Zorgbrochure

Dagziekenhuis

Sint-Maria Halle
ALGEMEEN ZIEKENHUIS

disclaimer

Ondanks de constante zorg en aandacht die besteed wordt aan het samenstellen en publiceren van informatie is het mogelijk dat de informatie in deze brochure onvolledig of incorrect is. Daarom kan aan deze informatie geen rechten worden ontleend en aanvaardt het Algemeen Ziekenhuis Sint-Maria vzw geen aansprakelijkheid voor directe of indirecte schade ten gevolge van het gebruik van de informatie uit deze brochure.

Alle eventuele aangeboden medische informatie of advies is louter algemeen. Zij is niet gericht op individuele personen en kan geenszins als diagnose/therapie dienen. Persoonlijke medische informatie of advies kan enkel door een arts worden verschaft.

1. Inleiding 4

2. Rondleiding doorheen het dagziekenhuis 5

2.1 Administratieve gegevens 5

2.2 Informatie betreffende de ziekenhuisfactuur 5

2.3 Medisch en paramedisch team 6

2.4 Inschrijving 10

2.5 Wat brengt je de eerste keer mee 10

2.6 Voorzieningen op het dagziekenhuis 11

2.7 Bistro en ziekenhuisshop 12

3. Uw therapie 13

3.1 Toedieningswijze 13

3.2 De voorgestelde behandeling 13

3.3 Signalen die je zeker niet mag negeren! 14

3.4 Wanneer moet je zeker een arts raadplegen? 14

3.5 Medicatie ophalen in de ziekenhuisapotheek? 10

4. Dagindeling op de dienst 'dagziekenhuis' 15

4.1 De dag vóór de therapie = pré chemo raadpleging 15

4.2 De dag van de therapie 15

5. Bijwerkingen en praktische tips 16

5.1 Vermoeidheid 16

5.2 Problemen met bloedstolling 16

5.3 Infecties 17

5.4 Voeding 18

welke voeding moet je mijden tijdens de therapie, misselijkheid en braken, smaak- en reukverandering, diarree, verstopping of constipatie

5.5 Mondzorg 22

5.6 Thuis omgaan met afvalstoffen van de therapie 23

5.7 Haaruitval 24

5.8 Gevolgen voor de vruchtbaarheid en seksualiteit 24

6. Enkele algemeenheden op een rijtje 25

7. Een hoekje voor jezelf 26

1. Inleiding

Wij heten jou van harte welkom op het dagziekenhuis.

Als je van de arts te horen krijgt dat je kanker hebt, zal je wellicht met heel wat vragen en zorgen zitten, dat is normaal.

Jouw leven en dat van je naasten zal, zeker de eerste tijd, geheel beheerst worden door de ziekte, de behandeling en de vraag of je beter zal worden.

Met deze brochure trachten wij jou een ruggensteuntje aan te bieden met informatie over het dagziekenhuis, de therapie zelf en allerhande praktische zaken.

Geen enkele brochure zal echter de gesprekken met jouw arts en/of verpleegkundige kunnen vervangen. Aarzel dus niet om welke vraag er ook in je opkomt, te stellen.
Er is een nauwe samenwerking tussen alle medewerkers van het dagziekenhuis. Ieder tracht vanuit zijn deskundigheid ondersteuning te bieden.

Kortom, we willen een HOUVAST zijn voor jou en je dierbaren doorheen het traject dat je doorloopt.

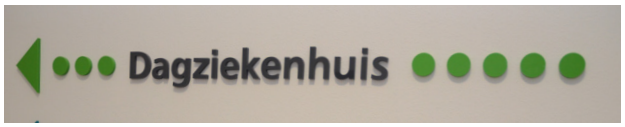
Een **H**andreiking aanbieden
in een sfeer van **O**verleg
met oog voor **U** als persoon
in alle **V**ertrouwen
tonen we **A**andacht voor jouw noden
en **S**amen
bewaren we het **T**otaalbeeld

2. Rondleiding doorheen het dagziekenhuis

2.1 Administratieve gegevens

Adres: Algemeen Ziekenhuis Sint-Maria vzw
Ziekenhuislaan 100
1500 HALLE tel. 02 363 12 11

Dienst: Dagziekenhuis: Oncologie - Interne geneeskunde - Chirurgie
Gesitueerd op het gelijkvloers
Je kan het dagziekenhuis bereiken door de groene bolletjesroute te volgen:



Telefoon: **Elke werkdag tussen 08u en 16u**
Secretariaat **tel. 02 363 62 15**
Afspraak maken (enkel dagziekenhuis) **tel. 02 363 65 07**

Tijdens het weekend en op weekdagen na 16u00:
Urgentiedienst: **tel. 02 363 65 10**

2.2 Informatie betreffende uw ziekenhuisfactuur

De inhoud van een factuur:

- contacteer administratie – facturatie
- https://www.sintmaria.be/nl/formulier-vragen-factuur
- tel. 02 363 63 33 *(elke werkdag tussen 8u30 en 12u)*

De betaling van een factuur of adreswijziging doorgeven:

- contacteer administratie - debiteuren
- https://www.sintmaria.be/nl/formulier-vragen-betaling-doorgeven-adreswijziging
- tel. 02 363 63 49 (elke werkdag tussen 8u30 -12u en 13u - 16u)

Wil je liever via de post een brief sturen, dan kan dit naar:
AZ Sint-Maria vzw
t.a.v. dienst Administratie
Ziekenhuislaan 100
1500 HALLE

2.3 Medisch en paramedisch team

Jouw arts

.....

2.3.1. Hoofdverpleegkundige

02 363 65 07

2.3.2 Het verpleegkundig, zorgkundig en administratief team

Dit team staat in voor de opvang, de correcte toediening en begeleiding tijdens jouw behandeling op het dagziekenhuis. Ze staan je met raad en daad bij voor alle vragen die in je opkomen.

