappelen) en rauwkost.

### **Raadpleeg uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige**

- Als u langer dan 2 dagen last hebt van diarree ondanks de juiste inname van Imodium®.
- Als u bij de diarree ook nog moet braken.
- Als u last hebt van een branderig gevoel aan de aars.
- Als u bloed in de stoelgang ziet of als uw stoelgang een zwarte kleur heeft.
- Als u koorts hebt.
- Als u hierbij nog last hebt van een droge mond en/of droge tong en minder plast (de urine is ook troebel en donker van kleur). Deze tekens wijzen op een uitdroging van uw lichaam. Het is dan belangrijk om extra vocht te nemen. Soms kan het zijn dat u wordt opgenomen in het ziekenhuis om via een infuus extra vocht te krijgen.

## **DUUR**

Diarree ten gevolge van de behandeling kan optreden vanaf dag 1 tot 5 dagen na de toediening.

## HUIDREACTIES

Uw behandeling kan huidreacties veroorzaken.

- X Vanaf enkele dagen na de aanvang van de behandeling:** acné-achtige huiduitslag op het gelaat, de hoofdhuid, de hals, de borst en de rug met rode puntjes en puistjes. Soms geven de letsels geen verdere last, soms geven ze jeuk of zijn ze pijnlijk.
- X Vanaf een vijftal weken behandeling:** droge huid op de armen, de benen en de door acné aangetaste plaatsen. Soms ontstaan ten gevolge van de droge huid eczema en kloven. Ook uw slijmvliezen kunnen droger worden (vaginale droogte, afters in de mond, droge, rode of pijnlijke ogen).
- X Bij langdurige behandeling (vanaf 10 weken):** kloven op vingers en hielen, ontsteking van het nagelbed, soms lijkend op een ingroeiende nagel.
- X Andere mogelijke huidreacties:** bruine verkleuring van de huid, gesprongen haarvaatjes, veranderingen in de beharing (lange wimpers, mild haarverlies op het hoofd, trager groeiende baard ...)

De ernst van de symptomen verschilt van persoon tot persoon. Sommige patiënten ontwikkelen een ernstige vorm van acne, bij de meerderheid van de patiënten zijn de symptomen milder.

De meeste huidreacties kunnen verzacht, verbeterd of genezen worden. Het is daarom belangrijk dat u bij elk ziekenhuisbezoek uw klachten en symptomen aan de arts en/of verpleegkundige vertelt. Zij zijn vertrouwd met deze nevenwerking en zullen gepaste adviezen geven en/of een gepaste behandeling instellen.

De invloed van de behandeling op uw huid kan uw uiterlijk en uw zelfbeeld veranderen. Misschien voelt u zich daardoor ontredderd of voelt u zich geremd in uw sociaal leven. Sommige patiënten vinden het daarom moeilijk om de behandeling vol te houden. Spreek erover met uw zorgverleners, zij zoeken graag samen met u naar oplossingen.

## ENKELE RAADGEVINGEN

- Enkele huidvriendelijke adviezen:

- ✓ Zeep droogt de huid uit. Gebruik daarom zeepvervangers, douche- of badolie.
- ✓ Vermijd heet water. Neem eerder een bad dan een douche, een douche droogt de huid feller uit.
- ✓ Vermijd zonlicht maximaal en bescherm uw huid tegen zonlicht (draag beschermende kledij en gebruik een zonnecrème met hoge beschermingsfactor).
- ✓ Vermijd hoge temperaturen en te hoge vochtigheid.
- ✓ Draag geen te nauwe schoenen.
- ✓ Gebruik hydraterende (vochtinbrengende) producten op uw armen en benen om een droge huid te voorkomen. Wrijf uw handen regelmatig in met een handcrème. Opgelet: gebruik deze producten niet op plaatsen met acne. Door vette zalf of crèmes kan de acne immers verergeren.
- ✓ Als u dat wenst, kunt u de huiduitslag bedekken met een (dermatologisch geteste) fond de teint. Voor het verwijderen van make-



up gebruikt u best een zachte lotion. Vermijd geparfumeerde lotions of lotions die alcohol bevatten.

- ✓ Gebruik niet om het even welke zalf of crème als behandeling van deze specifieke huidreacties. Start dus niet zelf met een behandeling maar vraag steeds raad aan uw arts.

