

Cyclus 2: R-HAD

Deze kuur duurt in totaal 4 weken (28 dagen). Op de eerste dag van de nieuwe kuur wordt u opgenomen op verpleegafdeling E6. U krijgt een infuus, waarover de kuur wordt toegediend. Daarnaast krijgt u vocht toegediend. Meestal duurt de opname 2 dagen (1 nacht). Op dag 4 van de kuur krijgt u wederom rituximab toegediend. Indien u niet meer opgenomen bent, komt u voor de behandeling naar de beschouwende dagbehandeling route E21. Na toediening kunt u direct weer naar huis.

De opzet van de kuur ziet u hieronder:

Medicijn	Dag 1	Dag 2	Dag 3	Dag 4	Wijze van toediening	Locatie	Dag 5 t/m 28
Rituximab	X			X	Infuus	E6 / E21	Rust
Cytarabine	X				Infuus	E6	
Dexamethason	X	X	X	X	Tabletten	E6 / thuis	

Cyclus 3: R-CHOP

Medicijn	Dag 1	Dag 2	Dag 3	Dag 4	Dag 5	Wijze van toediening	Dag 6 t/m 21
Rituximab	X					Infuus	Rust
Cyclofosfamide	X					Infuus	
Vincristine	X					Infuus	
Doxorubicine	X					Infuus	
Prednison	X	X	X	X	X	Tabletten	

Cyclus 4: R-HAD

Medicijn	Dag 1	Dag 2	Dag 3	Dag 4	Wijze van toediening	Locatie	Dag 5 t/m 28
Rituximab	X			X	Infuus	E6 / E21	Rust
Cytarabine	X				Infuus	E6	
Dexamethason	X	X	X	X	Tabletten	E6 / thuis	

Na deze kuur krijgt u een consult bij uw behandelend arts.

Afhankelijk van uw persoonlijke situatie krijgt u vooraf een longfoto, een PET/CT-scan en/of een beenmergonderzoek.

Cyclus 5: R-CHOP

Medicijn	Dag 1	Dag 2	Dag 3	Dag 4	Dag 5	Wijze van toediening	Dag 6 t/m 21
Rituximab	X					Infuus	Rust
Cyclofosfamide	X					Infuus	
Vincristine	X					Infuus	
Doxorubicine	X					Infuus	
Prednison	X	X	X	X	X	Tabletten	

Cyclus 6: R-HAD

U krijgt alleen nog op dag 1 rituximab toegediend. Dat betekent dat u op dag 4 van de kuur niet meer naar de beschouwende dagbehandeling hoeft te komen.

Medicijn	Dag 1	Dag 2	Dag 3	Dag 4	Wijze van toediening	Locatie	Dag 5 t/m 28
Rituximab	X				Infuus	E6	Rust
Cytarabine	X				Infuus	E6	
Dexamethason	X	X	X	X	Tabletten	E6 / thuis	

Ongeveer een maand na deze laatste behandeling komt u weer op controle bij uw behandelend arts. Vooraf vindt eventueel weer een longfoto, PET/CT-scan en/of een beenmergonderzoek plaats.

Ondersteunende medicatie

Paracetamol en clemastine (Tavegyl)

Bij de toediening van rituximab kunt u een overgevoeligheidsreactie krijgen, zoals koude rillingen, zwelling in het gezicht, tong of mond, jeuk en/of benauwdheidsklachten. Om dit zoveel mogelijk te voorkomen neemt u een uur voor de behandeling paracetamol en clemastine in. Op de overige dagen van de kuur hoeft u deze medicijnen niet in te nemen.

Als gevolg van anti-allergie medicatie kunt u vermoeid en slaperig worden. Dit kan de rijvaardigheid beïnvloeden. Het is raadzaam om u te laten brengen en ophalen op de dag van de behandeling.

Prednison tabletten

Dit zijn tabletten die u thuis inneemt op dag 1 t/m 5 van de R-CHOP kuur. Prednison heeft invloed op de kankercellen, maar ook op het onderdrukken van de bijwerkingen van de behandeling. Daarom is het erg belangrijk dat u deze medicatie **'s morgens** inneemt, voordat u een behandeling in het ziekenhuis krijgt.