2.3.3. Oncologisch support team

Het oncologisch support team staat in voor de psychosociale begeleiding van mensen die geconfronteerd worden met kanker, van bij de diagnose tot de nazorgfase.
De onco-coach, diëtiste, sociaal verpleegkundige en psycholoog vormen het oncologisch support team.

Onco-coach / Borstverpleegkundige

Vanaf het moment dat de diagnose van kanker wordt gesteld, bieden de oncocoaches de nodige ondersteuning en begeleiding op alle sleutelmomenten in de behandeling, tot en met de nazorg. Zij zijn verpleegkundigen, gespecialiseerd in de oncologie.

Samen met de behandelende arts, het verpleegkundig team en de andere zorgverleners zorgen zij voor de persoonlijke opvang en ondersteuning van de patiënt en zijn naasten. Ze zijn de referentiepersonen waarbij patiënten en hun familie op elk moment tijdens de behandeling terecht kunnen met vragen of bij problemen. Zij werken nauw samen met andere disciplines binnen het ziekenhuis en kan de patiënt doorverwijzen indien nodig zoals psycholoog, sociaal verpleegkundige, oncodiëtiste, palliatief verpleegkundige of pastoraal medewerker.

Praktische vragen die de oncocoach kan beantwoorden:

- Wat is chemotherapie?
- Wat is radiotherapie?
- Wat omvat de komende operatie?
- Wat zijn de bijwerkingen van de behandeling?

- Wat kan ik zelf doen aan de bijwerkingen?
- Wanneer moet ik contact opnemen met het ziekenhuis?
- Op welke manier wordt de chemotherapie bij mij toegediend?
- Hoe ziet het toedieningsschema van mijn chemotherapie er bij mij uit?
- Welke maatregelen moet ik nemen om voorbereid aan de chemo te beginnen?
- Hoe moet ik omgaan met mijn ziekte?
- Wat met werken en ziekte?
- …

De onco-coaches zijn elke werkdag bereikbaar van 8u tot 16u.

Faith Demil
tel. 02 363 63 86 | f.demil@sintmaria.be

Katleen Devillé
tel. 02 363 61 28 | k.deville@sintmaria.be

Psychologische ondersteuning

De confrontatie met kanker is een ingrijpende gebeurtenis in iemands leven, We mogen de psychologische belasting van de ziekte en de behandeling dan ook niet onderschatten. Er kunnen tal van vragen naar voren komen. Vragen zoals: "Hoe vertel ik dit nieuws aan de (klein)kinderen?", "Hoe ga ik om met de gevolgen van de ziekte en/of behandeling ?", "Hoe moet ik omgaan met mijn gevoelens?", "Wat heeft de toekomst mij nog te bieden?", ...
De psycholoog kan jou hierbij ondersteuning bieden. Ook kan jouw familie met hun vragen en gevoelens bij de psycholoog terecht. Kanker draag je immers niet alleen.

Wanneer je geconfronteerd wordt met een levensbedreigende ziekte is het mogelijk dat genezing niet meer mogelijk is. Het kan dan soms heel moeilijk zijn voor jou en/of jouw familie om te praten over het levenseinde. Onze psychologen hebben ervaring om jou en jouw familie hierbij te ondersteunen. Zij kunnen de mogelijkheden toelichten en jouw vragen hieromtrent beantwoorden.

De psycholoog zal zich komen voorstellen bij aanvang de therapie. Je mag deze gesprekken met de psycholoog vrijblijvend voortzetten. Indien er eerder vragen zijn, kan dit steeds aan de verpleegkundigen worden doorgegeven. Deze begeleiding is volledig kosteloos.

De psychologen van het oncologisch support team kan je steeds bereiken via telefoon of e-mail:

Joke Ameryckx
tel. 02 363 61 27 | j.ameryckx@sintmaria.be

Jill Verhoeven
tel. 02 363 61 26 | j.verhoeven@sintmaria.be

Sociaal verpleegkundige

Jouw ziekte en de behandeling kunnen een volledig andere wending geven aan je leven. Dit vraagt soms enige aanpassing aan je dagelijkse activiteiten.

De sociaal verpleegkundige luistert en bespreekt samen met jou wat er kan gedaan worden om de druk die op jouw schouders rust te verlichten. Dit gebeurt in eerste instantie door informatie te bieden en samen met jou en je familie naar de meest geschikte oplossingen te zoeken.

Enkele voorbeelden:

- Het vervoer heen- en terug regelen van het ziekenhuis voor jouw therapie.
- Hulp bieden bij het invullen van attesten en formulieren voor de mutualiteit, verzekering en het begeleiden bij het openen van een dossier voor jouw hospitalisatieverzekering.
- Informatie verschaffen over pruiken, mutsen en sjaals. Alsook de nodige attesten voorzien voor de terugbetaling.
- Informatie geven over en het opstarten van thuisverpleging, gezinshulp, poetshulp en dergelijke.
- Vragen rond werkonbekwaamheid en werkhervatting.
- Omdat kanker niet alleen fysiek en emotioneel zwaar is, maar ook financieel belastend is, kijken we samen met jou voor welke financiële tegemoetkomingen je in aanmerking komt.

Er is een nauwe samenwerking met '*Stichting tegen Kanker*' en '*Kom op tegen kanker*'. Samen (met die laatste) organiseren we in ons ziekenhuis jaarlijks de '***Dag tegen Kanker***'.

Zo organiseren we ook tijdens het verblijf op het dagziekenhuis een hand- en/of voetmassage door een vrijwilligster die hiervoor is opgeleid. Dit wordt volledig gratis aangeboden. Het welbevinden van jou als patiënt staat centraal.

De sociaal verpleegkundige blijft niet alleen gedurende het hele traject, maar ook na jouw behandeling bereikbaar voor vragen. Aarzel niet om deze te stellen.