### Raadpleeg uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige

- Als u een van de hierboven beschreven klachten hebt. Mogelijk kan een geneesmiddel of crème uw klachten verlichten. Misschien verwijst uw arts u door naar een dermatoloog (een huidspecialist).
- Als deze klachten erger worden en als uw normaal functioneren door die klachten in het gedrang komt.

## DUUR

De huidreacties zijn meestal van voorbijgaande aard en laten doorgaans geen letsels na. Ze zullen dus na afloop van uw behandeling genezen en zullen geen littekens achterlaten.

Met herhaalde toedieningen zijn de huideffecten gewoonlijk beter onder controle, maar toch kunnen de huidreacties soms nog onverwacht opflakkeren.

Uitzonderlijk kunnen deze huidreacties ernstig en onverdraaglijk zijn en aanleiding geven tot vermindering van de dosis of zelfs stopzetting van de therapie.

# HAND-VOETSYNDROOM (HVS)

Als reactie op uw behandeling kan er een pijnlijke roodheid en zwelling ontstaan ter hoogte van uw handpalmen en voetzolen. Vaak wordt die voorafgegaan door tintelingen en gevoelsstoornissen.

Dit kan soms verder evolueren tot een sterk uitgesproken droogte van de huid met afschilfering of blaarvorming. Het vroegtijdig herkennen van de eerste symptomen kan dit voorkomen. Het hand-voetsyndroom kan u hinderen bij bepaalde dagelijkse activiteiten.

## ENKELE RAADGEVINGEN

- U vermijdt het best:
  - ✓ Hete douches en baden, sauna.
  - ✓ Blootstelling aan de zon.
  - ✓ Het dragen van spannende of afsluitende schoenen, sokken of kleding, het dragen van te nauw aansluitende juwelen (ringen, armbanden).
  - ✓ Hevige wrijving of kneuzing van de handen en de voeten: lange wandelingen, jogging, gebruik van gereedschap dat wrijving en druk veroorzaakt ter hoogte van uw handen (knutselen, tuinieren), zware huishoudelijke taken (bijvoorbeeld langdurig gebruik van de mixer).
  - ✓ Het gebruik van zelfklevende verbanden en pleisters.
  - ✓ Het gebruik van zalven die een verdovende werking hebben.

- ✓ Het gebruik van zalven die gebruikt worden bij jeukende huidaandoeningen of bij insectenbeten (bijvoorbeeld: Algesal<sup>®</sup>, Azaron<sup>®</sup>, Diphamine<sup>®</sup>, Onctose<sup>®</sup>, R Calm<sup>®</sup>).
- U geeft het best de voorkeur aan:
  - ✓ Een lauw of zelfs koel bad of douche.
  - ✓ Frisse en schaduwrijke plaatsen.
  - ✓ Het dragen van ruime en gemakkelijke kleding, soepele en gemakkelijke (bij voorkeur dichte) schoenen.
  - ✓ Het volledig drogen van handen en voeten, zonder te wrijven.
  - ✓ Aanbrengen van vochtinbrengende lotions om kloven te voorkomen.
  - ✓ Het gebruik van handschoenen bij het schoonmaken (detergenten kunnen de huid uitdrogen) en in de tuin (om verwondingen te voorkomen).
  - ✓ Sport en activiteiten zonder risico op herhaalde wrijvingen ter hoogte van uw handen en voeten.
  - ✓ Eventueel het gebruik van ijs ter hoogte van uw handen of voeten om de pijn te verlichten.
  - ✓ Het omhoog leggen van uw benen en hielen (om zo weinig mogelijk wrijving te hebben).

### **Raadpleeg uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige**

Wanneer uw handpalmen en/of voetzolen roder en gevoeliger worden.

## **DUUR**

Bij het optreden van uitgesproken huidveranderingen of pijn, kan uw arts beslissen om uw behandeling tijdelijk te onderbreken, de dosis te verminderen of het interval tussen twee toedieningen te verlengen. Hierdoor kan de huid genezen. Eventueel kan uw arts beslissen cortisone en/of pijnstilling toe te dienen om de klachten van het handvoetsyndroom te verminderen. Mogelijk vraagt hij bijkomend advies van de huidspecialist.

