

UW BEHANDELING MET REVLIMID®

KANKERCENTRUM



INHOUDSTAFEL

01	Inleiding	3
02	Hoe werkt Revlimid®?	3
03	Hoe verloopt uw behandeling?	3
04	Adviezen bij de inname van Revlimid®	4
05	Zwangerschap, borstvoeding en vruchtbaarheid	5
06	Bijwerkingen	6
07	Geneesmiddelen, dranken & plantaardige bereidingen die niet mogen gecombineerd worden met Revlimid®	15

01 INLEIDING

In deze brochure kan u bijkomende informatie over Revlimid® terugvinden, geven we enkele handige tips om bijwerkingen te vermijden of te behandelen en vermelden wanneer u best de arts, de verpleegkundig consulent/specialist of apotheker contacteert. Zij geven u graag meer uitleg, dus aarzel niet om hen te contacteren.

02 HOE WERKT REVLIMID®?

Het werkzame bestandsdeel van Revlimid® is lenalidomide. Revlimid® wordt gebruikt om multipel myeloom te bestrijden.

Multipel myeloom is een kanker van een soort witte bloedcel, de plasmacel genaamd. Normaal produceren plasmacellen antilichamen waarmee ze infecties gaan bestrijden. Bij multipel myeloom groeien de plasmacellen ongecontroleerd en produceren ze abnormale antilichamen waardoor ze niet langer infecties kunnen bestrijden.

Revlimid® zal uw immuunsysteem stimuleren en zo de ongecontroleerde groei remmen van de plasmacellen.

03 HOE VERLOOPT UW BEHANDELING?

De duur van de behandeling wordt vastgelegd in samenspraak met uw arts. Uw behandeling duurt zolang uw arts vindt dat de behandeling doeltreffend is en de bijwerkingen verdraagbaar zijn. Revlimid® wordt oraal (in pilvorm) toegediend in combinatie met andere geneesmiddelen zoals Dexamethasone® (Cortisone).

Een behandelingscyclus bedraagt 28 dagen. Gedurende de eerste 21 dagen van de cyclus neemt u 1 capsule per dag. De laatste 7 dagen van de cyclus neemt u geen Revlimid®.

In sommige gevallen wordt er een derde product toegevoegd aan uw behandeling. De exacte combinatie van therapeutische agentia zal steeds met u door uw behandelende arts worden besproken.

04 ADVIEZEN BIJ DE INNAME VAN REVLIMID®

Hoe moet ik het geneesmiddel innemen?

Aandachtspunten bij inname van Revlimid®

- Neem elke capsule in zijn geheel in met een vol glas water zonder te kauwen, te openen of te breken.
- Neem Revlimid® elke dag op hetzelfde moment.
- U mag Revlimid® zowel tijdens als buiten de maaltijd innemen. Belangrijk is wel om de capsules na opstart **systematisch** tijdens of buiten de maaltijd in te nemen.

De dosering van Revlimid®

De dosis van Revlimid® wordt bepaald door uw behandelend arts. Uw arts kan beslissen om de dosis te wijzigen of tijdelijk te stoppen afhankelijk van hoe u op de behandeling reageert.



Wijzig de dosering of stop de behandeling nooit op eigen houtje! Neem steeds de dosering die uw arts heeft voorgeschreven.

Wat moet u doen als u een inname vergeten bent?

- Als u zich binnen de 12 uur bewust wordt dat u een dosis bent vergeten innemen, dan mag u alsnog de vergeten dosis innemen.
- Als u zich de vergeten dosis pas herinnert na 12 uur, dan neemt u gewoon de volgende dosis volgens schema. Neem **geen dubbele dosis** om de vergeten capsule in te halen.

Wat moet u doen als u te veel tabletten hebt ingenomen?

Als u per vergissing te veel Revlimid® hebt ingenomen of iemand anders heeft uw capsules ingenomen, neem dan steeds contact op met uw arts, de spoedafdeling van het ziekenhuis of het antigifcentrum (tel. 070 245 245) voor advies.

Hoe bewaart u Revlimid®?

- Bewaar de capsules in hun originele verpakking op kamertemperatuur.
- Gebruik dit geneesmiddel niet als u ziet dat de verpakking beschadigd is of als er met de verpakking geknoeid is.
- Buiten het bereik van kinderen bewaren.
- Niet meer gebruiken na de uiterst houdbaarheidsdatum die terug te vinden is op de verpakking naast 'EXP'.



