

JOUW BEHANDELING MET TRIFLURIDINE – TIPIRACIL (LONSURF®)

INHOUD

01	Wat doet dit geneesmiddel?	3
02	Inname	3
03	Pletten / breken	3
04	Combinatie met andere geneesmiddelen	4
05	Bijzondere voorzorgsmaatregelen	4
06	Maatregelen bij een vergeten dosis	4
07	Voornaamste bijwerkingen	5
08	Wanneer moet ik contact opnemen met het ziekenhuis?	16
09	Bewaring	17
10	Waar verkrijgbaar?	17
11	Doseringsschema	18

01 WAT DOET DIT GENEESMIDDEL?

Lonsurf® gebruiken we voor de behandeling van maag- en darmkanker die is uitgezaaid naar andere plaatsen in het lichaam. Door opname in het DNA van de kankercellen zorgt Lonsurf® ervoor dat de kankercellen niet meer groeien en delen.

Lonsurf® bevat de werkzame stoffen trifluridine en tipiracil.

02 INNAME

Je arts bepaalt welke dosis Lonsurf® je nodig hebt. Lonsurf® is beschikbaar in twee doseringen om de dosis te kunnen personaliseren naargelang je gewicht en lengte. Er zijn de witte tabletten met 15 mg trifluridine en 6,14 mg tipiracil, en er zijn de lichtrode tabletten met 20 mg trifluridine en 8,19 mg tipiracil. De standaarddosis bedraagt 35 mg per m² lichaamsoppervlak en dat twee keer per dag. In sommige gevallen kunnen dosisaanpassingen nodig zijn.

Eén behandelingscyclus duurt 28 dagen. Het doseringsschema per cyclus is als volgt:

- ▲ week 1: Lonsurf® in te nemen op dag 1 tot en met dag 5. Dag 6 en 7 rust.
- ▲ week 2: Lonsurf® in te nemen op dag 8 tot en met dag 12. Dag 13 en 14 rust.
- ▲ week 3: Rust.
- ▲ week 4: Rust.

Neem de tabletten Lonsurf® in met een glas water, binnen het uur dat volgt op het ontbijt en het avondmaal (twee keer per dag op hetzelfde tijdstip). Neem alle tabletten van de dosis vlak na elkaar in. Doe dat elke dag op hetzelfde tijdstip. Was je handen nadat je de tabletten hebt aangeraakt.

De duur van de behandeling hangt af van hoe je de behandeling verdraagt en van het effect ervan. Soms gebeurt het dat de bijwerkingen hinderlijk zijn. In dat geval kan de arts met jou bespreken om de dosis (tijdelijk) te verminderen of je therapie even te onderbreken. Zo krijgt je lichaam de kans om te herstellen.

03 PLETTEN / BREKEN

Slik de tabletten altijd in hun geheel door. Kauw niet op de tabletten en los ze niet op. Je mag ze ook niet breken of verpulveren.

04 COMBINATIE MET ANDERE GENEESMIDDELEN

Voor je een behandeling met Lonsurf® start, moet je jouw arts of apotheker melden welke andere medicijnen je gebruikt. Sommige geneesmiddelen kunnen de werking van Lonsurf® verminderen of de kans op bijwerkingen verhogen. Dat geldt ook voor kruiden, voedingssupplementen of geneesmiddelen die je zonder voorschrift kan kopen. Vermeld ook altijd aan je arts en apotheker met welke nieuwe geneesmiddelen je gestart bent sinds een vorige bevraging.

We kijken na of je thuismedicatie kan interageren met Lonsurf®. Als dat zo is, moet jouw thuismedicatie mogelijk aangepast worden. Dan brengen we jou daarvan op de hoogte.

05 BIJZONDERE VOORZORGSMATREGELEN

Neem dit geneesmiddel niet als je lactose-intolerant bent.

06 MAATREGELEN BIJ EEN VERGETEN DOSIS

- ▲ Als je een dosis Lonsurf® bent vergeten, sla die dan over. Neem geen dubbele dosis om een vergeten dosis in te halen. Neem de volgende dosis gewoon in op het geplande tijdstip.
- ▲ Bij braken vlak na de inname van Lonsurf®, hoef je jouw dosis niet opnieuw in te nemen. Neem de volgende dosis gewoon in op het geplande tijdstip.
- ▲ Meld een niet-ingenomen dosis altijd bij je volgende ziekenhuisbezoek.

07 VOORNAAMSTE BIJWERKINGEN

In deze folder geven we jou enkele handige tips om bijwerkingen te vermijden of te behandelen.

De **blauwe tekst met een !-icoontje** bevat tips die je kunnen helpen om bijwerkingen te verminderen of geeft aan wat je beter vermijdt bij een bepaalde klacht.

De **rode tekst met een !-icoontje** vertelt je welke klachten je in de gaten moet houden en wanneer je een arts of het ziekenhuis moet verwittigen.