Dexamethason tabletten

Dit zijn tabletten die u thuis inneemt op dag 1 t/m 4 van de R-HAD kuur. Dexamethason heeft invloed op de kankercellen, maar ook op het onderdrukken van de bijwerkingen van de behandeling. Daarom is het erg belangrijk dat u deze medicatie **'s morgens** inneemt, voordat u een behandeling in het ziekenhuis krijgt.

Granisetron

Als gevolg van de behandeling met chemotherapie kunt u misselijk worden. Om deze klachten te voorkomen krijgt u granisetron voorgeschreven. Het is belangrijk dat u deze medicatie inneemt voordat u naar het ziekenhuis vertrekt. In het medicatieoverzicht kunt u zien wanneer u deze medicijnen moet innemen.

Metoclopramide

Ook dit zijn medicijnen tegen misselijkheid. Als u niet voldoende heeft aan granisetron, mag u metoclopramide zo nodig 3 maal daags innemen.

Cotrimoxazol

In het beenmerg worden nieuwe bloedcellen gemaakt. Als gevolg van de behandeling is de aanmaak van nieuwe bloedcellen verstoord. Er treedt een tekort op aan verschillende bloedcellen, waaronder de witte bloedcellen (leukocyten). U bent daardoor gevoeliger voor infecties. Om u zoveel mogelijk te beschermen krijgt u antibiotica voorgeschreven. Deze medicatie neemt u standaard iedere dag in, zolang u wordt behandeld. Van uw arts of verpleegkundig specialist hoort u wanneer u met deze medicijnen mag stoppen.

Valaciclovir

Door een tekort aan witte bloedcellen bent u gevoeliger voor het herpes zoster virus, dit wordt ook wel gordelroos genoemd. Om u hiertegen te beschermen gebruikt u dagelijks valaciclovir. Deze medicatie neemt u standaard iedere dag in zolang u wordt behandeld. Van uw arts of verpleegkundig specialist hoort u wanneer u met deze medicijnen mag stoppen.

Ciprofloxacin

Ook dit is een antibiotica die u beschermt tegen eventuele infecties. U start met deze medicatie op de dag dat u met iedere R-HAD kuur begint. Afhankelijk van uw bloed uitslagen kunnen deze medicijnen (tijdelijk) gestopt worden. Van uw behandelend arts of verpleegkundig specialist hoort u wanneer u met deze medicatie kunt stoppen. Zodra u weer start met een R-HAD kuur begint u ook weer met ciprofloxacin.

Pantoprazol

Tijdens de behandeling gebruikt u veel medicijnen. Om uw maagslijmvlies te beschermen krijgt u een maagbeschermer voorgeschreven. Ook dit medicijn gebruikt u dagelijks en neemt u 's morgens in.

Carbomeer ooggel (Visidic)

Tijdens de kuur R-HAD krijgt u cytarabine toegediend. Bij deze chemotherapie kunt u last krijgen van uw ogen, dit wordt ook wel *conjunctivitis* genoemd. Voorbeelden zijn: pijnlijke ogen, gevoel alsof er zand in uw ogen zit, rode en ontstoken oogranden of tranende ogen.

Om uw ogen te beschermen tegen deze klachten, krijgt u 4 keer daags carbomeer ooggel voorgeschreven.

Dexamethason oogdruppels

Ook deze oogdruppels beschermen uw ogen tegen chemotherapie. Deze oogdruppels neemt u standaard 4 keer per dag in tot 48 uur, nadat u cytarabine via het infuus toegediend hebt gekregen. Indien u bekend bent met glaucoom of een ernstige hoornvliesaanandoening, moet de oogarts op de hoogte gebracht worden van deze behandeling.

Movicolon sachets

De meest voorkomende bijwerking van granisetron is verstopping, dit wordt ook wel *obstipatie* genoemd. Uw arts of verpleegkundig specialist kan uit voorzorg movicolon voorschrijven om de stoelgang te verbeteren. Dit zijn zakjes die u kunt oplossen in water. Het is belangrijk dat u veel blijft drinken.