Marieke Detobel
tel. 02 363 62 13 | m.detobel@sintmaria.be

Diëtisten

Tal van klachten kunnen ervoor zorgen dat eten een hele opgave wordt. Verminderde eetlust, diarree, obstipatie, gewichttoename of -verlies, smaak- en geurveranderingen, droge of pijnlijke mond, misselijkheid en slikstoornissen zijn hier enkele voorbeelden van.

De diëtiste bekijkt samen met jou je huidig eet- en leefpatroon en stelt individueel aangepaste voeding samen. Daarnaast geeft de diëtiste adviezen bij klachten die betrekking hebben tot jouw voeding en gewichtswijzigingen ten gevolge van de ziekte en/of behandeling. Zij biedt ondersteuning zowel voor, tijdens, als na de therapie. Indien je met andere vragen zit die betrekking hebben tot voeding aarzel niet om deze te stellen.

Enkele voorbeelden:

- Advies bij misselijkheid of braken
- Preventie van gewichtstoename bij hormonale therapie
- Begeleiding tot een evenwichtig, gezonde voeding en gewicht
- Preventie van gewichtsverlies en spierafbraak
- …

Riet Van Mieghem
tel. 02 363 62 38 | r.vanmieghem@sintmaria.be
aanwezig op dinsdag en donderdag

Charlotte Dermé
tel. 02 363 62 38 | c.derme@sintmaria.be
aanwezig op maandag, woensdag en vrijdag

2.3.3. Dienst pastorale en spirituele zorg

Naast medische vragen zijn er vele vragen die naar boven komen. De dienst pastorale en spirituele zorg is er om pastorale en spirituele begeleiding te bieden, om in een sfeer van veiligheid en vertrouwen te luisteren naar jouw bezorgdheden. Indien je dit wenst, kan je op elk ogenblik beroep doen op onze pastoraal werker of medewerkend priester om jou te ondersteunen tijdens de moeilijke momenten van jouw ziekte.

Voor een moment van stilte, bezinning of gebed kan je terecht in de kapel op de eerste verdieping, boven de inkomhal. Je kan jouw wens meedelen aan de verpleegkundige, zodat hij/zij de nodige maatregelen kan treffen.

Indien er een viering plaats vindt in de kapel, is deze steeds te volgen op de ziekenhuisradio/kanaal 4.

2.4 Inschrijving

Indien je een behandeling op het dagziekenhuis nodig hebt, maakt de verpleegkundige, de oncocoach of de arts een afspraak op de afdeling.

Kom zeker 15 minuten voor het afgesproken uur naar het dagziekenhuis.

1. Bij aankomst in het ziekenhuis meld je je eerst aan bij de **inschrijvingskiosk[1] in de onthaalzone**, met jouw elektronische identiteitskaart (eID).
2. Vervolgens ga je naar het dagziekenhuis.
3. In de in de inkom van het dagziekenhuis **scan[2] je de barcode op jouw ticket**, zo weten de medewerkers van het dagziekenhuis dat je aangekomen bent.
4. Je mag nu **plaatsnemen in de wachtzaal**[3].
5. Wanneer **jouw nummer op het scherm**[4] verschijnt, mag u zich naar de inschrijfbalie[5] begeven.

De onthaalmedewerker zal vragen naar jouw identiteitskaart en eventuele verzekeringspapieren. Deze documenten zijn nodig bij elke inschrijving.

Daghospitalisatie is een geplande opname. Breng indien mogelijk enkele dagen voor de opname jouw hospitalisatieverzekering op de hoogte. Zo kan de verzekering de nodige documenten doorsturen naar het ziekenhuis zodat de factuur rechtstreeks naar de verzekeringsmaatschappij kan gaan. *Opgelet! Dit is niet het geval bij alle verzekeringsmaatschappijen, informeer je dus tijdig.*

2.5 Wat breng je de eerste keer mee?

- **Identiteits- en hospitalisatieverzekeringskaart voor de administratie**.
- De **nodige formulieren** die moeten ingevuld worden voor de **hospitalisatieverzekering**.
- Bloedgroepkaart (als je die hebt).
- Lijst van medicatie, homeopathische middelen en voedingssupplementen die je momenteel inneemt.
- Eventuele medische verslagen van jouw behandelende geneesheer.
- Telefoonnummer van de persoon die we eventueel kunnen contacteren.
- Normaal gezien zal je je niet moeten omkleden, maar **comfortabele kledij met oprolbare mouwen en knopen vooraan zijn aan te raden**.
- In principe moet je **niet nuchter zijn, tenzij anders vermeld**.

2.6 Voorzieningen op het dagziekenhuis

Kamers

Het dagziekenhuis beschikt over één-, of meerpersoonskamers. Afhankelijk van jouw kamervoorkeur, én de beschikbaarheid zal je een kamer toegewezen worden.

Radio - TV - WiFi - kluis

Deze faciliteiten zijn gratis en aanwezig in alle kamers.
Je kan van de gratis wifi gebruik maken als je je aanlogt op het guest-netwerk.

Maaltijden

Koffie, thee, water en soep worden gratis aangeboden.
Als lunch wordt er een sandwich geserveerd.

Bezoek

Één volwassen persoon mag je vergezellen tijdens je opname. Tijdens de verpleegkundige zorgen zal hem/haar vriendelijk gevraagd worden om de kamer even te verlaten. De verpleegkundige zal je inlichten hoe lang de voorziene therapie duurt.
Kinderen jonger dan 12 worden niet toegelaten in de patiëntenkamers.

