

## Behandeling met cytarabine subcutane injecties

### Interne geneeskunde

#### Inleiding

U gaat starten met de behandeling tegen acute myeloïde leukemie. Deze therapie bestaat uit de toediening van het volgende medicijn:

- cytarabine Chemotherapie

Om bijwerkingen te voorkomen krijgt u ook nog een aantal andere medicijnen voorgeschreven. Lees deze informatie zorgvuldig en stel eventuele vragen aan de behandelend arts of verpleegkundig specialist hematologie.

#### Opzet van de kuur

De behandeling vindt plaats in cyclussen van telkens 4 tot 6 weken waarin u de eerste 10 dagen chemotherapie krijgt.

In onderstaand schema ziet u het overzicht van de medicatie per dag.

Medicijn	Dag1	Dag2	Dag3	Dag4	Dag5	Dag6	Dag7	Dag 8	Dag 9	Dag10	Wijze van toediening
Cytarabine ochtend	E21	E21	E21	E21	E21	E6	E6	E21	E21	E21	Onderhuidse injectie
Cytarabine avond	E6	E6	E6	E6	E6	E6	E6	E6	E6	E6	Onderhuidse injectie

#### Ondersteunende medicatie

U krijgt tijdens de kuur de volgende ondersteunende medicatie.

##### Ciprofloxacin:

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. U start met deze medicatie vanaf dag 1 van de opname en tijdens uw periode van erge lage afweer. Deze medicatie wordt in overleg met de hematoloog weer gestopt. Dit is afhankelijk van uw bloedwaarden. Let op! Rond de inname van Ciprofloxacin mag u geen zuivelproducten gebruiken, zoals melk, kaas of yoghurt of andere producten met veel kalk. Ciprofloxacin wordt namelijk minder werkzaam door kalk. Vanaf 2 uur na inname mag u deze producten weer nuttigen.

##### 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.



### **Bloedcontrole**

Voordat u wordt opgenomen voor de kuur kan u bloed laten afnemen bij 1 van de Unilabs punten.

U hoort van uw zorgverlener wanneer dit van u verwacht wordt.

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 Unilabs prikpost bij u in de buurt.

Ga naar [www.unilabs.nl](http://www.unilabs.nl) of bel 088-4633566.

### **Wat mag ik eten en drinken?**

Eet vooral gevarieerd. Goede voeding en goed drinken is erg belangrijk. Probeer om minimaal 1,5 tot 2 liter te drinken op een dag.

Een diëtiste of uw verpleegkundige kan u hier meer informatie over geven. Eventuele folders kunt u op de afdeling krijgen.

Voor meer informatie kijkt u ook op [www.wkof.nl/voedingenkanker](http://www.wkof.nl/voedingenkanker)

### **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 behandelend 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:

#### **Misselijkheid en braken**

Tijdens de behandeling met chemotherapie kunt u misselijk worden. Om dit te voorkomen kan u medicatie voorgeschreven krijgen om de misselijkheid te onderdrukken. 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.

#### **Huiduitslag**

Door de behandeling kunt u huiduitslag krijgen. Dit uit zich vooral door roodheid, pijn ontvelling van de huid van de handen of de voeten. Ook kan u over het hele lichaam huiduitslag krijgen in de vorm van roodheid of jeuk. Het helpt om de huid goed vettig te houden. Indien u hier toch last van heeft meldt u dit dan bij uw arts of verpleegkundige.

#### **Oogklachten**

Cytarabine kan voor droge ogen en/of geïrriteerde of ontstoken ogen zorgen. Mocht u oogklachten krijgen moet u dat doorgeven aan de verpleegkundige of verpleegkundig specialist. Er kan u dan oogdruppels voorgeschreven worden.



### **Koorts**

Door toediening van cytarabine kan er soms koorts ontstaan. Omdat niet altijd duidelijk is of de koorts door deze middelen veroorzaakt wordt of dat er toch een infectie aanwezig is wordt er vaak uit voorzorg wel gestart met antibiotica.

### **Psychische klachten**

Tijdens iedere kuur krijgt u dexamethason. Als gevolg hiervan kunt u (vaak na het stoppen van de dexamethason) 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.

Indien nodig kan u een bloedtransfusie krijgen. Hiervoor hoeft u niet te worden opgenomen maar dit kan op de E21 dagbehandeling plaatsvinden.

#### *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 behandeld 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 behandeld 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.



### **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.

### **Invloed op conditie**

Uit onderzoek blijkt dat het goed is om lichamelijk actief te blijven tijdens en na de behandeling. Door chemotherapie gaat uw fitheid (conditie) echter vaak achteruit. Houdt daarom uw conditie zo goed mogelijk op peil. Beweeg minimaal dertig minuten per dag. Maak bijvoorbeeld dagelijks een wandeling of meerdere kleine wandelingen. Het effect van bewegen is het grootst wanneer u onder begeleiding traint. Dat kunt u bijvoorbeeld doen in een revalidatieprogramma of bij een fysiotherapeut die is gespecialiseerd in kanker. Uw behandeld arts of verpleegkundig specialist kan zorgen voor een verwijfsbrief.

### **Psychische en sociale gevolgen**

Het kan moeilijk zijn om met kanker om te gaan. Kanker kan immers veel veranderen in uw leven, bijvoorbeeld op het werk of in relaties. Soms kunt u door lichamelijke beperkingen tijdelijk niet werken of dagelijkse dingen niet meer doen. De toekomst kan onzeker zijn. Vraag uw verpleegkundig specialist of behandelend arts voor een verwijzing naar een psycholoog, als u daar behoefte aan heeft.

### **Combinatie met andere geneesmiddelen**

Voordat u aan de behandeling begint, dient uw arts op de hoogte te zijn van alle andere medicijnen die u gebruikt (ook supplementen of alternatieve geneesmiddelen die niet zijn voorgeschreven door een arts). Dit is van buitengewoon belang, omdat het er wisselwerkingen kunnen optreden tussen deze medicijnen.

## **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.

Tot de eerste 2 dagen na de laatste toediening met cytarabine scheidt u deze stoffen uit. 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. Gebruik geen chloor, bleekmiddel of ander schoonmaakmiddel dat erg bruist.

### **Wasgoed**

Normaal bevulde was kan gecombineerd worden met andere was. Sterk bevulde 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. 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.



## Belkaart Medisch Spectrum Twente bij de behandeling met chemotherapie

<b>Niet-spoedeisende klachten</b>	<b>Ernstige en spoedeisende klachten</b>
<i>Neem contact op met de verpleegkundig specialist tijdens kantooruren of meld dit bij uw volgende polibezoek</i>	<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 op de poli.

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 en vermelden dat u behandeling krijgt met chemotherapie.