## MISSELIJKHEID EN BRAKEN

Als reactie op uw behandeling is het mogelijk dat u misselijk bent en moet braken. We proberen deze nevenwerking zo goed mogelijk te controleren met ondersteunende medicatie. Als u er toch last van hebt, vragen wij u dit zeker te vertellen aan de arts of verpleegkundige. U kunt dan (bijkomende) medicatie krijgen.

Deze klachten verschillen sterk van persoon tot persoon, zelfs als deze personen dezelfde therapie krijgen.

### ENKELE RAADGEVINGEN

- ✓ Het is belangrijk dat u tijdens de therapie veel drinkt, want er moeten extra afvalstoffen uit het lichaam worden verwijderd. Zorg ervoor dat u dagelijks 1,5 tot 2 liter vocht drinkt. Water, maar ook cola, appelsap, limonade, isotone sportdranken, thee en bouillon worden over het algemeen goed verdragen. Als u te weinig drinkt, kan dat het gevoel van misselijkheid erger maken en bijdragen tot een vieze smaak in uw mond. U kunt ook zuigen op ijsblokjes met verschillende smaken door bijvoorbeeld cola of limonade in te vriezen.
- ✓ Dwing uzelf niet om te eten. Haal de ‘schade’ in door goed te eten in de periodes tussen de kuren. Eet op tijdstippen dat u minder misselijk bent, zelfs als dat 's nachts is.
- ✓ Hebt u toch zin om iets te eten, neem dan een hartig of zoet tussendoortje. Dit levert veel calorieën in een klein volume: ijsjes, gebak, cake, chocomousse, kaas of charcuterie uit het vuistje.

- ✓ Stem de grootte van de maaltijd af op uw eetlust. De aanblik van een groot bord vol eten is vaak ontmoedigend. Gebruik liever regelmatig kleine maaltijden, want een lege maag kan eveneens een misselijk gevoel geven.
- ✓ Wanneer warme gerechten u een misselijk gevoel geven, kiest u beter een alternatief, een slaatje van gekookte koude groenten met deegwaren en vis, vlees of eieren bijvoorbeeld. Zoiets smaakt vaak beter en het is even 'gezond'.
- ✓ Rust na de maaltijd in een halfzittende houding.
- ✓ Als u hebt moeten braken, spoel dan uw mond en laat uw maag weer langzaam wennen aan vast voedsel.
- ✓ Neem uw geneesmiddelen tegen misselijkheid en braken strikt zoals voorgeschreven door uw arts.
- ✓ Zorg voor voldoende afleiding (hobby's, lezen, muziek, radio of tv).
- ✓ U kunt eventueel relaxatieoefeningen doen.
- ✓ Vraag hulp van de diëtiste in het ziekenhuis via uw arts of verpleegkundige. Zij kan u advies geven als u problemen hebt met uw voeding.

### Raadpleeg uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige

- Als u niet meer voldoende kunt eten en drinken.
- Als u ernstig vermagert.
- Als u tekenen van uitdroging vertoont: een gevoel van dorst, een droge en gerimpelde huid, een droge mond, oververmoeidheid en weinig plassen.
- Als u zich angstig en benauwd voelt.

### DUUR

De klachten kunnen optreden tijdens de toediening van de therapie of tijdens de eerstvolgende uren of dagen erna.

Wees niet ongerust als u niet misselijk wordt, niet moet kokhalzen of niet moet braken. Dit betekent zeker niet dat de behandeling bij u niet aanslaat. Omgekeerd betekent het ook niet dat als u zich erg ziek voelt, de therapie dan echt zijn werk doet. Misselijkheid en braken staan los van het effect van de therapie.

# IRRITATIE EN/OF ONTSTEKING VAN HET MONDSLIMVLIES

Een ontsteking ter hoogte van de mondslijmvliesen wordt stomatitis genoemd. Mucositis is een verzamelwoord voor een ontsteking van de slijmvliesen ter hoogte van de mond, slokdarm en de darmen.