Tijdens de voorlichting krijgt u een medicatieoverzicht mee, waarop beschreven staat welke medicatie u op welke moment moet innemen. Let er wel op dat dit alleen medicatie betreft die samenhangen met de behandeling.

Medicijnen die worden voorgeschreven door andere artsen of medicatie die u reeds gebruikt staan hierop niet vermeld.

Bloedcontrole

Laat een dag voor de start van de kuur voor 10:30 uur bloed afnemen bij een Medlon prikpost bij u in de buurt. Als de kuur op maandag wordt gegeven, kunt u op vrijdag bloed laten afnemen. De verpleegkundig specialist beoordeelt aan de hand van de bloedsuitslagen of u de kuur kunt krijgen. Zijn de bloedwaarden niet goed genoeg, dan wordt u gebeld. Indien u niets hoort, gaat de kuur gewoon door.

U kunt zelf online of telefonisch een afspraak maken bij een Medlon prikpost bij u in de buurt. Ga naar www.medlon.nl of bel 088-4633566.

Wat mag ik eten en drinken?

In principe mag u alles eten en drinken. Grapefruit (sap) wordt afgeraden. Veel supplementen en kruidengeneesmiddelen hebben een negatief effect op de werking van de medicijnen. Denk hierbij o.a. aan wietolie, visolie en Sint Janskruid. Het advies is om af te zien van dergelijke middelen en het gebruik te overleggen met de behandelend arts. Voor meer informatie kijkt u op www.voedingenkankerinfo.nl

BIJWERKINGEN

Het is niet te voorspellen hoe u persoonlijk op de behandeling reageert. Sommige mensen hebben veel last van bijwerkingen, anderen merken er minder van. Het is van belang dat u bijwerkingen aan uw behandeld arts en/of verpleegkundig specialist kenbaar maakt. Zij kunnen eventueel medicijnen voorschrijven of adviezen geven om bijwerkingen tegen te gaan.

Hieronder worden de meest voorkomende bijwerkingen die kunnen optreden kort benoemd:

Overgevoeligheidsreactie

Tijdens de eerste toediening van rituximab kunt u overgevoeligheidsklachten krijgen. Daarom neemt u van te voren medicijnen die deze klachten onderdrukken. Vaak komt het voor dat u toch klachten krijgt. Het is belangrijk dat u dit direct kenbaar maakt bij de verpleegkundigen van de afdeling. Eventueel wordt uw infuus tijdelijk stop gezet en u krijgt extra medicijnen. Zodra de klachten zijn verminderd, wordt het infuus weer herstart.

Misselijkheid en braken

Tijdens de behandeling met chemotherapie kunt u misselijk worden. Om dit te voorkomen krijgt u medicatie voorgeschreven om de misselijkheid te onderdrukken. Het is erg belangrijk dat u deze medicatie inneemt. Als de misselijkheid aan blijft houden, bespreek dan deze klachten met uw arts of verpleegkundig specialist. Zij kunnen eventueel extra medicatie voorschrijven.

Adviezen:

- Eet regelmatig kleine hoeveelheden, forceer het eten niet;
- Wanneer u weinig drinkt kunt u meer last krijgen van een ziek en misselijk gevoel. Het is daarom heel belangrijk dat u voldoende drinkt: 1½ tot 2 liter per dag. Probeer niet alleen water te drinken, maar wissel dit af met bijvoorbeeld bouillon, limonade melkproducten, vruchtensap of groentesap;
- U krijgt van uw behandelend arts een recept, voor medicijnen tegen de misselijkheid voor thuis. Het is belangrijk dat u deze medicijnen volgens voorschrift gebruikt.

Haarverlies

Als gevolg van de behandeling zult u tijdelijk kaal worden. Niet alleen het hoofdhaar, maar ook wenkbrauwen, wimpers en schaamhaar kunnen uitvallen. Haarverlies treedt op binnen enkele weken, daarom is het goed om te bedenken of u een haarwerk wilt aanschaffen. Een goed haarwerk is duur en wordt vaak maar deels vergoed door de zorgverzekeraar. Bij iedere pruik hoort een ingevuld machtigingsformulier, deze kan de arts of verpleegkundig specialist voor u regelen. Er zijn ook alternatieven voor een haarwerk, zoals hoeden, petten of sjaals. Verderop in deze folder vindt u namen en telefoonnummers waar u terecht kunt.