Indien u Revlimid® niet meer moet gebruiken, breng dan de overige capsules naar uw arts of apotheker. Gooi ze niet in de vuilnisbak.

Belang van een juiste inname van uw medicatie

Het is belangrijk om Revlimid® volgens voorschrift in te nemen. Op die manier werkt het geneesmiddel constant tegen de kankercellen met een optimale doeltreffendheid en slaagkans tot gevolg.

Indien u Revlimid® slechts af en toe zou innemen, krijgen de kwaadaardige cellen meer kans om opnieuw te groeien.

U zal wel eens een moment hebben waarop u denkt te willen stoppen met de behandeling, zeker wanneer de bijwerkingen de kop opsteken. Maar, het is net heel erg belangrijk dat u volhoudt en verdergaat met deze behandeling.

Indien u bijwerkingen ervaart, aarzel dan niet om contact op te nemen met uw arts, verpleegkundig consulent/specialist of ziekenhuisapotheker.

05 ZWANGERSCHAP, BORSTVOEDING EN VRUCHTBAARHEID

Vrouwen die zwanger kunnen worden, moeten anticonceptie gebruiken tijdens de behandeling met Revlimid®. Van Revlimid® wordt aangenomen dat het schadelijk is voor het ongeboren kind.

Neem dit geneesmiddel daarom niet in tijdens de zwangerschap.

Vrouwen mogen geen borstvoeding geven tijdens de behandeling met Revlimid®.

Voor mannen die Revlimid® gebruiken:

Revlimid® komt in menselijk zaad terecht. Als uw vrouwelijke partner zwanger is of zwanger kan worden en zij geen effectieve anticonceptiemethoden toepast, moet u condooms gebruiken tijdens de behandeling en gedurende ten minste 7 dagen na afloop van de behandeling, zelfs wanneer u een vasectomie heeft ondergaan.

06 BIJWERKINGEN

Het is mogelijk dat er tijdens de behandeling bijwerkingen optreden. De intensiteit van deze bijwerkingen verschilt van persoon tot persoon.

Het is steeds belangrijk om uw arts, de verpleegkundige of de apotheker op de hoogte te brengen als u bepaalde bijwerkingen ervaart. Ze zullen u adviezen geven om de klachten te verminderen of te behandelen.

Wees niet ongerust indien u weinig nevenwerkingen ervaart. Dit betekent zeker niet dat de therapie onvoldoende of niet werkt.

Volgende bijwerkingen kunt u ervaren

■ Vermindering van het aantal rode bloedcellen, witte bloedcellen en bloedplaatjes	7
■ Veranderingen ter hoogte van de huid	9
■ Misselijkheid en braken	10
■ Diarree	12
■ Constipatie	13
■ Vermoeidheid	14

Vermindering van het aantal rode bloedcellen, witte bloedcellen en bloedplaatjes

Door uw behandeling kunnen het aantal bloedplaatjes, rode en witte bloedcellen verminderen.

Rode bloedcellen

Rode bloedcellen zijn in ons lichaam belangrijk om zuurstof te vervoeren. Bij een verminderd aantal rode bloedcellen kan bloedarmoede optreden. Hierdoor kan u volgende symptomen hebben:

- vermoeid zijn
- verminderde inspanningscapaciteit
- algemeen gevoel van zwakte
- bleke huid en lippen
- duizeligheid
- kortademigheid bij inspanning

TIPS

- **Plan uw activiteiten op een dag. Wissel de activiteiten tijdig af met een korte rustpauze.**
- **Vraag aan anderen om ook een handje te helpen.**
- **Zorg voor een goede voeding met voldoende ijzer (runds- en lamsvlees, donkergroene bladgroenten, broccoli, bonen) en vitamine B (melk, eieren, kaas, vlees), vitamine C (paprika, kiwi) en foliumzuur (spinazie, broccoli, bonen, volkorenbrood).**
- **Drink voldoende.**

! Wanneer neemt u contact op het met het ziekenhuis?

- Als u zich duizelig voelt of kortademig bent.
- Als u zich bij de minste inspanning heel moe voelt.

Witte bloedcellen

Bij een verminderd aantal witte bloedcellen verhoogt de kans op infectie. Witte bloedcellen zijn immers de soldaten van ons lichaam die vechten tegen indringers. Zonder witte bloedcellen kan u zich niet verdedigen. Wanneer u zonder witte bloedcellen een infectie oploopt kan u zeer snel zeer ernstig ziek worden.