## ENKELE RAADGEVINGEN

- **Tanden poetsen**
  - ✓ Poets uw tanden minstens tweemaal per dag, en liefst na elke maaltijd en voor het slapengaan.
  - ✓ Gebruik een zachte of medium tandenborstel.
  - ✓ Als uw arts geen mondspoelingen heeft voorgeschreven, mag u een klassieke tandpasta met fluor gebruiken.
  - ✓ Als u mondspoelingen moet doen, dan gebruikt u best tandpasta zonder NLS (natriumlaurylsulfaat), bijvoorbeeld Sensodyne®F-gel, Zendium® of Meridol®.
  - ✓ Vervang uw tandenborstel minstens om de twee maanden.
  - ✓ Spoel na het poetsen uw tandenborstel grondig met lauw water en bewaar hem droog.
  - ✓ Een elektrische tandenborstel moet zeer voorzichtig gebruikt worden. Ook hier is aandacht voor hygiëne van de borstelkop belangrijk.
  - ✓ Tussen de tanden kunt u de tandplak verwijderen door eenmaal per dag gebruik te maken van tandzijde. Gebruik liever geen tandenstokers, die kunnen uw tandvles beschadigen.



- **Mondspoeling**

- ✓ Door de therapie kunt u vatbaarder worden voor infecties en daarom kan de arts u bijkomende mondspoelingen voorschrijven. Mondspoelingen op basis van chloorhexidine (bijvoorbeeld Perio-Aid®) hebben een antibacteriële werking. Het gebruik van een mondspoeling vervangt in geen geval het tandenpoetsen.
- ✓ Poets altijd eerst uw tanden.
- ✓ Neem 10 ml Perio-Aid®, dit mag eventueel verdund worden in 10 ml water vlak voor gebruik.
- ✓ Spoel minstens 1 minuut, eventueel opgesplitst in driemaal 20 seconden. Tweemaal spoelen per dag is voldoende, omdat het actief product 8 tot 12 uur blijft nawerken.

- **Tandprothese**

- ✓ Reinig de prothese minstens eenmaal per dag.
- ✓ Spoel uw prothese na iedere maaltijd af onder stromend water.
- ✓ Neem de prothese enkele uren per dag uit uw mond om uw slijmvlies wat rust te geven. Bij ontsteking of aftvorming van het mondslijmvlies laat u de prothese uit en raadpleegt u de arts.
- ✓ Laat 's nachts en bij een pijnlijke mond de prothese uit.
- ✓ Bewaar uw prothese droog en reinig ze voor u ze weer in uw mond plaatst.
- ✓ Tijdens periodes waarin uw arts het gebruik van een mondspoeling adviseert, borstelt u de prothese eerst met een chloorhexidine-oplossing (Perio-Aid®) voor u ze in uw mond brengt.

- **Mondinspectie**

- ✓ Bekijk af en toe uw mond in de spiegel, eventueel met een lampje.
- ✓ Kijk naar uw lippen, tong, de binnenzijde van de wangen, onder de tong en naar het verhemelte.
- ✓ Bij droge lippen of wanneer de lippen gebarsten zijn, kunt u ze dun insmeren met een cacao boterstift of met lippenzalf uit een tube.
- ✓ Bij een droge mond kunt u de speekselklieren stimuleren door een suikervrij zuurtje of kauwgom (met Xylitol) te nemen of kunstspeeksel te gebruiken (Orale-Balance bijvoorbeeld).

## **ALGEMENE RAADGEVINGEN**

- Vermijd, indien mogelijk, alcohol en andere irriterende voedingsstoffen zoals te warme, te fel gekruide of te zure spijzen.
- Vermijd citrusfruit zoals sinaasappel, pompelmoes, kiwi, citroen, mandarijn. Dit fruit kan te prikkelend zijn.
- Let op met zoete en zure voedingsmiddelen of dranken omdat bij een droge mond het risico op tandbederf groter is.
- Melk, ijs, banaan, zacht rijp fruit en yoghurt kunt u over het algemeen wel goed verdragen.

## Raadpleeg uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige

- Wanneer u veranderingen waarneemt in uw mondslijmvlies: blaasjes, zweertjes, droge mond, witte stipjes in uw mond (tong, wangslimvliezen). Dit laatste zou kunnen wijzen op een schimmelinfectie.
- Wanneer u pijn hebt in uw mond of keel. Uw arts kan u een mucositis- of stomatitiscocktail voorschrijven om uw mond of keel te verzachten.
- Wanneer u nog moeilijk kunt eten en op korte tijd veel gewicht verliest.
- Wanneer u koorts hebt. Dit zou kunnen wijzen op een bijkomende infectie in uw mond.