Heb je nog vragen over een bepaalde klacht, noteer ze achteraan in deze folder. Bij een volgende consultatie bespreken we jouw vragen samen.



Telefoonnummers bij vragen of problemen:

- ▲ Verpleegkundig consulent digestieve oncologie: +32 332 19 50 (ma-vrij, tussen 9 en 12 uur)
- ▲ Kankercentrum: +32 9 332 55 25 (ma-vrij, tijdens diensturen)
- ▲ Je huisarts
- ▲ Spoed (enkel voor spoedeisende situaties): +32 9 332 50 24

Volgende bijwerkingen kan je ervaren:

▲ Vermoeidheid	6
▲ Reuk- en smaakveranderingen	7
▲ Misselijkheid en braken	8
▲ Diarree	9
▲ Verhoogd risico op infecties	11
▲ Ontsteking van het mondslijmvlies (orale mucositis)	12
▲ Haarverlies	13
▲ Invloed op seksualiteit en intimiteit	15
▲ Vruchtbaarheidsproblemen	16

Vermoeidheid

Vermoeidheid is een vaak voorkomende bijwerking bij kankerbehandelingen. Naast de behandeling kan ook de ziekte zelf vermoeidheid veroorzaken. Vaak voelen mensen zich niet alleen lichamelijk vermoeid, maar hebben ze ook minder energie op mentaal of sociaal vlak. Je kan je ook moe voelen zonder een (grote) inspanning te hebben gedaan. Vermoeidheid kan helaas een sterke impact hebben op je dagelijkse of sociale activiteiten. Het is dan ook geen banale klacht.

Hoe kan ik omgaan met vermoeidheid?

Streef naar een **goed evenwicht tussen (licht) bewegen en rusten**. Enkel als je je echt ziek of uitgeput voelt, mag je jezelf niet dwingen. Lukt het wel, dan raden we aan om zoveel mogelijk in beweging te blijven. Dat hoeft niet altijd intensief te zijn: wandelen of fietsen bijvoorbeeld, de (klein)kinderen afhalen van school, boodschappen te voet doen, de auto wat verder parkeren en het laatste eindje wandelen, de trap nemen in plaats van de lift ... Het kan allemaal helpen om je uithouding en kracht op peil te houden tijdens de behandeling.

In het UZ Gent organiseren we voor jou en je familie **infosessies** over 'vermoeidheid en kanker'. Vraag hierover meer informatie aan de verpleegkundige of aan het secretariaat van het Kankercentrum (tel. 09 332 55 25).

Je kan ook **mindfulness-sessies** volgen. Die therapie heeft haar nut aangetoond bij de aanpak van vermoeidheid. Voor meer informatie kan je terecht bij psycholoog Ingrid Jacobs (ingrid.jacobs@uzgent.be of tel. 09 332 54 08).

Vraag via onze Sociale dienst informatie over **thuishulp**. Thuishulpmedewerkers ondersteunen je tijdelijk bij huishoudelijke taken, boodschappen doen enz. Je arts of verpleegkundige kunnen je met de sociaal werker in contact brengen. Meer info vind je ook op www.uzgent.be.

Revalidatie

Je kan ook deelnemen aan **EU'REKA**, een bewegingsprogramma op maat onder begeleiding van een kinesitherapeut binnen het UZ Gent. Je kan het programma volgen tijdens of na je behandeling. Het bewegingsprogramma is aangepast aan jouw behoeften en capaciteiten. Heb je interesse, neem dan gerust contact op met Jörgen Van Bauwel (tel. 09 332 89 18) of kinesitherapie@uzgent.be.



Als je last hebt van extreme vermoeidheid, neem dan gerust contact op met de verpleegkundig consulent of psycholoog. Zij zoeken samen met jou naar een goede manier om met de vermoeidheid om te gaan.

Meer lezen over vermoeidheid

- ▲ www.allesoverkanker.be/vermoeidheid-bij-kanker
- ▲ www.kanker.be/fysieke-activiteit-bij-na-kanker

Je vindt ook concrete tips in de informatiebrochure van Kom op tegen Kanker '**Vermoeidheid bij en na kanker**'.

Reuk- en smaakveranderingen

Chemotherapie kan schade aan de slijmvliezen en speekselklieren veroorzaken met als gevolg pijn, smaakverlies, smaakveranderingen en speekseltekort. In bepaalde omstandigheden kunnen je smaakdrempels hoger of lager liggen dan vroeger. Je smaakwaarneming stemt niet meer overeen met je smaakgeheugen. Ondanks die klachten is het belangrijk om goed te blijven eten om je herstel te bevorderen.