Tekenen van infectie kunnen zijn:

- koorts, zweten, koude rillingen
- keelpijn, hoest, verstopte neus
- branderig gevoel bij het plassen
- ziektegevoel en uitputting
- roodheid, zwelling, ettervorming (lokale infectie)

TIPS

- **Meet regelmatig uw lichaamstemperatuur. Liefst steeds op hetzelfde tijdstip, bv 's avonds.**
- **Bij 38°C of meer, steeds het ziekenhuis verwittigen!**
- **Let op een goede lichaamshygiëne. Was regelmatig uw handen.**
- **Pas een goede mondzorg toe en controleer uw mond op roodheid of afters.**
- **Voorkom wondjes. Wanneer u een wondje hebt: ontsmet deze onmiddellijk en volg dit dagelijks op.**
- **Vermijd contact met mensen die griep hebben of verkouden zijn.**
- **Vermijd druk bevolkte plaatsen, zoals winkels, bioscoop, zwembaden, sportmanifestaties, markt, ...**
- **Laat anderen tijdelijk uw huisdieren verzorgen.**

Wanneer neemt u contact op het met het ziekenhuis?

- Als u tekenen van infectie waarneemt of koorts hebt
- Vanaf 38°C STEEDS contact opnemen met uw behandelende arts, de verpleegkundig consulent of de verpleegkundige van dagkliniek/hospitalisatieafdeling. Neem nooit op eigen initiatief geneesmiddelen in als u vermoedt dat u een infectie hebt.

Bloedplaatjes

Bloedplaatjes spelen een rol bij de bloedstolling. Bij een ernstig te kort in bloedplaatjes heeft u een toegenomen risico op bloedingen. Het aantal bloedplaatjes kan ook verminderen door uw behandeling. Hierdoor vergroot de kans op blauwe plekken, onderhuidse bloedingen, neusbloedingen, bloedend tandvlees,...



Wanneer neemt u contact op het met het ziekenhuis?

- Bij herhaaldelijke neusbloedingen die niet onmiddellijk te stelpen zijn.
- Bij bloedingen in de mond, urine, stoelgang,...

Veranderingen ter hoogte van de huid

De behandeling kan bijwerkingen hebben ter hoogte van de huid. Die veranderingen zijn:

- Een rode huid
- Huiduitslag
- Jeuk
- Schilfering van de huid

TIPS

- **Gebruik regelmatig een verzachtende en vochtinbrengende crème, vooral op droge zones.**
- **Gebruik een neutrale vochtinbrengende crème, geen geparfumeerde crèmes.**
- **Neem liever een douche in plaats van een bad. In bad zal uw huid te veel verweken.**
- **Gebruik bij het douchen best een neutrale en ongeparfumeerde douchegel.**
- **Gebruik een hoge beschermingsfactor (bv. factor 50) bij blootstelling aan de zon.**
- **Draag best loszittende, katoenen kledij. Zorg voor een goede verluchting van de huid.**
- **Als u last hebt van jeuk, vraag dan een jeukstillend geneesmiddel aan uw arts of apotheker.**

LET OP

- **Vermijd directe blootstelling aan de zon.**
- **Vermijd te warme of te veelvuldige douches.**



Wanneer neemt u contact op met het ziekenhuis?

- Als de huiduitslag en/of de jeuk hinderlijk wordt.

LET OP

- **Stel uw huid niet bloot aan heet water.**
- **Voorkom druk op de handpalmen en voetzolen.**
- **Probeer hitte en zonnebrand te vermijden.**
- **Voorkom kwetsuren: draag handschoenen voor klusjes in de tuin, bescherm drukpunten op de handen en voeten, tracht gereedschap steeds in wisselende posities te gebruiken bij repetitief werk...**

Misselijkheid en braken

Misselijkheid is een vaak voorkomende bijwerking. De intensiteit verschilt van persoon tot persoon. Deze misselijkheid kan leiden tot braakneigingen en braken.

Bij de meeste patiënten gaat het om een zwakke tot matige vorm van deze bijwerking. U kan last hebben van:

- minder eetlust
- een zwaar gevoel in de maag
- een opgeblazen gevoel
- een pijnlijke maag
- braakneigingen

De misselijkheid treedt meestal op tijdens een korte periode en dit vooral in de beginfase van de behandeling.

Het volgen van bepaalde voedingsregels kan u helpen bij deze bijwerking.

