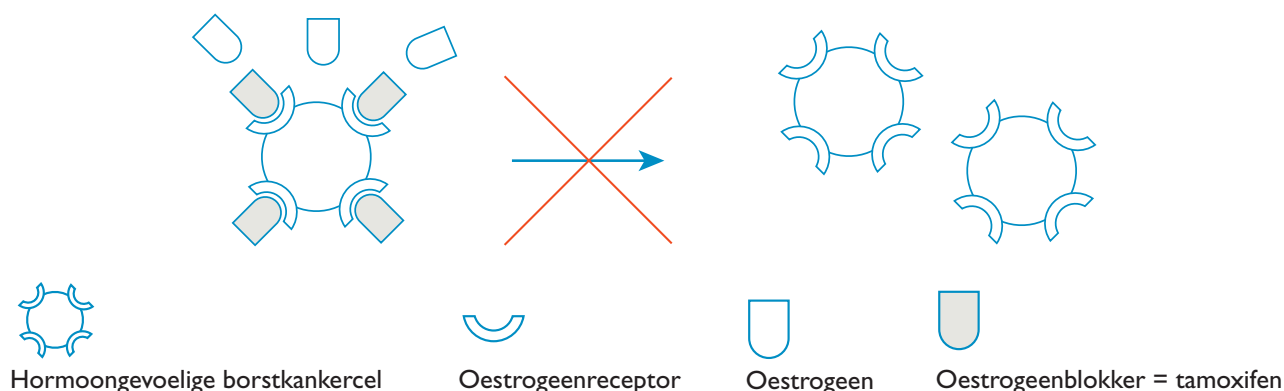


Je therapie: tamoxifen

DEZE BIJLAGE HOORT BIJ DE GIDS ANTIHORMOONTHERAPIE.

WAT HOUDT DEZE THERAPIE IN?

Bij hormoongevoelige borstkanker is het remmen van de hormonen een belangrijke pijler van de behandeling. Tamoxifen is een **oestrogeenblokker**. Het werkt in op de **oestrogeenreceptoren** van hormoongevoelige borstkankercellen. Tamoxifen kan gebruikt worden bij vrouwen die nog niet in de menopauze zijn, bij vrouwen die wel in de menopauze zijn en bij mannen.



Hormoongevoelige borstkankercellen bevatten ‘**antennes**’ (**receptoren**) die een binding kunnen aangaan met oestrogeen. Door die binding krijgen de borstkankercellen de boodschap om zich te vermenigvuldigen. **Tamoxifen** is een geneesmiddel dat zich ook op die antennes bindt. Daardoor zijn de receptoren bezet. Tamoxifen zorgt er zo voor dat oestrogeen zich niet meer met de borstkankercellen kan binden en dat de groei van de borstkankercellen wordt geremd.

HOE VERLOOPT DE THERAPIE?

- Tamoxifen is medicatie in de vorm van tabletten.
- Je neemt één keer per dag een tablet tamoxifen in, steeds rond hetzelfde tijdstip.
- Tamoxifen wordt systematisch op een lege maag of bij de maaltijd ingenomen.

AANDACHTSPUNTEN BIJ TAMOXIFEN

- Wanneer je **nog niet in de menopauze** bent, is het belangrijk dat je een voorbehoedsmiddel gebruikt. Door deze medicatie kan jouw cyclus soms onregelmatig worden of vallen de bloedingen soms stil. Dat wil echter niet zeggen dat je beschermd bent tegen een zwangerschap. Bespreek een niet-hormonale contraceptiemethode met jouw arts. Als je nog een kinderwens hebt, kan je dat eveneens bespreken.
- Ook voor **mannen** is het belangrijk dat er een voorbehoedsmiddel gebruikt wordt. De antihormoontherapie zorgt er niet voor dat je onvruchtbaar bent en bovendien kan tamoxifen schadelijk zijn voor zaadcellen.
- Tamoxifen kan meer vaginale afscheiding geven. Die is geurloos en kleurloos (‘witverlies’) en veroorzaakt geen jeuk (in tegenstelling tot een schimmelinfectie die wel vaak jeuk geeft).

Contacteer onmiddellijk je huisarts:

- Als je een pijnlijke en gespannen kuit, been of arm hebt. Dat kan wijzen op een bloedklonter (zie verder).
- Als je abnormale vaginale bloedingen ervaart (zie verder).

Ga naar de dichtstbijzijnde spoedgevallendienst:

- Als je plots ernstig **kortademig bent**, al dan niet in combinatie met een pijnlijk dik been. Dit kan wijzen op een bloedklonter die naar de longen is gegaan (longembolie). Kortademigheid is wel een weinig specifieke klacht die veel andere oorzaken kan hebben. Bij twijfel, contacteer je best je huisarts.