## DUUR

Een aantasting van het mondslijmvlies begint meestal vijf tot zeven dagen na toediening van de therapie. De slijmvliezen worden bleek en droog. Vaak krijgt u een branderig gevoel in de mond, en uw tong kan droog aanvoelen. Dit evolueert soms verder naar een ernstige ontsteking met pijnlijke zweertjes in de mond. Omdat de smaakcellen worden aangetast, gaat dit meestal gepaard met smaakveranderingen. Herstel van de slijmvliezen begint na twee á drie weken.

Een goede dagelijkse mondhygiëne is dus zeer belangrijk om problemen van het mondslijmvlies te voorkomen. Daarnaast zijn de voedingstoestand (of u goed en voldoende gevarieerd kunt eten), de dosis van de geneesmiddelen die u krijgt en andere factoren mee bepalend voor de ernst van de stomatitis die kan optreden.

**Voor bijkomende informatie over goede mondzorg kunt u terecht bij uw tandarts, uw arts of verpleegkundige.**

**Bij een controlebezoek aan uw tandarts moet u zeker vermelden dat u chemotherapie of andere celremmende geneesmiddelen krijgt. Er gebeurt best een nazicht vóór het opstarten van de behandeling (tijdens de behandeling vinden er best geen ingrepen plaats).**

## SMAAKVERANDERING – REUKVERANDERING

Smaak- en reukveranderingen kunnen optreden door uw ziekte of behandeling. Wat u eet, kan plots anders smaken, terwijl u het niet anders hebt klaargemaakt. Het is dan plotseling erg zoet, bitter, zuur, zout of juist flauw. Probeer erachter te komen welke voedingsmiddelen uw voorkeuren hebben en vermijd de andere.

### ENKELE RAADGEVINGEN

Zorg dragen voor een goede mondhygiëne kan helpen.

U vindt hier een aantal raadgevingen die belangrijk zijn voor een goede mondhygiëne: tanden poetsen, mondspoelingen en de verzorging van een tandprothese.

- **Tanden poetsen**
  - ✓ Poets uw tanden minstens tweemaal per dag, en liefst na elke maaltijd en voor het slapengaan.
  - ✓ Borstel regelmatig zachtjes uw tongrug. Een beslagen tong veroorzaakt dikwijls een slechte smaak en slechte adem.
  - ✓ Gebruik een zachte of medium tandenborstel.
  - ✓ Als uw arts geen mondspoelingen heeft voorgeschreven, mag u een klassieke tandpasta met fluor gebruiken.
  - ✓ Als u mondspoelingen moet doen, dan gebruikt u best tandpasta zonder NLS (natriumlaurylsulfaat), bijvoorbeeld Sensodyne®F-gel, Zendium® of Meridol.

- ✓ Vervang uw tandenborstel minstens om de twee maanden.
  - ✓ Spoel na het poetsen uw tandenborstel grondig met lauw water en bewaar hem droog.
  - ✓ Een elektrische tandenborstel moet zeer voorzichtig gebruikt worden. Ook hier is aandacht voor hygiëne van de borstelkop belangrijk.
  - ✓ Tussen de tanden kunt u de tandplak verwijderen door eenmaal per dag gebruik te maken van tandzijde. Gebruik liever geen tandenstokers, die kunnen uw tandvles beschadigen. Als u mondspoelingen moet doen, dan gebruikt u best tandpasta zonder NLS (natriumlaurylsulfaat), bijvoorbeeld Sensodyne®F-gel, Zendium® of Meridol.
- **Mondspoeling**
    - ✓ Door de therapie kunt u vatbaarder worden voor infecties en daarom kan de arts u bijkomende mondspoelingen voorschrijven. Mondspoelingen op basis van chloorhexidine (bijvoorbeeld Perio-Aid®) hebben een antibacteriële werking. Het gebruik van een mondspoeling vervangt in geen geval het tandenpoetsen.
    - ✓ Poets altijd eerst uw tanden.
    - ✓ Neem 10 ml Perio-Aid®, dit mag eventueel verdund worden in 10 ml water vlak voor gebruik.
    - ✓ Spoel minstens 1 minuut, eventueel opgesplitst in driemaal 20 seconden. Tweemaal spoelen per dag is voldoende, omdat het actief product 8 tot 12 uur blijft nawerken.