Uw haar zal weer terugkomen als de kuren zijn afgelopen, meestal na ongeveer 2 maanden.

Pijnlijke mond en lippen

Om dit te voorkomen kunt u beginnen met het goed schoon houden van de mond. Dit betekent minimaal 2 keer per dag tandenpoetsen met een zachte/medium borstel en 4 keer per dag de mond spoelen met water of afgekoelde kamillethee. Houdt de lippen goed schoon en vet ze regelmatig in (ook de mondhoeken). Als de mond zo pijnlijk wordt dat u niets meer kunt eten of drinken, neem dan contact op het met ziekenhuis.

Rood gekleurde urine en traanvocht

U wordt behandeld met doxorubicine, dit is rood van kleur. Hierdoor kan urine of traanvocht na de behandeling rood of oranje van kleur zijn. Dit is normaal en verdwijnt weer binnen enkele dagen. Wij raden af om in deze periode contactlenzen te dragen.

Psychische klachten

Tijdens iedere kuur krijgt u 5 dagen lang hoge dosis prednison. Als gevolg hiervan kunt u (vaak na het stoppen van de prednison) psychische klachten ervaren. Denk hierbij aan stemmingswisselingen, depressieve klachten en vermoeidheid.

Minder bloedcellen

In het beenmerg worden nieuwe bloedcellen aangemaakt. Door de behandeling kan de aanmaak van nieuwe bloedcellen door het beenmerg verminderen. Dan treedt een tekort aan verschillende bloedcellen op. Meestal merkt u daar weinig of niets van, maar het is wel belangrijk te weten op welke signalen of veranderingen u moet letten.

Bloedarmoede

Bloedarmoede is een tekort aan rode bloedcellen (erythrocyten) en wordt ook wel *anemie* genoemd. U kunt klachten krijgen van kortademigheid en vermoeidheid, bleek zien, koud gevoel en transpireren.

Adviezen:

- Klachten bespreekbaar maken met uw behandelend arts of verpleegkundig specialist hematologie;
- Zelf kunt u niets doen.

Leukopenie

Leukopenie is een tekort aan witte bloedcellen (leukocyten). Witte bloedcellen zorgen voor afweer tegen infecties. Bacteriën of ziekten die voor de gezonde mens weinig gevaar opleveren kunnen bij u tot heftige reacties leiden met hoge koorts. Er zijn een aantal maatregelen die u kunt treffen om de kans op een infectie zoveel mogelijk te beperken. Een infectie is te herkennen aan een temperatuur van 38,5 °C of hoger al dan niet in combinatie met koude rillingen.

Adviezen:

- Bespreek deze klachten met uw behandelend arts of verpleegkundig specialist (zie belkaart);
- Zorg voor goede lichaamshygiëne;
- Controleer eventuele wondjes op ontstekingsverschijnselen (roodheid, warmte, zwelling en pijn);
- Goede mondverzorging is belangrijk.

Trombocytopenie

Trombocytopenie is een tekort aan bloedplaatjes (trombocyten) in het bloed. Bloedplaatjes spelen een belangrijke rol bij de bloedstolling. Een daling van het aantal bloedplaatjes maakt het bloed minder gemakkelijk stolt. De menstruatie zal over het algemeen heviger zijn, maar kan soms onder chemotherapie ook achterwege blijven.

U heeft een verhoogde kans op blauwe plekken, bloedend tandvlees, neusbloeding en bloed bij de ontlasting.

Adviezen:

- Bespreek deze klachten met uw behandelend arts of verpleegkundig specialist;
- Pas op met stoten (blauwe plekken) en krab geen wondjes open;
- Gebruik geen scherpe voorwerpen, elektrisch scheren is beter dan met een mes;
- Probeer door veel te drinken de ontlasting soepel te houden;
- Gebruik bij het tandenpoetsen een zachte borstel;
- Neem de temperatuur op onder de arm of met een oor thermometer.