Enkele aandachtspunten

- **Per behandeling heb je recht op een gratis parkeerticket waarmee je de parking kan verlaten**. Dit zal je krijgen tijdens de inschrijving, in ruil voor het parkeerticket dta je kreeg bij hte oprijden van de parking.
- Op de bezoekersparking en aan de ingang van het dagziekenhuis staan rolstoelen ter beschikking. Om zoveel mogelijk mensen te kunnen helpen, vragen wij om de gebruikte rolstoelen steeds terug te plaatsen.
- Roken is schadelijk. In ons ziekenhuis is een rookverbod van kracht. (KB 15/05/1990) Enkel in de rookpavilioenen, die zich buiten het ziekenhuis bevinden, is het toegestaan te roken. Het eerste rookpavilioen bevindt zich aan de voorzijde van ziekenhuisgebouw, in de buurt van het LED-scherm. Het tweede aan de achterzijde van het gebouw, dit kan je bereiken via de glazen deur aan het begin van de gang die naar blok D leidt.
- Zoals heel wat openbare instellingen zijn ziekenhuizen soms ook het slachtoffer van diefstal. Wij raden daarom aan om grote sommen geld en waardevolle objecten thuis te laten. Laat jouw portefeuille of handtas nooit onbeheerd achter wanneer jij en jouw bezoekers de kamer verlaten. In de kleedkast is een kluisje voorzien. Het gebruik hiervan is gratis.
- **Indien je recht hebt op een tussenkomst voor de reisonkosten van uw behandeling zal jouw mutualiteit je dit automatisch uitkeren.**

2.7 Bistro & ziekenhuisshop

De bistro & shop is gelegen op verdieping -1 in blok B.

De bistro & shop zijn geopend	weekdagen	08.00u tot 19.30u
	weekend en feestdagen	14.00u tot 19.30u.

Het is de plek waar bezoekers rustig kunnen genieten van een maaltijd, een drankje of gebakje.
Daarnaast kunnen er ook tijdschriften, kranten, cadeautjes, kleine versnaperingen, ... gekocht worden.

Buiten de openingsuren van de bistro & shop kan je ook warme en koude dranken vinden in de drankenautomaten. Deze bevinden zich ter hoogte van de urgentiedienst (blok A), in de gang naar het dagziekenhuis (ter hoogte van blok B) en ter hoogte van de ingang van het dagziekenhuis (blok C).

3. Jouw therapie

Jouw behandeling bestaat uit het toedienen van één of meerdere celremmende geneesmiddelen. De arts bepaalt de juiste dosis van geneesmiddelen die jou zal worden toegediend. Deze vernietigen of verhinderen de groei van afwijkende cellen en hebben een nadelige invloed op de gezonde cellen van ons lichaam.

Eventuele bijwerkingen worden later besproken in deze brochure.

De therapie kan worden gecombineerd met een operatie, een bestalingsbehandeling of andere tumorremmende geneesmiddelen (nl. doelgerichte therapieën).

3.1 Toedieningswijze

De medicijnen kunnen als volgt worden toegediend:

- via de mond (tablet, capsule);
- met een injectie onder de huid of in de spier;
- via een injectie of infuus in de ader.

Het toedienen van de therapie of andere tumorremmende geneesmiddelen doet geen pijn. Als je pijn voelt tijdens het toedienen, waarschuw dan onmiddellijk de verpleegkundige!

3.2 De voorgestelde behandeling

Jouw arts heeft je een behandeling voorgesteld. Een behandeling bestaat uit één of meerdere cycli. Een cyclus omvat één of meerdere toedieningen van anti-tumorale middelen gevolgd door een 'rustperiode'. Tijdens deze 'rustperiode' kan het lichaam herstellen van de eventuele nevenwerkingen.

Bepaalde geneesmiddelen, kruiden, homeopathie en voedingssupplementen kunnen de werking van jouw behandeling beïnvloeden. Hierdoor zal jouw arts, indien nodig, bepaalde geneesmiddelen stoppen of starten voor de aanvang van de therapie. Alternatieve therapieën bespreek je best vooraf met je arts.

Om het effect van de behandeling op te volgen zal de arts onderzoeken plannen. Indien nodig zal de behandeling worden aangepast of gewijzigd.

In weekbladen, boeken, op internet enz., kan je informatie over chemotherapie en andere behandelingen opzoeken. Deze informatie kan onvolledig of onnauwkeurig zijn. Spreek jouw arts aan als je hierover bijkomende vragen hebt.

3.3 Signalen die je zeker niet mag negeren!

Je moet steeds aan jouw arts melden of je:

- allergisch bent voor bepaalde geneesmiddelen;
- reeds, al dan niet voorgeschreven, geneesmiddelen inneemt;
- enig ander medisch probleem hebt;
- zwanger bent of kinderen wenst;
- borstvoeding geeft.

3.4 Wanneer moet je zeker contact opnemen?

- aanhoudend en hevig braken gedurende meer dan 24 uur na de behandelingd
- diarree gedurende meer dan 48 uur na behandeling
- plotseling optredende en frequente bloedingen en kneuzingen
- lichaamstemperatuur hoger dan 38,5°C of rillingen !!!
- ongewone hoofdpijn
- extreme vermoeidheid of ademnood
- branderig gevoel bij het urineren
- bloed in de urine
- pijn in de mond, moeilijk en/of pijnlijk slikken
- een gezwollen hand of arm aan de zijde waar de poortkatheter geplaatst werd
- plotse huiduitslag

Neem eerst contact op met jouw oncocoach. Indien deze niet bereikbaar is neem je contact op met jouw huisarts.
Bij afwezigheid kan je voor hoogdringende zaken contact opnemen met de urgentiedienst van het ziekenhuis, op het nummer 02 363 65 10.

3.5 Medicatie ophalen in de ziekenhuisapotheek?

Soms moet je als patiënt orale medicatie ophalen in de ziekenhuisapotheek.

De apotheek is gelegen op verdieping -1 in de middenblok van het ziekenhuis.
Je kan hiernaar toe gaan door aan het onthaal van het ziekenhuis de trap of de lift (achter de dubbele deur) te nemen naar verdieping -1.

De apotheek is geopend	maandag - vrijdag	08.30u - 17.00u
	zaterdag	08.30u - 12.30u

4. Dagindeling op de dienst ‘dagziekenhuis’

De raadpleging vooraf en de therapie worden verspreid over 2 opeenvolgende dagen.