De klachten zijn eigen aan de behandeling en verdwijnen geleidelijk na stopzetting ervan. Soms kunnen ook mond- en tandproblemen de klachten veroorzaken. **Ga dus voor de start van de chemotherapie naar je tandarts voor een algemene controle.**



TIPS

- ▲ Een goede mondhygiëne is belangrijk. Poets na iedere maaltijd je tanden of reinig dagelijks je tandprothese.
- ▲ Spoel voor en na de maaltijd je mond met water.
- ▲ Kauwen op een snoepje of suikervrije kauwgom kan de vieze smaak verminderen.
- ▲ Soms verdwijnt een vieze smaak even door iets met een sterke of pikante smaak te eten, bv. basilicum, rozemarijn, oregano, dragon, munt, curry, citroen ... Saus toevoegen kan ook (bv. zoetzure saus).
Opgelet: doe dat niet bij gevoelig of ontstoken mondslijmvlies.
- ▲ Bij sommige mensen veroorzaken sterk smakende voedingsmiddelen ook meer smaakafwijkingen.
- ▲ Drink minimum 1,5 liter per dag: water, bouillon, soep, melk, thee en vruchtensappen (geen citrus of pompelmoessap). Kies voor dranken die energie leveren, zeker als je gewicht verliest.
- ▲ Producten waarvan je echt een afkeer hebt gekregen, kan je beter weglaten. Vaak zijn dat gerechten met een sterke geur zoals gebraden of gebakken vlees, koffie, gefrituurde gerechten, broccoli, bloemkool, ui en spruitjes.
- ▲ Vervang vlees door vis, (koude) kip, vleeswaren, kaas, een eiergerecht of vegetarische producten of verwerk vlees in sauzen, zoals spaghetti saus.
- ▲ Als klassieke maaltijden (aardappelen, groente, vlees/vis) je niet meer smaken, kan je de warme maaltijd vervangen door een broodmaaltijd met hartig beleg, een melkdrink en fruit.
- ▲ Probeer een alternatief te vinden voor voedingsmiddelen of gerechten waar je een afkeer voor kreeg. Bijvoorbeeld warme chocolademelk in plaats van koffie, of warm vlees in plaats van koud vlees, vleesbeleg of vis.
- ▲ Als gekookte groenten je niet smaken, probeer dan een rauwkostsalade of drink een extra glas groente- of vruchtensap.
- ▲ Cosmetics, bloemen, tabaksrook en schoonmaakmiddelen roepen vaak afkeer op.
- ▲ Kies eventueel maaltijden met sterke smaken, maar eet niets tegen je zin.
- ▲ Breng afwisseling in de textuur van je voeding (vast, halfvast, vloeibaar).
- ▲ Eten is ook een sociaal gebeuren. Het kan helpen om samen met anderen te eten om minder stil te staan bij een veranderde smaak.
- ▲ Om smaakverlies te compenseren kan je extra suiker, zout en kruiden gebruiken.
- ▲ Zorg voor voldoende frisse lucht tijdens het koken als je last hebt van reukveranderingen.
- ▲ Voor meer gedetailleerde informatie kan je terecht bij de oncodiëtist.

LET OP

- ▲ Vermijd alcohol en roken: ze kunnen de smaakveranderingen nog erger maken.
- ▲ Vermijd maaltijden met een sterke geur (stoofpotjes, kolen, koffie ...).

Misselijkheid en braken

Het kan dat je als reactie op de behandeling misselijk bent of moet braken. De klachten verschillen sterk van persoon tot persoon, ook bij mensen die hetzelfde product toegediend krijgen. Bespreek die bijwerking met de arts en de verpleegkundige. Zij kunnen je helpen door eventueel antibraakmedicatie op te starten.

Wat kan je ervaren?

- ▲ Geen of een verminderde eetlust (ook door smaak- en/of geurveranderingen)
- ▲ Oprispingen
- ▲ Braakneigingen
- ▲ Een zwaar of opgeblazen gevoel in de maag



VOEDINGSTIPS

- ▲ Probeer voldoende te drinken. Als je te weinig drinkt en te veel vocht verliest door o.a. braken, moet je contact opnemen met je arts. Te weinig drinken kan het gevoel van misselijkheid erger maken.
- ▲ Drink ook energierijke dranken zoals melk, frisdrank, soep ...
- ▲ Gember toevoegen aan de maaltijd of verwerken in thee kan klachten van misselijkheid verminderen.
- ▲ Drink met kleine slokjes.
- ▲ Probeer verschillende keren per dag kleinere porties te eten.

ALGEMEEN ADVIES

- ▲ Neem je voorgeschreven medicatie stipt in. Zo kan je misselijkheid voorkomen.
- ▲ Zorg voor een goede mond- en tandhygiëne.
- ▲ Eet traag en kauw goed.
- ▲ Eet waar je zin in hebt.
- ▲ Eet wanneer de misselijkheid het minst erg is.
- ▲ Stop met eten als de misselijkheid erger wordt en probeer het op een later tijdstip opnieuw.
- ▲ Je kan altijd hulp vragen aan de oncodiëtist.
- ▲ Zorg voor voldoende frisse lucht.