- **Tandprothese**

- ✓ Reinig uw prothese minstens eenmaal per dag.
- ✓ Spoel uw prothese na iedere maaltijd af onder stromend water.
- ✓ Neem de prothese enkele uren per dag uit uw mond om uw slijmvlies wat rust te geven. Bij ontsteking of aftvorming van het mondslijmvlies laat u de prothese uit en raadpleegt u de arts.
- ✓ Laat 's nachts en bij een pijnlijke mond de prothese uit.
- ✓ Bewaar uw prothese droog en reinig ze voor u ze weer in uw mond plaatst.
- ✓ Tijdens periodes waarin uw arts het gebruik van een mondspoeling adviseert, borstelt u de prothese eerst met een chloorhexidine-oplossing (Perio-Aid®) voor u ze in de mond brengt.

**Als de klassieke maaltijden u niet meer smaken:**

- Probeer bereide gerechten uit.
- Gebruik voldoende kruiden.
- Gebruik nieuwe gerechten met nieuwe smaken.

**Als de eetwaren te zuur lijken:**

- Bereid de groenten in een melksaus.
- Verwerk het fruit in moes.

**Als de eetwaren te zout lijken:**

- Vermijd fijne vleeswaren.
- Vermijd belegen kazen.

### **Als de eetwaren een metaalsmaak hebben:**

- Eet vis, eieren en melkproducten in plaats van vlees.
- Vervang groene groenten door zetmeelproducten zoals aardappelen, rijst en pasta's.
- Soms helpt het om het metalen bestek te vervangen door plastic of hout.

### **Kies dranken met een frisse smaak:**

- Water, thee, groentesap, vruchtensap, koolzuurhoudende dranken met citroen of sinaasappel.

### **Als u last hebt van onaangename geuren:**

- Neem koude of lauwe gerechten: salades, vis, vleesbrood, koude soepen en vers fruit.
- Vermijd eetwaren met een sterke geur, zoals koolsoorten en uien.
- Eet geen gerechten tegen uw zin.

Als u zelf een maaltijd bereidt, houd er dan rekening mee dat u misschien anders proeft en kruidt dan u en uw tafelgenoten het gewoon zijn.

### **Raadpleeg uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige**

Neem contact op met uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige als u veel te weinig eet of als u te veel gewicht verliest. In het ziekenhuis kunt u altijd via uw behandelende arts of verpleegkundige een beroep doen op een diëtiste.

## **DUUR**

Smaak- en reukveranderingen door de therapie zijn van tijdelijke aard. Na afloop van de therapie zal uw smaak- en reukzin geleidelijk aan herstellen.



## VERMOEIDHEID

Veel mensen die behandeld worden met chemotherapie of andere celremmende geneesmiddelen, hebben naarmate de behandeling vordert last van (extreme) vermoeidheid. U kunt zich zowel lichamelijk als mentaal vermoeid voelen. Het aantal patiënten dat vermoeidheidsklachten heeft, varieert en de ernst van de klachten hangt af van de duur en het soort behandeling.

Vermoeidheid is geen banale klacht. Spreek erover met uw arts en/of verpleegkundige.

### ENKELE RAADGEVINGEN

- ✓ Door erover te spreken met uw behandelende arts en/of verpleegkundige, kunnen er mogelijke oorzaken opgespoord worden die deze vermoeidheid mee in de hand werken.
- ✓ Probeer een evenwicht te vinden tussen (lichte) activiteit en rust.
- ✓ Probeer voldoende actief te blijven. U zult zich daardoor zowel lichamelijk als mentaal beter voelen.
- ✓ Regelmatig lichte oefeningen zijn beter dan erg belastende activiteiten. U kunt actief blijven in het huishouden, of u kunt lichte activiteiten beoefenen zoals wandelen, fietsen of zwemmen.
- ✓ Eenvoudige oplossingen kunnen u helpen in het huishouden. Bij het boodschappen doen bijvoorbeeld kan het helpen vooraf een lijstje te maken en een boodschappentrolley mee te nemen, zodat u geen zware tassen moet dragen. Strijken kunt u al zit-

tend proberen. U kunt ervoor kiezen om eenvoudige maaltijden te bereiden. Voelt u zich een dag minder moe, dan kunt u een maaltijd op voorhand bereiden en deze invriezen.