TIPS

- Eet kleine hoeveelheden, gespreid over de dag. Vermijd zware maaltijden.
- Eet voedsel dat u lekker vindt.
- Eet droog voedsel zoals granen en toast.
- Drink regelmatig water, maar drink kleine hoeveelheden zodat u geen opgeblazen gevoel hebt.
- Zorg ervoor dat u frisse lucht hebt.
- Spoel na het braken uw mond met koud water en wacht 1 tot 2 uur alvorens te eten.
- Als u misselijk bent, geef dan de voorkeur aan koude of lauwe voedingsmiddelen. Deze geven minder geur af dan warm voedsel.
- Vraag uw (huis)arts een geneesmiddel tegen misselijkheid of braken. Neem het anti-braakgeneesmiddel in 30 minuten voor de maaltijd of zoals voorgeschreven door uw arts.

LET OP

- Vermijd sterke kruiden, te zoet, gebraden of vet voedsel (bv. gefrituurd voedsel).
- Vermijd drinken tijdens de maaltijd, dit neemt uw eetlust weg.
- Vermijd onmiddellijk te gaan liggen na de maaltijd, een halfzittende houding is beter.
- Als u misselijk bent, vermijd dan sterke geuren. Deze kunnen de misselijkheid verergeren.
- Vermijd alcoholische dranken.

Wanneer neemt u contact op het met het ziekenhuis?

Als de misselijkheid of het braken leidt tot:

- Onvoldoende voedselopname met ernstig gewichtsverlies tot gevolg. (meer dan 10 % van het lichaamsgewicht)
- Uitdroging (dorst, droge huid, droge lippen, weinig plassen).
- Een pijnlijke of gezwollen maag.
- Zeer frequent braken (meer dan driemaal per dag).

Diarree

De behandeling met Hydrea® kan leiden tot diarree. Dit betekent dat u vaker stoelgang maakt en dat uw stoelgang waterig kan zijn. Deze bijwerking is doorgaans licht tot matig ernstig.

TIPS

- Drink regelmatig water zodat u een voldoende vochtopname hebt (1,5 l).
- Bij grote vochtverliezen is meer vocht nodig (2 tot 2,5 l). Drink dan bijvoorbeeld sportdranken zodat u ook de nodige mineralen binnen hebt bv. Aquarius, AA drink.
- Kijk regelmatig na of uw urine niet te donker is. Dit kan een teken zijn van uitdroging.
- Eet vet- en vezelarme voeding zoals:
 - pasta, wit brood of rijst
 - mager vlees (kalkoen, kip)
 - cornflakes
 - vis
 - geschild fruit
- Stop tijdelijk het eten van vezelrijke voeding.
- Het slijmvlies van de sluitspier kan geïrriteerd zijn door de diarree. Gebruik zacht toiletpapier of een washandje. Zorg voor een goede lichaamshygiëne en breng een zinkzalf aan ter hoogte van de sluitspier om de huid te beschermen.
- Vraag aan uw (huis)arts een geneesmiddel tegen diarree.

LET OP

- Vermijd voedingsmiddelen die de darmbeweging doen toenemen:
 - grote en vetrijke maaltijden
 - alcohol (bier, wijn)
 - cafeïnehoudende dranken (koffie, thee, chocolade)
 - voeding met grove vezels, zaden of pitten (volkorenbrood)
 - schillen van fruit, noten
- Vermijd voedingsmiddelen die de gasvorming verhogen:
 - ui, prei, kool, knoflook, paprika, komkommer, meloen
 - koolzuurhoudende dranken

- **Vermijd voedingsmiddelen die de darmslijmvliezen irriteren: sterke kruiden en specerijen.**
- **Vermijd producten die sorbitol bevatten (snoepgoed & kauwgom).**
- **Vermijd melk en zuivelproducten (melk, yoghurt, ijs, kaas, room).**

Wanneer neemt u contact op het met het ziekenhuis?

- Als de diarree gepaard gaat met koorts, ernstige krampen of braakneigingen.
- Als u last hebt van uitdrogingsverschijnselen: een droge mond, een droge tong, droge lippen, een droge en verrimpelde huid en donkere urine.
- Als u last hebt van een bloederige stoelgang.

Constipatie

Uw behandeling kan constipatie veroorzaken. Per definitie heeft u constipatie als u minder dan 3 keer per week stoelgang maakt en uw stoelgang harder en droger is.