NEVENWERKINGEN VOORKOMEN (zie gids)

Bescherm jezelf tegen een aantal nevenwerkingen door:



Voldoende te bewegen



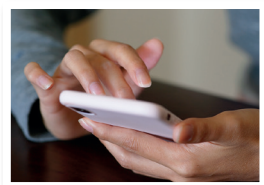
Een goede slaaphygiëne



Een goede emotionele gezondheid



Gevarieerde voeding



NEVENWERKINGEN OPVOLGEN, TIJDIG MELDEN EN BESPREKEN

Volg je klachten goed op, meld en bespreek ze tijdig met je zorgverleners. Je kan je **klachten opvolgen** aan de hand van een **papieren dagboek**. Ervaar je ernstige of aanhoudende klachten of je bent ongerust over bepaalde klachten, aarzel dan niet je zorgverleners in het ziekenhuis of je huisarts te contacteren. Contactgegevens vind je in de gids.



MOGELIJKE NEVENWERKINGEN AANPAKKEN (zie gids)

Bij jouw behandeling kunnen zich de volgende nevenwerkingen of klachten voordoen:

- Warmteopwellingen (*regelmatig*)
- Vaginale veranderingen (*soms*)
- Erectieproblemen bij de man
- Minder zin in seks (*soms*)
- Gewrichts- en spierklachten (*regelmatig*)
- Gewichtstoename (*soms*)
- Concentratiestoornissen (*soms*)
- Slapeloosheid (*soms*)
- Wisselend humeur (*soms*)
- ~~Botontkalking of osteoporose~~
- Mogelijk andere lichamelijke klachten

SPECIFIEKE KLACHTEN

BLOEDKLONTERS (zelden, maar kan wel ernstig zijn)

Wat kun je ondervinden?

Tamoxifen zorgt voor een (licht) verhoogd risico op bloedklonters in de aders (veneuze trombose). Bij de algemene bevolking treedt die complicatie op bij ongeveer 2 à 3 op de 1.000 vrouwen per jaar. Bij vrouwen die tamoxifen nemen, is dat ongeveer 4 op de 1.000 per jaar.

Bloedklonters ontstaan vaak in de **kuit**, maar kunnen ook in andere delen van het lichaam voorkomen. Op de plaats zelf ervaar je vaak een **pijnlijk en gespannen gevoel**. Zelden komt zo'n bloedklonter los en wordt hij via de bloedbaan vervoerd tot in de longbloedvaten, waar die klonters dan komen vast te zitten (dit noemt men een longembolie). Longembolie kan een **plotse kortademigheid** veroorzaken, al dan niet in combinatie met een pijnlijk dik been. Kortademigheid kan natuurlijk ook vele andere oorzaken hebben. Bij twijfel, contacteer je best je huisarts.

Adviezen van professionals en lotgenoten

Een **actieve levensstijl** kan de kans op een bloedklonter aanzienlijk verkleinen. Lees in de brochure antihormoontherapie zeker de tips over bewegen (p. 44).

- Door voldoende te bewegen zorgen je spieren ervoor dat je bloed minder blijft stilstaan in je armen en benen. Omdat er meer doorstroming is, gaat je lichaam minder snel een klonter ontwikkelen. Probeer lang stilzitten te vermijden: tijdens bijvoorbeeld een langeafstandsvlucht is het aangeraden om regelmatig recht te staan en rond te wandelen in het vliegtuig.

Ook roken kan het risico op een bloedklonter verhogen. Ben je een roker, dan raden we je aan om te **stoppen met roken**. Dat kan onder begeleiding:

- www.uzleuven.be/stoppen-met-roken-via-rookstopprogramma
- Tabakstop: tel. 0800 111 00

VAGINAAL BLOEDVERLIES DOOR EEN VERDIKKING VAN HET BAARMOEDER-SLIJMVLIES, BAARMOEDERPOLIEPEN OF ZELDEN BAARMOEDERKANKER

Wat kun je ondervinden?

Tamoxifen kan je baarmoederslijmvlies stimuleren om aan te groeien. Dat leidt vaak tot een verdikking van het baarmoederslijmvlies, wat op zich geen kwaad kan. Soms kan het ook leiden tot poliepen in je baarmoeder en zeer zelden tot baarmoederkanker. Bij de algemene bevolking krijgt 1 op de 1.000 vrouwen per jaar baarmoederkanker. Bij vrouwen die tamoxifen nemen is dat ongeveer 2 à 3 op de 1.000 per jaar. Ook hier neemt het risico toe naarmate je ouder wordt.

Deze baarmoederafwijkingen kunnen **abnormaal vaginaal bloedverlies** geven. Als je ouder dan 55 jaar bent en in menopauze, is elke vaginale bloeding een alarmsignaal. Was je nog niet in de menopauze, dan is bloedverlies tussen menstruaties door abnormaal.

Adviezen van professionals en lotgenoten

Je kan deze nevenwerking niet voorkomen. Belangrijk is dat je abnormaal vaginaal bloedverlies altijd meldt aan je hulpverlener.

Blijf er niet mee zitten

Bij abnormaal bloedverlies is het belangrijk een **afpraak** te maken bij je **gynaecoloog**. Die kan met een inwendige echo kijken of er een probleem is. Vaak gaat het enkel om een goedaardige verdikking van het baarmoederslijmvlies, waarvoor niets moet gebeuren. Soms moet een poliep weggenomen worden of een curettage uitgevoerd worden (wegschrapen van het oppervlakkige baarmoederslijmvlies). Bij een zeldzame baarmoedertumor kan een operatieve verwijdering van de baarmoeder nodig zijn.