Wanneer het om een bepaalde reden niet mogelijk is om twee dagen naar het ziekenhuis te komen, kan er overwogen worden of bloedafname en therapie op dezelfde dag kunnen plaatsvinden. Bespreek dit gerust met je arts.

4.1 De dag vóór de therapie = pré chemo raadpleging

- Je meldt je aan, 15 minuten vooraf aan de inschrijvingsbalie van het dagziekenhuis.
- Er gebeurt een controle van je gewicht.
- Jouw bloeddruk, pols, temperatuur en saturatie worden gecontroleerd.
- De poortkatheter wordt aangeprikt en gebeurt een bloedafname.
- Heb je specifieke klachten, dan kan je deze vermelden aan de verpleegkundige.
- Neem na de bloedafname terug plaats in de wachtzaal.
- De arts komt jou daar halen wanneer de bloedresultaten gekend zijn.
- Als de therapie de volgende dag kan doorgaan, ga je naar huis met een aangeprikte poortkatheter.
- De therapie wordt vooraf klaargemaakt, zo kan je de volgende dag onmiddellijk starten met jouw therapie.
- Indien de therapie toch niet kan doorgaan, wordt de naald verwijderd. In dat geval wordt dan ook een nieuwe afspraak gemaakt.
- Jouw arts maakt eventuele voorschriften klaar (medicatie, thuisverpleging, enz.).
  Kijk zeker vooraf jouw medicatiereserve na en tel deze uit zodat je toekomt tot je volgende consultatie. Maak zelf een lijstje van de medicatie die je nodig hebt, en breng dit mee naar het ziekenhuis.

4.2 De dag van de therapie

- Je meldt je aan, 15 minuten vooraf aan de inschrijvingsbalie van het dagziekenhuis.
- Je wordt geïnstalleerd in de kamer en de therapie kan opgestart worden.
- De therapie wordt volgens een bepaald schema toegediend. Het is belangrijk dat je de kamer tijdens het toedienen van jouw behandeling niet verlaat!
- Tussendoor kan je genieten van een tas koffie, thee of soep. ‘s Middags worden er sandwiches geserveerd.
  Aangepaste voeding is eveneens verkrijgbaar bij voedselallergie, intolerantie, slikproblemen, ... Bespreek dit tijdig met de verpleegkundige, verzorgende of diëtiste.
- Er zal een nieuwe afspraak worden gemaakt voor jouw volgende cyclus.
- Jouw behandelende arts geeft jou de verwijsbrief voor jouw huisarts mee, of stuurt deze elektronisch doorgestuurd.
- Een vrijwilligster komt langs om je, als je dat wenst, een hand- en/of voetmassage te geven. Dit wordt gratis aangeboden.

5. Bijwerkingen en praktische tips

In welke mate bijwerkingen optreden, hangt af van jouw therapie. Veel of weinig last hebben van bijwerkingen wil overigens niets zeggen over het effect van de medicijnen.

Mogelijks komen sommige van deze bijwerkingen bij jou niet voor of treden er andere neveneffecten op. Jouw arts en verpleegkundige zullen je daarover informeren.

Het is belangrijk dat je als patiënt eventuele bijwerkingen herkent en signaleert zodat deze behandeld kunnen worden. Laat je niet beïnvloeden door verhalen van andere mensen. Iedereen reageert immers verschillend op de behandeling.

5.1 Vermoeidheid

Vermoeidheid kan zowel lichamelijk als mentaal zijn. De aanmaak van rode bloedcellen kan in het beenmerg aangetast worden. Hierdoor ontstaat er bloedarmoede (anemie). De rode bloedcellen vervoeren zuurstof. Als je een tekort aan rode bloedcellen heeft, gebeurt dit onvoldoende. Daardoor kan je je moe en futloos voelen. Je kan duizelig worden en bleek zien.

Adviezen:

- Meld je vermoeidheid aan de arts, oncocoach of verpleegkundige.
- Probeer actief te blijven.
- Beoefen jouw huishoudelijke taken, sportactiviteiten en andere bezigheden naar gelang de energie die je hebt.
- Verschillende korte rustpauzes zijn beter dan een lange siësta.
- Slaap niet te veel overdag om een goede nachtrust te behouden.
- Besteed jouw energie aan belangrijke taken en laat je daarbij helpen. De sociaal verpleegkundige kan je uitleg geven over verschillende instanties die hulp kunnen bieden.

5.2 Problemen met de bloedstolling

De bloedplaatjes zorgen voor de bloedstolling. Door het inwerken van de therapie op het beenmerg kan de aanmaak van de bloedplaatjes verhinderd worden. Als het lichaam onvoldoende bloedplaatjes aanmaakt, kan je gemakkelijk bloedingen krijgen.

Adviezen:

- Neem geen medicatie die de arts jou niet voorschrijft. Bepaalde medicatie zoals pijnstillers (bv. Aspirine® of Ibuprofen®) kunnen de functie van de bloedplaatjes beïnvloeden.
- Gebruik een zachte tandenborstel.
- Vraag eerst advies aan je behandelende arts alvorens naar de tandarts te gaan.
- Probeer verwondingen te vermijden.

- Gebruik een elektrisch scheerapparaat i.p.v. scheermesjes.
- Gebruik handschoenen bij het klussen of tuinieren.

Licht jouw arts in wanneer je last krijgt van:

- blauwe plekken zonder aanwijsbare reden;
- kleine rode puntjes onder de huid;
- bloed in de urine of stoelgang;
- bloeding van het tandvlees of de neus.

5.3 Infecties

Door de inwerking van de therapie op het beenmerg worden er minder witte bloedcellen aangemaakt. Witte bloedcellen spelen een belangrijke rol in ons afweersysteem.