TIPS BIJ BRAKEN

- ▲ Bij braakneigingen of gevoel van braken adem je het best langzaam en diep in via de neus. Dat kan de klachten verminderen.
- ▲ Bij braken spoel je je mond met koud water. Wacht één tot twee uur met eten.
- ▲ Zorg voor afleiding: relaxatieoefeningen kunnen ook helpen tegen misselijkheid.
- ▲ Zorg voor voldoende frisse lucht.

LET OP

- ▲ Drink niet te veel voor of na de maaltijd.
 - ▲ Probeer storende geuren die de misselijkheid kunnen verergeren te vermijden: etensgeuren, kruiden, specerijen, parfums, schoonmaakmiddelen, bloemengeuren ...
 - ▲ Ga niet onmiddellijk na de maaltijd liggen: een halfzittende houding is beter.
 - ▲ Dwing jezelf niet om te eten.
-



Meld deze klacht altijd aan je arts en vraag naar bijkomende medicatie. Als je geen last hebt van misselijkheid of braken, denk dan niet dat de chemotherapie minder werkt. Er bestaat geen relatie tussen misselijkheid en effectiviteit van de behandeling.

Heb je nog vragen over deze bijwerking, neem dan contact op met onze diëtisten. Meer informatie vind je op www.uzgent.be/kankercentrum.

Meer lezen over misselijkheid en braken

- ▲ www.allesoverkanker.be/leven-met-kanker/misselijkheid
- ▲ www.voedingenkankerinfo.nl/wat-kan-ik-het-beste-eten-en-drinken-als-ik-misselijk-ben

Diarree

Diarree is een dunne, waterige ontlasting die vaker voorkomt dan je gewoon bent. Van zodra je last hebt van diarree, meld je dat aan de verpleegkundige of arts. Bij diarree tot vier keer per dag moet je **voldoende drinken** (2 tot 3 liter per dag).

Als je last hebt van **waterige diarree zonder koorts**, mag je **loperamide (Imodium®)** nemen. Bij de eerste diarree-aanval mag je twee Imodium®-tabletten innemen, daarna telkens één tablet bij iedere losse stoelgang (tot maximaal acht tabletten per dag). Neem nooit loperamide (Imodium®) om de diarree voor te zijn.

Soms zijn andere geneesmiddelen aangewezen om de diarree onder controle te krijgen. Contacteer je arts en/of verpleegkundige bij diarree en verwittig meteen het ziekenhuis als een bestaande diarree verergert.

Wat kan je ervaren?

- ▲ Zachte tot vloeibare stoelgang, verlies van stoelgang
- ▲ Buikpijn, krampen
- ▲ Slijm of bloed in de stoelgang
- ▲ Teken van uitdroging: dorstgevoel, een droge mond, een droge of gerimpelde huid, donkere urine
- ▲ Gewichtsverlies



TIPS

- ▲ Diarree gaat gepaard met verlies van zout en vocht. Gebruik extra zout en drink voldoende water of sportdranken (bijvoorbeeld Aquarius®), zodat je genoeg vocht opneemt (2 tot 3 liter per dag).
- ▲ Spreid de maaltijden over de dag (5 tot 6 keer per dag) en sla geen maaltijden over.
- ▲ Kauw goed.
- ▲ Kies voor voedingsmiddelen met oplosbare vezels zoals witte rijst, wit brood, havermout, bananen, appelmoes of fruit in blik.
- ▲ Zorg voor voldoende aanbreng van energie en eiwitten. Eet vlees, vis, eieren, kaas en vollemelkproducten.
- ▲ Vervang aardappelen regelmatig door witte pasta of witte rijst.
- ▲ Schil en ontpit het fruit. Eet beter geen druiven, abrikozen, perziken, pruimen, kiwi, ananas en gedroogd fruit.
- ▲ Het slijmvlies van de sluitspier kan geïrriteerd raken door de diarree. Gebruik daarom zacht toiletpapier of een washandje. Zorg voor een goede lichaamshygiëne en breng een doorzichtige barrièrecrème aan (bv. Avène Cicalfate, Cavilon™, Aldanex™ of Proshield Plus) rond de sluitspier om de huid te beschermen.
- ▲ Controleer regelmatig of je urine niet te donker is. Donkere urine kan op uitdroging wijzen.
- ▲ Weeg jezelf één keer per week om je gewicht op te volgen.
- ▲ Bespreek met je arts of je medicatie mag nemen bij diarree.

LET OP

- ▲ Vermijd bruisende dranken, cafeïnehoudende dranken en alcohol om prikkeling van de darmen te voorkomen.
- ▲ Beperk voedingsmiddelen met onoplosbare vezels, zoals rogge- en volkorenbrood, granen, muesli, bonen, erwten en rauwe groenten.
- ▲ Eet beter geen groenten met harde nerven, zoals kolen (met uitzondering van bloemkool en broccoli), rode paprika, spinazie, asperges, erwten, maïs, peulvruchten en noten.
- ▲ Vermijd voedingsmiddelen die de darmslijmvliesen irriteren, zoals sterke kruiden en specerijen (bv. curry, chili, look ...).
- ▲ Vermijd zoetstoffen, vooral producten die sorbitol bevatten (snoepgoed en kauwgom).