TIPS

- **Drink minstens 1.5 à 2 liter water per dag.**
- **Eet voldoende vezels. Bruin brood, groenten, fruit... bevatten veel vezels**
- **Zorg voor voldoende beweging**
- **Ga naar het toilet als u het voelt, stel het niet uit ook al heeft u het te druk.**
- **Vraag aan uw dokter een laxeermiddel.**

Wanneer neemt u contact op het met het ziekenhuis?

- Indien uw klachten langer dan 2 weken aanhouden.
- Als er bloed in ontlasting zit.
- Als de ontlasting zeer pijnlijk is.
- Als u last heeft van constipatie afgewisseld met diarree.
- Als uw constipatie gepaard gaat met buikkrampen, braken/opgeblazen gevoel.

Vermoeidheid

Dit is een zeer vaak voorkomende bijwerking. Vermoeidheid wordt gekenmerkt door:

- u algemeen zwak voelen
- zware ledematen
- verminderde aandacht en concentratie
- niet goed slapen, een toegenomen slaapbehoefte
- geïrriteerd zijn
- belemmering bij het uitvoeren van de dagelijkse activiteiten
- zware vermoeidheid na een inspanning
- u niet goed voelen in uw vel

Deze vermoeidheid kan een sterke impact hebben op uw dagelijkse activiteiten.

Met deze tips kan u toch de mogelijke ongemakken beperken.

TIPS

- **Probeer uw normaal levenspatroon zoveel mogelijk te behouden.**
- **Plan uw activiteiten en verricht deze op uw eigen tempo; geef voorrang aan de activiteiten die werkelijk nodig zijn die dag en die u graag doet.**
- **Indien nodig, las korte rustpauzes in.**
- **Rust regelmatig een half uurtje i.p.v. echt te slapen overdag.**
- **Vraag zo nodig hulp aan vrienden en familie of schakel professionele thuiszorg in (dit kan via de sociale dienst).**
- **Zorg voor een evenwichtige voeding en drink voldoende.**
- **Maak korte wandelingen en doe lichte activiteiten, dit kan deugd doen.**
- **Maak voldoende tijd vrij voor ontspanning.**
- **Zorg voor een goede nachtrust, ga op vaste tijden naar bed en sta op vaste tijden op.**
- **Indien u de slaap niet kan vatten, blijf dan niet in bed liggen. Sta op en ga iets drinken of doe kort iets ontspannend.**
- **Indien u moeilijk blijft slapen, bespreek dit zeker met uw arts of verpleegkundige. Zij zullen u trachten verder te helpen.**
- **In het ziekenhuis worden infonamiddagen omtrent vermoeidheid georganiseerd op geregelde tijdstippen, infobrochures en nuttige tips kan u bekomen uw verpleegkundig consulent.**

LET OP

- **Indien u zich ongewoon vermoeid voelt, wees dan voorzichtig wanneer u met de auto rijdt of machines bedient.**
- **Vermijd onnodige activiteiten, stress of spanningssituaties.**
- **Vermijd overmatige alcohol.**
- **Vermijd slapen overdag (zodat u voldoende moe bent voor het slapengaan).**
- **Vermijd stimulerende middelen (zoals cafeïnerijke dranken) voor het slapen gaan.**

! Wanneer neemt u contact op het met het ziekenhuis?

- In bepaalde gevallen van ernstige vermoeidheid, zoals bv. in geval van kortademigheid bij een lichte inspanning.

In het UZ Gent wordt een vijftal keer per jaar vermoeidheidsessies georganiseerd voor patiënten en hun familie. Individueel kan u ook terecht bij de verpleegkundig consulent en de psychologen om u hierin verder te begeleiden.

U kan Mindfulness volgen. Ook deze vorm van therapie heeft reeds zijn nut aangetoond bij de aanpak van deze bijwerking. Voor meer informatie hierover kan u terecht bij de Ingrid Jacobs, psychologe (ingrid.jacobs@uzgent.be of 09/332.54.08).

07 GENEESMIDDELEN, DRANKEN & PLANTAARDIGE BEREIDINGEN DIE NIET MOGEN GECOMBINEERD WORDEN MET REVLIMID®

Revlimid® mag niet gecombineerd worden met Pomelmoes(sap) of sint-janskruid. In het kader van tromboserisico en effectiviteit van zwangerschapspreventie mag Revlimid® ook niet gecombineerd worden met sommige anticonceptie. Bespreek dit steeds met uw behandelend arts.

Wanneer neemt u contact op het met het ziekenhuis?



- Het is belangrijk dat u steeds alle medicatie, alle voedingssupplementen of andere homeopathische middelen doorgeeft aan uw arts of apotheker.