Afhankelijk van hoeveelheid witte bloedcellen in het bloed zal de arts beslissen of jouw behandeling wordt uitgesteld of aangepast. (Jouw arts zal je hiervan op de hoogte brengen.)

Adviezen:

- Controleer dagelijks je temperatuur.
- **Neem steeds contact op met jouw arts wanneer je symptomen van een infectie opmerkt** (lichaamstemperatuur hoger dan 38,5°C, rillingen, klam zweet, witte vlekken in de mond, een branderig gevoel bij het wateren, ...), **alvorens koortswerende medicatie in te nemen**.
- **Vermijd mensenmassa's en vooral mensen met een besmettelijke ziekte**.
- Was steeds je handen vóór het bereiden van maaltijden, vóór het nuttigen van je maaltijd en na ieder toiletbezoek.
- Bescherm jouw handen tegen snijwonden en brandwonden (draag handschoenen als je de vaat doet of in de tuin werkt).
- Krab niet aan puistjes en korsten en trek het vel rond jouw nagels niet weg.
- Probeer snijwondjes te voorkomen.
- Reinig elke wonde onmiddellijk, ontsmet de wonde en breng een verband aan.
  LET OP! Ether is geen ontsmettingsstof.
- Gebruik een elektrisch scheerapparaat om snijwonden te voorkomen.
- Poets regelmatig je tanden, zonder het tandvlees te schaden.
- Droog je huid zachtjes deppend af, na het nemen van een bad of douche. Gebruik een neutrale, niet geparfumeerde zeep. **Als je een droge huid hebt, gebruik na het bad of de douche dan een bodylotion of een vochtinbrengende crème of zalf**.
- Vermijd het contact met dierlijke uitwerpselen.
- Goede hygiëne (handen wassen, zuiver en schoon linnen).
- Bescherm jouw huid tegen irritaties zoals:
  - Koude
  - Vermijd contact met irriterende producten
  - Felle zon: **zonnebaden is niet toegestaan** tijdens de therapie. Bescherm jouw huid met de hoogste beschermingsfactor en draag een zonnehoed.

5.4 Voeding

Te mijden tijdens de therapie

Eet of drink GEEN pompelmoes(sap), limoen(sap), bittere sinaasappel(sap) en limonade met agrum. Ze bevatten sappen die de werking van de medicatie beïnvloeden.
Vermijd ook het gebruik van sint-janskruid. Dit zit vaak in vitaminepreparaten.

Misselijkheid en braken

Tijdens en na de behandeling kan je je misselijk voelen en misschien moet je braken. Om deze bijwerkingen tegen te gaan, wordt tijdens de behandeling medicatie toegediend. Als je toch last hebt, kan je dit melden aan de arts of verpleegkundige. Bijkomende medicatie kan dan voorgeschreven worden.

Adviezen:

- Neem frequent kleine maaltijden: eet 6x iets klein per dag.
- Misselijkheid kan toenemen mede door een lege maag. Sla geen maaltijden over, maak gebruik van tussendoortjes en drink voldoende.
- Drink enkel NA de maaltijd.
- Volg GEEN dieet zonder de toelating van jouw arts.
- Kies voor groene/zachte kruiden i.p.v. scherpe/pikante soorten. Deze laatste kunnen de maag irriteren.
- Vermijd zure spijzen.
- Ga niet meteen liggen na de maaltijd. Neem een halfzittende houding aan.
- Neem medicatie tegen de misselijkheid strikt in, zoals de arts het voorschrijft.
- Eet en drink waar je zin in hebt en forceer niets.
- Drink met kleine slokjes, liefst suikerrijke dranken.
- Eet op tijdstippen waarop de misselijkheid minder is.
- Drink voldoende, minstens 1,5 liter (water, cola, appelsap, thee, ...) per dag.
- Laat koolzuurhoudende dranken liefst uitbruisen.
- Beperk alcoholische dranken tot een minimum.

Smaak & reukverandering

Door de behandeling kunnen smaak- en reukveranderingen optreden.

Wat je eet, kan plots anders smaken (te zoet, bitter, zuur, zout of flauw), terwijl het niet anders werd klaargemaakt dan voorheen.

Ook geuren kan je in deze periode anders waarnemen. Geur- en smaakveranderingen zijn heel persoonlijk en kunnen elke dag variëren. Voedingsmiddelen die gisteren niet smaakten, kunnen vandaag lekker zijn en omgekeerd.

Maar wees gerust, na afloop van de therapie zal jouw smaak- en reukzin geleidelijk aan herstellen.

Vraag indien gewenst raad aan je diëtiste.

Advies bij smaakverandering:

- Gebruik voldoende kruiden.
- Koude gerechten smaken doorgaans beter dan warme maaltijden.
- Zorg steeds voor een goede mondhygiëne.
- Gebruik plastiek bestek in plaats van metaal.

Advies bij reukverandering:

- Vermijd geuren die ontstaan bij het klaarmaken van maaltijden door bijvoorbeeld kant-en-klare maaltijden te nuttigen (bijv. maaltijden klaargemaakt door een traiteur) of iemand anders te laten koken.
- Eet op een andere plaats dan waar de maaltijd is klaargemaakt.
- Vermijd eetwaren met een sterke geur.
- Hou er rekening mee dat sterke geuren van parfum of wasmiddelen de eetlust negatief kunnen beïnvloeden.

Diarree

De therapie kan invloed hebben op de cellen van maag en darmen. Daardoor kan je last krijgen van diarree. Andere oorzaken van diarree zijn bijvoorbeeld: stress, infecties of een foutief voedingspatroon.