Als de diarree ondanks de medicatie toch aanhoudt of verergert (vier tot zes keer per dag) en als je ook last hebt van buikkrampen of bloed in de stoelgang, neem dan contact op met je arts.

Verhoogd risico op infecties

De witte bloedcellen staan in voor de immuniteit. Een daling van het aantal witte bloedcellen kan dus tijdelijk de weerstand van je lichaam verminderen. Het risico op infecties is dan groter. We noemen dat ook wel neutropenie.

Voor de start van elke cyclus plannen we een bloedafname om de bloedcelaanmaak te controleren. Volg tijdens een risicoperiode onderstaand advies op en bescherm jezelf tegen infecties.

De witte bloedcellen herstellen zich spontaan, maar als dat nog onvoldoende het geval is, stellen we de behandeling soms korte tijd uit. Zo krijgen je bloedcellen meer tijd om te herstellen.

Wat kan je ervaren bij een daling van het aantal witte bloedcellen?

- ▲ Koorts (meer dan 38,5°C), zweten, koude rillingen
- ▲ Ziek of uitgeput gevoel, hoofdpijn
- ▲ Teken van een infectie:
 - keelpijn of afters in de mond, hoesten, een verstopte neus
 - branderig gevoel bij het plassen, slecht ruikende urine
 - roodheid, zwelling, ettervorming (lokale infectie)

Het is ook mogelijk dat je helemaal geen symptomen ervaart bij een daling van de witte bloedcellen.



ADVIES BIJ NEUTROPENIE

- ▲ Meet je lichaamstemperatuur bij rillingen of als je je ziek voelt.
- ▲ Verwittig bij koorts (vanaf 38,5°C) het ziekenhuis of je huisarts!
- ▲ Voorkom wondjes en verzorg opgelopen wondjes zodat ze niet ontsteken.
- ▲ Draag handschoenen om in de tuin te werken.
- ▲ Zorg voor een goede mondhygiëne.
- ▲ Was je handen regelmatig, zeker voor het eten en na het toiletbezoek.
- ▲ Bespreek met je arts of je een griepvaccin nodig hebt en wanneer dat het best wordt toegediend.

LET OP

- ▲ Vermijd contact met grote groepen mensen of zieke mensen.
- ▲ Vermijd drukbevolkte plaatsen (markt, bioscoop, winkels, openbaar vervoer ...).
- ▲ Let op voor kinderen met typische kinderziektes. Je bent op dit moment vatbaarder om ook ziek te worden.
- ▲ Ga niet zwemmen.
- ▲ Vermijd contact met uitwerpselen van huisdieren.



Bij koorts vanaf 38,5°C moet je het ziekenhuis of je huisarts verwittigen.

Meer lezen over neutropenie

- ▲ www.allesoverkanker.be/bijwerkingen-chemotherapie-en-hoe-ermee-omgaan
> gedaald aantal bloedcellen

Ontsteking van het mondslijmvlies (orale mucositis)

Chemotherapie tast ook gezonde cellen aan. Dat kan bijwerkingen veroorzaken zoals de aantasting van de slijmvliezen in de mond. Een goede mondhygiëne is daarom cruciaal om mondproblemen te voorkomen en te behandelen.

We raden aan om voor de start van je behandeling een bezoek te brengen aan je tandarts. Dat kan problemen voorkomen tijdens de behandeling. Laat geen ingrepen door de tandarts uitvoeren tijdens de behandelingsperiode, zonder overleg met de oncoloog.

Wat is orale mucositis?

Orale mucositis is een pijnlijke ontsteking van het mondslijmvlies, met een rode, gezwollen en aangetaste mond en tong tot gevolg. De aandoening kent verschillende gradaties van ernst. Hoe hoger de mucositisgraad, hoe meer last je ondervindt.

Mucositisgraad	Symptomen
Graad 0	In de mond is alles nog perfect normaal, geen klachten.
Graad 1	Roodheid, gevoeligheid in de mond.
Graad 2	Pijnlijke, zichtbare aantasting van het mondslijmvlies, soms roodheid. Normaal eten is mogelijk.
Graad 3	Heel pijnlijke, uitgebreide aantasting van het mondslijmvlies. Vloeibare voeding is mogelijk.
Graad 4	Heel sterke aantasting van het mondslijmvlies met uitgebreide letsels in de mond; heel pijnlijk. Inname van voeding is onmogelijk.

Tijdens je behandeling inspecteert de (tand)arts of verpleegkundige je mond regelmatig met een lampje.

Heb je pijn of open wondjes in de mond, neem dan altijd contact op met de verpleegkundige. De pijnlijke zones in je mond kunnen we verhelpen met een **laserbehandeling**. Dat is pijnloos en gebeurt op voorschrift van de arts. Meer informatie vind je in de brochure 'Lasertherapie voor de behandeling van orale mucositis' op www.uzgent.be/folders-kankercentrum in de rubriek 'Algemeen'.