Neuropathie

Vincristine kan de uiteinden van de zenuwen beschadigen, dit heet neuropathie. Neuropathie uit zich door tintelingen, een doof/slapend gevoel of een brandende pijn in de vingertoppen en/of tenen. Ook kunt u het gevoel hebben op kussentjes te lopen. Als u deze klachten ervaart, is het belangrijk om deze kenbaar te maken bij het volgende bezoek aan uw arts, verpleegkundig specialist of bij de verpleegkundigen op de dagbehandeling. Eventueel kan de dosering worden aangepast om verergering (en blijvende schade) te voorkomen. Herstel van de zenuwuiteinden kan lang duren. Zelf kunt u niets doen om neuropathie te voorkomen. Wel is gebleken dat dagelijks bewegen (wandelen, fietsen) een positieve invloed heeft. Heeft u behoefte aan extra begeleiding, dan kunt u terecht bij gespecialiseerde oncologische fysiotherapeuten. Het is per zorgverzekeraar verschillend in welke mate deze vorm van fysiotherapie wordt vergoed. Uw behandelend arts of verpleegkundig specialist kan zorgen voor een verwijfsbrief.

Vermoeidheid

Tijdens de behandeling kunt u merken dat u sneller vermoeid bent. Zoek de balans tussen activiteit en rust. Probeer zoveel mogelijk te bewegen en verdeel uw energie over de dag. De mate en de duur van vermoeidheid is verschillend. Ook kunt u last krijgen van concentratiestoornissen.

Adviezen:

- Het is belangrijk een ritme in de dag te houden;
- Verspreid de activiteiten over de dag;
- Stel prioriteiten en wissel drukke dagen en rustdagen zoveel mogelijk af;
- Maak overdag tijd vrij voor een dutje;
- Accepteer hulp van anderen als het gaat om boodschappen doen, koken of schoonmaken;
- Eet verantwoord en drink voldoende;
- Blijf in beweging, maak bijvoorbeeld regelmatig een korte wandeling.

BESCHERMENDE MAATREGELEN

Wanneer u met chemotherapie wordt behandeld, dan zullen de chemische stoffen uit de medicijnen via excreta uit uw lichaam verdwijnen. Excreta is een medische term voor alles wat het lichaam uitscheidt: urine, ontlasting, wondvocht, bloed, traanvocht, transpiratie, sperma, braaksel en speeksel.

De eerste **6** dagen van uw R-CHOP kuur scheidt u deze stoffen uit. Bij de R-HAD kuur duurt dit **2** dagen. De risico's zijn voor u en uw omgeving klein, omdat u thuis slechts korte tijd in aanraking komt met chemotherapie. Toch is het goed om een aantal maatregelen te nemen. Zo kunt u de risico's tot een minimum beperken.

Als uw naaste/mantelzorger u helpt met de persoonlijke verzorging en daarmee mogelijk in contact kan komen met bijvoorbeeld braaksel of urine, kan diegene het beste plastic wegwerphandschoenen dragen. De aanschaf van deze handschoenen zijn voor eigen rekening.

Gebruik toilet

Spoel het toilet na gebruik 2 maal door met gesloten deksel. Was uw handen na toiletgebruik.

Wasgoed

Normaal bevuilde was kan gecombineerd worden met andere was. Sterk bevuilde was wast u liever apart.

Lichamelijk contact en seksualiteit

Voor zover men weet heeft intiem contact, het geven van een knuffel of een zoen geen schadelijke effecten. Dit hoeft u dan ook niet te mijden. Het is niet bekend of, en in welke mate, chemotherapie opgenomen wordt in het sperma of het slijmvlies van de vagina. Gebruik tijdens de risicoperiode van 6 dagen, altijd een condoom.