Adviezen:

- Omdat je veel vocht verliest, is het risico op uitdroging groot. Veel drinken is de boodschap. Minstens 1,5l tot 2 liter per dag. Om uitdroging te voorkomen drink je best veel appelsap, water, lichte thee, rijstwater, heldere ontvette bouillon, isotone sportdrank of frisdrank **zonder bruis**.
- De dranken moeten lauw of op kamertemperatuur zijn. Wanneer je zin hebt op bruisende dranken: laat dan het gas eerst volledig ontsnappen voordat je dit drinkt.
- Neem geen grote vetrijke maaltijden.
- Als de situatie niet verbetert, eet dan vezelarme voeding zoals wit brood, rijst, banaan, appelmoes, puree,…
- Kies voor groene/zachte kruiden i.p.v. scherpe/pikante soorten.
- Drink slappe koffie i.p.v. sterke koffie.
- Vermijd voeding die krampen kunnen veroorzaken: koffie, peulvruchten, noten, kolen en suikerwaren.
- Vermijd rauwkost en onrijp/vezelig fruit. Kook de groenten en neem rijp fruit. Ontdoe het fruit van pitten en schil.
- Vul eventueel zouttekort aan door tussendoor een gezouten voedingsmiddel te eten en/of te drinken.

Verstopping of constipatie

Jouw behandeling en andere medicaties, zoals pijnmedicatie en medicatie tegen misselijkheid kunnen de beweeglijkheid van de darmen verminderen.

Een opgezette buik, buikkrampen, weinig en harde stoelgang, een verminderde frequentie en verstopping zijn tekenen van een verminderde darmwerking.

Meld deze klachten aan jouw arts.

Adviezen:

- Probeer voldoende te bewegen. Dit bevordert de darmwerking.
- Ga naar het toilet wanneer je een drang voelt. Stel het niet uit!
- Bespreek de medicatie die je neemt met jouw arts. Hij/zij kan die eventueel aanpassen en laxerende medicatie voorschrijven.
- **Drink voldoende: minstens 1,5 liter per dag**. "Hepar®" en "Contrex®" bevorderen de werking van de darmen door hun hoog magnesium gehalte.
- Eet voldoende vezels: volkoren deegwaren en brood, groenten en fruit, peperkoek, speculaas.
- Vezels kunnen eventueel toegevoegd worden aan melk, soep, fruitsap,…
- Eet op regelmatige tijdstippen.

5.5 Mondzorg

Mondzorg is belangrijk voor iedereen maar wordt belangrijker tijdens jouw therapie. Je bent namelijk vatbaarder voor infecties en bloedingen van het tandvlees. Plan vooraf een bezoek bij jouw tandarts. Het is van essentieel belang om eventuele mond- en tandproblemen te behandelen voor de aanvang van jouw therapie.
Op de website van het ziekenhuis kan je aanvullende info terugvinden in een brochure over mondzorg bij chemotherapie.
www.sintmaria.be > zorgaanbod > dagziekenhuis

Indien een tand- of mondprobleem optreedt in de loop van jouw behandeling, raadpleeg dan eerst jouw behandelende arts alvorens bij de tandarts langs te gaan.

Adviezen:

Tandenborstel

- Gebruik bij voorkeur een zachte of medium tandenborstel.
- Na gebruik steeds afspoelen met lauw water en droog bewaren.
- Vervang je tandenborstel om de twee maanden.
- Een elektrische tandenborstel kan soms te hard zijn voor jouw tandvlees.
- Het flossen van je tanden doe je best met tandzijde of een interdentaal borsteltje. Gebruik geen tandenstokers!

Wanneer poetsen

Na elke maaltijd, voor het slapengaan en zelfs wanneer je niet eet is het aan te raden om de tanden te poetsen.

Tandprothese

- Poets minstens eenmaal per dag de prothese met een prothese-borstel of d.m.v. een reinigingstablet.
- Spoel de prothese af onder stromend water na iedere maaltijd of na het braken.
- Poets het gebit op dezelfde wijze als een volledig natuurlijk gebit.
- Laat je prothese ’s nachts uit.
- Bewaar de prothese in zuiver water om te voorkomen dat de kunststof van de prothese vervormt.
- Laat je prothese uit bij ontsteking of aftvorming en raadpleeg jouw tandarts of behandelende arts.

Adviezen bij een branderige, droge mond en keel:

- Drink regelmatig niet-bruisende dranken en vermijd alcohol.
- Gebruik geen tabak.
- Hou je mond vochtig door regelmatig kleine hoeveelheden te drinken en regelmatig de mond te spoelen met zuiver water. Snoepjes zonder suiker of eventueel suikervrije kauwgom kunnen ook helpen.
- Eet zachte of waterrijke voedingswaren zoals appelmoes, soep of roomijs/sorbet.
- Vermijd zure voeding en dranken met tomaten en citrusvruchten.
- Vermijd te gezouten of te gekruide voeding.
- Vermijd dat je lippen uitdrogen. Gebruik hiervoor een lippenbalsem met cacaoboter.
- Als je een kunstgebit draagt: verwijder het indien je pijn zou hebben.
- Zorg dat de lucht voldoende vochtig is.
- Raadpleeg steeds jouw arts of oncocoach voor je met mondspoelingen begint. Hij/zij kan jou eventueel een specifieke spoeling voorschrijven.

5.6 Thuis omgaan met afvalstoffen van de therapie

De resten van uw behandeling worden uitgescheiden langs de lichaamsvochten.

Adviezen:

- **Plas altijd zittend op het toilet om spatten te voorkomen**.
- **Spoel het toilet altijd tweemaal door met gesloten deksel, tot 2 dagen na je behandeling.**
- Was je handen grondig na het toiletbezoek.
- Wees voorzichtig met het opruimen van braaksel. Doe handschoenen aan!
- Indien er spatten aanwezig zijn mag je deze reiningen met de gebruikelijke toiletreinigingsproducten.
- Wassen van linnen:
    - » Bevuild linnen/kledij moet je eerst met een koud spoelprogramma wassen. De tweede wasbeurt kan op een wasprogramma naar keuze.
    - » Bewaar het bevuild linnen in een afgesloten plastic zak wanneer je dit niet onmiddellijk kan wassen.
    - » Niet bevuild linnen of kledij mag samen met ander linnen gewassen worden.