TIPS VOOR EEN GOEDE MONDHYGIËNE

- ▲ Poets je tanden na elke maaltijd, minstens twee keer per dag.
- ▲ Poets je tanden altijd met een mediumzachte tandenborstel. Poets twee minuten lang met kleine draaiende bewegingen.
- ▲ Gebruik een fluoridehoudende milde tandpasta.
- ▲ Vervang je tandenborstel bij tekenen van slijtage (haren naar buiten).
- ▲ Wacht minstens een halfuur na de maaltijd voor je de tanden poetst.
- ▲ Spoel de tandenborstel grondig na en bewaar hem droog met de borstelkop naar boven.
- ▲ Spoel je mond regelmatig met water. Dat voorkomt uitdroging van de slijmvliezen en zorgt voor een zuivere mond.
- ▲ Hou je lippen vochtig met een lippenbalsem.
- ▲ Drink voldoende.
- ▲ Vermijd tandpasta met een blekende werking voor wittere tanden.

TIPS VOOR EEN GOEDE MONDHYGIËNE MET PROTHESE

- Spoel de prothese na elke maaltijd af onder stromend water.
- Reinig je kunstgebit minstens één keer per dag met zeep en spoel het nadien goed af.
- Neem de prothese 's nachts en enkele uren per dag uit je mond. Zo krijgt je mondslijmvlies wat rust.
- Bewaar je gebitsprothese altijd op een droge plaats en reinig ze voor je ze weer in je mond steekt.
- Bij afters of ontstekingen laat je de prothese het best uit en neem je contact op met je arts.



Contacteer bij pijn of letsels in de mond je arts of verpleegkundig consulent. Zij geven je graag advies rond het gebruik van een mondspoelmiddel.

Haarverlies

Heel wat behandelingen met chemotherapie beschadigen ook het haar. Het is mogelijk dat je haar **uitdunt** doorheen de therapie. In zeldzame gevallen treedt volledig haarverlies op. Sommige mensen voelen pijn in de hoofdhuid rond de periode van het haarverlies. Op het einde van de chemotherapie kan je ook je wenkbrauwen, wimpers, oksel- en schaamhaar (gedeeltelijk) verliezen. Die bijwerking is tijdelijk.

Vooraf je haar kort laten knippen is niet nodig. Ga wel tijdig naar een speciaalzaak voor een **pruik**, als je dat wenst. Vraag een brochure met adressen van speciaalzaken in jouw buurt aan de verpleegkundige of Sociale dienst. Vraag bij de start van de chemotherapie een attest voor een pruik aan je arts en bezorg dat aan je ziekenfonds. Meer informatie vind je op www.uzgent.be/kankercentrum.

Tijdens de chemotherapie kan er een soort donshaar verschijnen. Je **verwijdert dat donshaar** beter om je haar mooi en snel terug te laten groeien na de laatste chemokuur. Na drie tot zes maanden heb je dan weer een haardos van een paar centimeter. Soms kan de kleur of de structuur van je haren wat veranderen.

Heel wat patiënten vinden het verliezen van hun haar mentaal heel zwaar. De confrontatie met haar dat op je kussen achterblijft of haren in je haarborstel is lastig, zelfs al ben je hierop voorbereid.



TIPS VÓÓR HET HAARVERLIES

- Het ziekenfonds voorziet een tussenkomst voor mensen met tijdelijk haarverlies als gevolg van hun behandeling. Ook sommige hospitalisatieverzekeringen komen hierin tussen. Informeer je hierover voor je een pruik koopt.
- Je kan kiezen voor een pruik, een mutsje of sjaaltjes. Kies vooral waar jij je het best bij voelt.
- Laat je goed informeren over de soorten pruiken, hun prijs en het onderhoud. Er bestaan grote prijsverschillen.
- Als je vragen hebt over de prijzen en tegemoetkomingen, kan je terecht bij de medewerkers van de Sociale dienst.
- Ga voor de start van de chemotherapie naar een speciaalzaak als je een pruik wil. Zo kan je een exemplaar kiezen dat bij je past en goed lijkt op je natuurlijke haar.

TIPS TIJDENS HET HAARVERLIES

- Spreek af met de kapper wanneer je je het best kaal laat scheren. Veel patiënten doen dat zodra het haar met plukken uitvalt.
- Leg een handdoek op je hoofdkussen. Als je opstaat kan je de handdoek dichtvouwen en alle haartjes in één keer verwijderen.
- Kam of borstel je haar niet te veel en gebruik een zachte borstel of kam met ver uit elkaar staande tanden. Begin altijd onderaan te kammen en eindig bovenaan.
- Vermijd kleurshampoos, bleekproducten, permanenten, krulspelden, haarspray en elektrische haardrogers voor en tijdens de eerste cyclus.
- Gebruik niet te veel shampoo en was je haar om de 4 tot 7 dagen.