Chemotherapie kan aangeboren afwijkingen veroorzaken bij het ongeboren kind. U mag niet zwanger raken tijdens deze behandeling en u dient adequate anticonceptie te gebruiken. Dit kunt u bespreken met uw behandelend arts. Indien er tijdens de behandeling een vermoeden van zwangerschap is, breng dan direct uw arts op de hoogte.

Bronnen voor haarbedekkingen omgeving Enschede

Naam	Website	Mail en/of telefoonnummer
Hairmasters Finkers Almelo	www.hairmasters.nl	info@hairmasters.nl 0546-816650 0546-453366
Hairmasters Finkers Hengelo	www.hairmasters.nl	074-2501049
Confident Haarzorg Enschede	www.confidenthaarzorg.nl	info@confidenthaarzorg.nl 053-4884408 053-4873555
Ellen Tibbe Haarwerken Boekelo	www.ellentibbehaarwerken.nl	06-22242556
MoveHs hair solutions Enschede	www.movehs.nl	info@movehs.nl 053-4348493 06-31743766
Pruiken Oost Nederland	www.pruikenoostnederland.nl	info@pruikenoostnederland.nl 053-4763287 06-86104894
Villa Capelli Haaksbergen	www.villacapelli.nl	info@villacapelli.nl 074-3490673
Hair4Her (pruiken lenen)	www.hair4her.nl	

Site voor mutsjes/sjaals ter vervanging van een pruik

Naam	Website	Mail en/of telefoonnummer
Pinkfashionz	www.pinkfashionz.nl	reginahellingwerf@gmail.com
Mooi Hoofd mammacare	www.mooihoofd.nl	klantenservice@mooihoofd.nl
Stofkunst	www.stofkunst.nl	contact@stofkunst.nl
Moslim mode	www.moslima.com	
Mutssja	www.mutssja.nl	
Headcovers	www.headcovers.nl	hilde@headcovers.nl info@headcovers.nl
Toupim	www.toupim.nl	info@toupim.nl
Stichting pruik voor elkaar (vrouwen die om financiële redenen geen pruik kunnen aanschaffen)	www.pruikvoorelkaar.nl	

Belkaart Medisch Spectrum Twente bij de behandeling met chemotherapie

Niet-spoedeisende klachten <i>Neem contact op met de verpleegkundig specialist tijdens kantooruren of meld dit bij uw volgende polibezoek</i>	Ernstige en spoedeisende klachten <i>Neem direct contact op met het ziekenhuis</i>
Temperatuurverhoging van 38.0-38.4 °C	Temperatuurverhoging van 38.5 °C of hoger en/of koude rillingen
Duizeligheid of ernstige vermoeidheid, waarbij u meer dan de helft van de dag op bed/bank ligt	Plotseling ontstaan van ernstige huiduitslag
Pijn in de mond, waardoor u problemen of pijn heeft bij het slikken	Een bloedneus die langer dan 5 minuten duurt, terugkerende bloedneuzen of aanhoudend bloeden van een wondje
Pijnlijke of branderige ogen	Bloed in de urine of zeer hevige menstruatie Bloed in de ontlasting of zwarte ontlasting
Blauwe plekken zonder dat u zich heeft gestoten	Plotselinge kortademigheid of pijn bij de ademhaling
Langer dan 3 dagen geen ontlasting	U bent langer dan 24 uur misselijk of u braakt en kunt daardoor geen drinken binnenhouden
U kunt minder dan 1 liter per dag drinken	Vaker dan 4x per dag diarree en dit duurt langer dan 24 uur
Tintelingen of een doof gevoel in de vingertoppen of tenen.	
Pijn bij het plassen en/of donkere urine	

Vragen kunt u stellen tijdens het bezoek aan de arts of bij het bezoek aan de beschouwende dagbehandeling. Indien uw vraag niet kan wachten tot dit volgende bezoek, belt u:

Telefoonnummers:

Tijdens kantoor tijden (maandag t/m vrijdag van 8:30-16:00 uur)

Secretariaat interne geneeskunde: **053-4872440**

Buiten kantoor tijden, alleen spoedeisende klachten die niet kunnen wachten tot de volgende werkdag:

Centraal telefoonnummer MST: **053-4872000**

Vragen naar de dienstdoende internist