- ✓ Plan vandaag uw activiteiten en taken voor morgen. Geef prioriteiten en doe geen onnodige inspanningen.
- ✓ Las tijdens de dag rustperiodes in, indien nodig.
- ✓ Zorg voor voldoende ontspanning (muziek, film, kunst, relaxatie-oefeningen).
- ✓ Vraag hulp aan familie, vrienden of instanties. De sociaal werker kan u hierbij zeker helpen.
- ✓ Tot slot worden infosessies georganiseerd die u kunnen helpen om te gaan met vermoeidheid. U kunt tijdens maar ook na uw behandeling aan zo'n sessie deelnemen. U kunt er ervaringen uitwisselen met andere (ex-) kankerpatiënten, hoe zij met hun vermoeidheid omgaan en wat hen daarin heeft kunnen helpen. Zo blijft het misschien mogelijk bepaalde activiteiten verder te zetten. Concrete informatie over deze sessies vraagt u best aan een verpleegkundige of sociaal werker.

## DUUR

Vermoeidheid kan al optreden tijdens de eerste week van de behandeling en neemt nadien verder toe. Na het stopzetten van de behandeling zullen de klachten traag verminderen. Het is niet abnormaal dat u nog last hebt van vermoeidheid enkele maanden na het stopzetten van de therapie. Soms kan vermoeidheid nog verschillende jaren na de therapie duren.

## INVLOED OP DE VROUWELIJKE SEKSUALITEIT

De invloed van een behandeling op de seksualiteit is voor iedere patiënt verschillend. Zowel lichamelijke als emotionele gevolgen van uw ziekte en uw behandeling kunnen gevolgen hebben voor uw seksuele behoefte en uw seksleven. Het is goed mogelijk dat u door andere zorgen uw seksleven nu minder belangrijk vindt. Misschien moeten u en uw partner nog wennen aan de uiterlijke veranderingen door de behandeling, zoals haarverlies. Het kan ook zijn dat u door de therapie een aantal lichamelijke klachten ondervindt zoals vermoeidheid en misselijkheid. De menstruatie kan voor kortere of langere periode stoppen. Of u kunt last hebben van vaginale droogte. Ook daardoor kan de zin om te vrijen sterk verminderd zijn of kunt u angst hebben voor pijn tijdens het vrijen. Tijdens, maar ook na uw behandeling hebt u misschien meer behoefte aan begrip, warmte en intimiteit, maar dit is niet altijd makkelijk realiseerbaar. Het bespreekbaar maken van seksuele problemen is belangrijk. Door erover te praten met uw partner leert u elkaar beter te begrijpen. Ook met uw zorgverleners kunt u problemen rond seksualiteit bespreken.

Tijdens uw behandeling, en tot enkele maanden nadien is het belangrijk om voorbehoedsmiddelen (bijvoorbeeld een condoom) te gebruiken. Een mogelijke zwangerschap moet nu immers voorkomen worden, omdat de therapie schadelijk kan zijn voor de baby.

Is een zwangerschap niet (meer) mogelijk, dan nog is het raadzaam de eerste dagen na de toediening van de behandeling een condoom te gebruiken. Restanten van de geneesmiddelen kunnen ook in sperma of vaginaal vocht zitten. Daarom is het veiliger om met een condoom te vrijen. Bespreek het zeker met uw arts als u nog een kinderwens heeft.

© juni 2014 UZ Leuven

Overname van deze tekst is enkel mogelijk na toestemming van de dienst communicatie UZ Leuven.

Ontwerp en realisatie

Deze tekst werd opgesteld door het Leuvens kankerinstituut (LKI) in samenwerking met de dienst communicatie.

[www.chemotherapie.be](http://www.chemotherapie.be)

U vindt deze brochure ook op [www.uzleuven.be/brochure/700216](http://www.uzleuven.be/brochure/700216).

Opmerkingen of suggesties bij deze brochure kunt u bezorgen via [communicatie@uzleuven.be](mailto:communicatie@uzleuven.be).

Verantwoordelijke uitgever  
UZ Leuven  
Herestraat 49  
3000 Leuven  
tel. 016 34 49 00  
[www.uzleuven.be](http://www.uzleuven.be)

Als patiënt  
kunt u uw afspraken,  
facturen en persoonlijke  
gegevens ook online  
raadplegen via **mynexuz**.  
Surf naar [www.mynexuz.be](http://www.mynexuz.be)  
voor meer informatie.