TIPS NA HET HAARVERLIES

- Na het haarverlies is je hoofdhuid gevoelig en droog. Verzorg je hoofdhuid met een milde shampoo of douchegeel.
- Breng een hydraterende crème aan om de hoofdhuid tegen uitdrogen te beschermen.
- Draag bij koud weer je pruik, een muts of een sjaaltje. Via het hoofd verliezen we heel wat lichaamswarmte.
- Als je haren terug groeien en je wil ze kleuren, gebruik dan de eerste keer een kleurshampoo met natuurlijke producten. Daarna mag je de gewone producten weer gebruiken.

LET OP

- Vermijd zon tijdens de behandeling en gebruik een zonnecrème met een beschermingsfactor 50.
 - Breng de zonnecrème aan 30 minuten vóór je in de zon gaat en herhaal dat om de twee uur.
-

 **Meer lezen over haarverlies en schoonheidstips**

www.kanker.be/publicatie/goed-verzorgd-beter-gevoel-gids-met-schoonheidstips

Invloed op seksualiteit en intimiteit

Voor veel mensen is intimiteit en seksualiteit belangrijk voor hun levenskwaliteit. De ziekte, de mogelijke bijwerkingen van de behandeling en sommige medicijnen kunnen een invloed hebben op de seksualiteitsbeleving. Wat er verandert verschilt van persoon tot persoon. Probeer eventuele veranderingen of problemen bespreekbaar te maken met je partner of zorgverleners.

Meer informatie vind je in jouw zorgmap (hoofdstuk 6 – specifieke zorg).

Anticonceptie

We raden je aan om tot zeven dagen na de toediening van de chemoprodukten een **condoom** te gebruiken bij het vrijen. Restanten van de medicatie zitten ook in de slijmvliesen en je partner komt hier beter niet mee in contact. Als je **hormoontherapie** krijgt, moet je met je arts bespreken welk soort voorbehoedsmiddel je mag gebruiken. Sommige anticonceptiepillen kunnen namelijk de werking van de hormoontherapie beïnvloeden.

Tijdens je behandeling word je beter niet zwanger. De behandeling kan schadelijk zijn voor de baby.



TIPS

- ▲ Persoonlijke hygiëne blijft heel belangrijk, ook bij het knuffelen en vrijen.
- ▲ Aandacht besteden aan je uiterlijk kan een positieve invloed hebben op je zelfvertrouwen.
- ▲ Probeer met je partner te blijven praten over intimiteit en seksualiteit. Geef aan welke handelingen je wel of niet aankan of fijn vindt.
- ▲ Een centrale katheter of verbanden zijn meestal geen belemmering om te knuffelen of te vrijen.
- ▲ Bij een te laag aantal bloedplaatjes en bij drogere slijmvliesen raden we een glijmiddel (op waterbasis) aan.
- ▲ Bespreek orgasme- en erectieproblemen met je behandelende arts of verpleegkundige. Zij kunnen je helpen of eventueel doorverwijzen.
- ▲ Ook medicatie kan een invloed hebben op je seksuele beleving. Bespreek dat met je apotheker of behandelend arts.

Problemen met seksualiteit, zowel op lichamelijk als op emotioneel vlak, kan je bespreken met de arts, verpleegkundige of psycholoog. Als je dat wil, kan je ook terecht bij de seksuoloog van het ziekenhuis (tel. 09 332 60 23).

Of stel je vragen via kanker_en_seksualiteit@uzgent.be. Meer info vind je op www.uzgent.be/kankercentrum.

Meer lezen over kanker en seksualiteit

- ▲ www.allesoverkanker.be/definities/wat-is-de-impact-van-chemotherapie-op-je-seksleven
- ▲ www.kanker.be/alles-over-kanker/jongeren-en-kanker/bijwerkingen/kanker-en-seksualiteit

Vruchtbaarheidsproblemen

De ziekte, de eventuele bijwerkingen van de behandeling en het gebruik van bepaalde medicatie kunnen een verminderde of blijvende onvruchtbaarheid veroorzaken. Chemotherapie is bedoeld om kankercellen te vernietigen. Maar ook gezonde cellen kunnen vernietigd raken, zoals de eicellen en zaadcellen. De uiteindelijke schade is afhankelijk van de dosis en het type chemotherapie dat je krijgt. Als je een kinderwens hebt, moet je hier zeker voor de start van je behandeling met je arts over spreken.



ADVIES

- ▲ Overleg met je arts welke consequenties de behandeling heeft voor je vruchtbaarheid.
- ▲ Een zwangerschap tijdens de behandeling raden we af omdat die schadelijk kan zijn voor de baby. Hou er rekening mee dat je nog vruchtbaar kan zijn tijdens en na je behandeling. Gebruik daarom passende voorbehoedsmiddelen.
- ▲ Bespreek problemen of een eventuele kinderwens met je arts of verpleegkundige.