5. 7 Haaruitval

Haaruitval doet zich niet noodzakelijk voor bij elke therapie. Jouw arts of oncocoach zal je inlichten of het product dat je zal krijgen al dan niet haaruitval teweeg brengt en in welke mate.

Haaruitval start 2 tot 3 weken na de eerste toediening en kan gepaard gaan met jeuk.
Je haar begint meestal twee tot drie maanden na het stoppen van de therapie opnieuw te groeien. Soms heeft het nieuwe haar een andere kleur en/of structuur.

Voor informatie over het aanschaffen van een pruik, een muts of hoofdsjaaltje kan je terecht bij de sociaal verpleegkundige. Zij kan jou een attest tot terugbetaling bezorgen.

Je hebt recht op een tussenkomst van de mutualiteit bij de aankoop van een pruik, muts of sjaal. Sommige hospitalisatieverzekeringen betalen de aankoop van een pruik (deels of volledig) terug.

Het kleuren van het haar en het zetten van een permanent worden niet toegestaan doorheen de therapie.

5.8 Gevolgen voor de vruchtbaarheid en seksualiteit

Soms treedt er een tijdelijke of permanente onvruchtbaarheid op. Jouw arts zal de eventuele mogelijkheden en gevolgen met jou bespreken.

Het is aangeraden een voorbehoedsmiddel te gebruiken tijdens het verloop van de therapie om een zwangerschap te vermijden.

Gebruik steeds een condoom bij seksuele betrekkingen de eerste dagen na toediening van de behandeling. Resten van de therapie kunnen ook in sperma of vaginaal vocht zitten.

Vermoeidheid, de ziekte zelf en angst kunnen een invloed hebben op jouw seksuele behoeften of deze van je partner.

Ook kunnen stress en angst jou belasten. Het verlangen om te vrijen kan verminderd zijn of je kan angst hebben voor pijn tijdens het vrijen.

Het bespreekbaar maken van seksuele problemen is belangrijk. Met uw vragen hierover kan je steeds terecht bij de psycholoog.

6. Enkele algemeenheden op een rijtje

- Krijg je een therapie met een infusorpomp (chemopomp) voor 7 dagen. Dan heb je de mogelijkheid om een douche te nemen tijdens je wekelijkse afspraak op het dagziekenhuis. Spreek de verpleegkundige tijdig aan voor ze de naald herprikt.
- Drink voldoende; 1,5 l à 2 l per dag (water, koffie, thee, frisdrank, soep, ...).
- M.b.t. **tandarts**bezoeken:
  - Verwittig jouw tandarts, bij elk tandartsbezoek,dat je een oncologische behandeling krijgt.
  - Ingrijpende behandelingen bij de tandarts moeten eerst besproken worden met jouw oncoloog, alvorens de behandeling te starten.
  - Tijdens de behandeling mag er geen extractie van een tand gebeuren.
- M.b.t. de **poortkatheter** (als dit bij jou geplaast werd)
  - Bewaar het identificatiekaartje van de poortkatheter steeds in je portefeuille.
  - Niet douchen en geen bad nemen met een aangeprikte poortkatheter.
  - Als de poortkatheter niet meer wordt gebruikt laat je deze best elke 3 maanden spoelen. Dit kan je combineren met een bloedafname of CT onderzoek.
- Contact met **lotgenoten** kan voor sommige patiënten een grote steun zijn en waarbij ze zich begrepen voelen. Een lijst met lotgenotengroepen kan je terug vinden op volgende websites:
  - https://komoptegenkanker.be
  - https://kanker.be
- Voorschriften voor **medicatie** worden aangevraagd tijdens jouw consultatie bij de arts.
  - Kijk en tel jouw medicatie goed na vóór je op consultatie komt. Noteer steeds de naam van de medicatie en hun dosis en breng het briefje mee naar het consult.
  - Ben je vergeten te vragen om je medicatie voor te schrijven. Neem dan contact op met jouw huisarts.
- Contact houden met jouw huisarts is sowieso belangrijk tijdens je behandeling voor een goede opvolging van jouw situatie.

7. Een hoekje voor jezelf

Op deze pagina kan je vragen, bedenkingen of gewoon iets wat je van je af wil schrijven kwijt. Het is jouw zorgbrochure, en dit zal door iedereen gerespecteerd worden.

8. Geraadpleegde werken

- Patiëntenbrochure/Ref. Werkgroep Joint Care.
- Brochure Smiths Medical Belgium NV over Port-A-Cath en P.A.S. Port.
- Kom op tegen Kanker, Herstel na borstkanker. Infobrochure voor patiënten en hun familie, mei 2017
- VVRO; CD Rom 'veilig werken met cytostatica'.
- Dr. Didier Vander Steichel; U en chemotherapie. Uitgeverij Labos
  ISBN-2-8040-0845-2.
- Nederlandse Kankerbestrijding KWF; Kanker en dan?
  Sophialaan 8 te 1075 BR Amsterdam.
- Info voor patiënten van UZ Leuven; Mondzorg bij chemotherapie.
- Amoena Belgium BVBA; Zelfbewust dag in dag uit.
- http://www.nki.nl
- http://www.acc.vkb.be
- http://vvro.be
- http://www.oncolink.com
- Onthaalbureau Algemeen Ziekenhuis Sint-Maria.
- Informatiebrochure voor patiënten 'Algemene informatie over chemotherapie en andere celremende middelen' UZ Leuven.

Sint-Maria Halle
ALGEMEEN ZIEKENHUIS

Algemeen Ziekenhuis Sint-Maria vzw
ond. nr. 0467.967.491

Ziekenhuislaan 100 | 1500 Halle
tel. +32 (0)2 368 12 11 | fax +32 (0)2 363 12 10
www.sintmaria.be

DZ 38 - 09.2025