Meer lezen over vruchtbaarheidsproblemen

Meer uitgebreide informatie over (on)vruchtbaarheid bij kanker vind je in de informatiebrochures 'Vruchtbaarheid bij vrouwelijke patiënten met kanker' en 'Effect van oncologische therapie op de mannelijke vruchtbaarheid' op www.uzgent.be/folders-kankercentrum.

08 WANNEER MOET IK CONTACT OPNEMEN MET HET ZIEKENHUIS?

- ▲ Als je koorts hebt vanaf 38,5°C.
- ▲ Bij tekenen van een infectie.
- ▲ Als je niet of onvoldoende kan eten en/of drinken.
- ▲ Als je meer dan drie dagen braakt of als je meer dan drie keer per dag braakt.
- ▲ Als je een pijnlijke en gezwollen maag hebt.
- ▲ Als je tekenen van uitdroging vertoont (dorstgevoel, droge huid, weinig plassen).
- ▲ Als je op korte tijd veel vermagert.
- ▲ Als je pijn of bloedingen in je mond hebt.
- ▲ Als je koorts hebt die gepaard gaat met mondklachten.
- ▲ Als je last hebt van pijn tijdens de ontlasting en je stoelgang hard is.
- ▲ Bij aanhoudende diarree.
- ▲ Als je last hebt van een opgezette buik.
- ▲ Als je buikpijn of buikkrampen hebt.
- ▲ Als je je erg misselijk voelt en moet braken.
- ▲ Als je pijn op de borst ervaart.
- ▲ Als je geelzucht ontwikkelt (oogwit of huid ziet er gelig uit, ontkleurde ontlasting, donkere urine, jeuk).

09 BEWARING

Bewaar dit geneesmiddel buiten het bereik van kinderen en huisdieren. Lonsurf® mag je op kamertemperatuur bewaren, maar let op voor vocht en direct zonlicht.

10 WAAR VERKRIJGBAAR?

Dit geneesmiddel is **enkel verkrijgbaar op voorschrift in de ziekenhuisapothek van het UZ Gent** (ingang 12, route 1570). Breng je identiteitskaart mee als je het geneesmiddel komt afhalen. Lonsurf® wordt volledig terugbetaald door de ziekteverzekering.

Openingsuren ziekenhuisapothek:

- ▲ weekdays: van 8 tot 20 uur
- ▲ zaterdag: van 8 tot 12 uur en van 13 tot 16.30 uur
- ▲ zondag: van 8 tot 13 uur
- ▲ feestdagen:
 - maandag, vrijdag of zaterdag: van 8 tot 16.30 uur
 - dinsdag, woensdag, donderdag of zondag: van 8 tot 13 uur

Contactgegevens ziekenhuisapothek:

Tel. +32 9 332 32 41

apothek.info@uzgent.be

11 DOSERINGSSCHEMA

Ochtenddosering: _____ mg/ _____ mg
 _____ tabletten van 15 mg/6,14 mg
 _____ tabletten van 20 mg/8,19 mg

Avonddosering: _____ mg/ _____ mg
 _____ tabletten van 15 mg/6,14 mg
 _____ tabletten van 20 mg/8,19 mg

Start week 1: _____ / _____ / _____

Start week 2: _____ / _____ / _____

WEEK 1	Dag 1 ____ / ____	Dag 2 ____ / ____	Dag 3 ____ / ____	Dag 4 ____ / ____	Dag 5 ____ / ____	Dag 6 ____ / ____	Dag 7 ____ / ____
ochtend	X	X	X	X	X	rust	rust
avond	X	X	X	X	X	rust	rust

WEEK 2	Dag 8 ____ / ____	Dag 9 ____ / ____	Dag 10 ____ / ____	Dag 11 ____ / ____	Dag 12 ____ / ____	Dag 13 ____ / ____	Dag 14 ____ / ____
ochtend	X	X	X	X	X	rust	rust
avond	X	X	X	X	X	rust	rust

WEEK 3	Dag 15 ____ / ____	Dag 16 ____ / ____	Dag 17 ____ / ____	Dag 18 ____ / ____	Dag 19 ____ / ____	Dag 20 ____ / ____	Dag 21 ____ / ____
ochtend	rust	rust	rust	rust	rust	rust	rust
avond	rust	rust	rust	rust	rust	rust	rust

WEEK 4	Dag 22 ____ / ____	Dag 23 ____ / ____	Dag 24 ____ / ____	Dag 25 ____ / ____	Dag 26 ____ / ____	Dag 27 ____ / ____	Dag 28 ____ / ____
ochtend	rust	rust	rust	rust	rust	rust	STOP
avond	rust	rust	rust	rust	rust	rust	STOP

Wil je deze folder of andere documentatie over jouw behandeling digitaal bekijken?

Je vindt alle info op www.uzgent.be/folders-kankercentrum onder de rubriek 'digestieve oncologie'.

VRAGEN? NOTEER ZE HIER

