

JOUW BEHANDELING MET HYDROXYCARBAMIDE

INHOUD

01	Inleiding	3
02	Wat doet dit geneesmiddel?	3
03	Inname	4
04	Aandachtspunten bij inname van hydroxycarbamide	4
05	Maatregelen bij afwijkende inname van de medicatie	5
06	Bewaring	5
07	Bijwerkingen	6
08	Waar verkrijgbaar?	11
09	Bijwerkingen door het gebruik van corticoïden	12
10	Enkele interessante websites	13
11	Wanneer moet ik contact opnemen met het ziekenhuis?	13

01 INLEIDING

In deze brochure kan je bijkomende informatie terugvinden over hydroxycarbamide (Hydrea®), geven we enkele handige tips om bijwerkingen te vermijden of te behandelen en vermelden we wanneer je best de arts of de verpleegkundig specialist contacteert. Zij geven je graag meer uitleg, dus contacteer hen gerust.

De verpleegkundig specialist volgt je samen met je behandelende arts op. Dit kan via een verpleegkundig spreekuur op de consultatie of telefonisch. Tijdens dit verpleegkundig spreekuur krijg je meer uitleg over je behandeling, krijg je advies bij eventuele bijwerkingen en kan je vragen stellen. Bij de verpleegkundig specialist kan je ook terecht voor psychosociale ondersteuning en begeleiding.

02 WAT DOET DIT GENEESMIDDEL?

Hydroxycarbamide is het werkzame bestandsdeel van Hydrea®.

Hydroxycarbamide is een zogenoemde 'antimetabool' omdat het de werking en groei van tumorcellen remt en tumorcellen vernietigt. De behandeling is een vorm van chemotherapie. De meeste mensen verdragen de therapie goed en ondervinden weinig bijwerkingen.

03 INNAME

Hydroxycarbamide neem je dagelijks in de vorm van capsules van 500 mg. Je arts bepaalt de dosis. De voorgeschreven dosis bedraagt doorgaans tussen 1000 en 2000 mg/dag (2 tot 4 capsules gelijktijdig in te nemen).

De dagelijkse inname loopt continu door en er zijn geen 'rustdagen'. De duur van de therapie hangt af van het effect van de therapie en hoe je de therapie verdraagt. **Om de vier weken kom je op controle** voor een bloedafname en klinisch nazicht door je behandelende arts. De medicatie kan je afhalen in de thuisapotheek.



Wijzig de dosering of stop de behandeling nooit op eigen houtje! Neem altijd de dosering die je arts heeft voorgeschreven. Als je problemen ondervindt bij de inname van je medicatie, neem je contact op met je behandelende team.

04 AANDACHTSPUNTEN BIJ INNAME VAN HYDROXYCARBAMIDE

Belang van een juiste inname van je medicatie

Hydroxycarbamide moet je dagelijks innemen. Zo werkt het geneesmiddel het meest doeltreffend en is de slaagkans optimaal. Van zodra je bijwerkingen ervaart, neem je meteen contact op met je arts, verpleegkundig consulent/specialist of de apotheker.

- ▲ Neem de medicatie elke dag op hetzelfde moment.
- ▲ Slik de capsules geheel door zonder te pletten of te kauwen.
- ▲ Hydroxycarbamide mag je zowel met als zonder voedsel innemen, maar bij voorkeur bij de maaltijd om het risico op misselijkheid te beperken.
- ▲ Was je handen altijd goed met water en zeep na de inname van de capsules.
- ▲ Wanneer iemand anders de medicatie klaarzet, dan mag die het geneesmiddel niet of zo weinig mogelijk aanraken met de blote handen. Gebeurt dat toch, dan moet die persoon de handen goed wassen.
- ▲ Bij de opstart van hydroxycarbamide kan je duizeligheid ervaren. Daardoor is waakzaamheid geboden bij het autorijden.

05 MAATREGELEN BIJ AFWIJKENDE INNAME VAN DE MEDICATIE

Wat na een vergeten dosis?

- ▶ Als je vergeten bent om een dosis hydroxycarbamide in te nemen, neem je die niet later in. Je neemt dan gewoon de volgende dosis in de dag daarna volgens het schema.
- ▶ **Neem geen dubbele dosis** om de vergeten dosis in te halen!

Als je meerdere dosissen hebt gemist, ga dan verder met de behandeling zoals die is voorgeschreven en informeer zeker je arts hierover.

Wat als je te veel tabletten hebt ingenomen?

Als je per vergissing te veel hydroxycarbamide hebt ingenomen of iemand anders heeft je medicatie ingenomen, neem dan altijd contact op met je huisarts, de spoedafdeling van het ziekenhuis of het antigifcentrum (tel. 070 245 245) voor advies.

Wat bij braken?

Als je moet braken na het innemen van hydroxycarbamide neem dan géén nieuwe capsule.

06 BEWARING

- ▶ Hydroxycarbamide moet je in de oorspronkelijke verpakking bewaren op kamertemperatuur. Laat de medicatie in de originele verpakking tot je ze inneemt om ze te beschermen tegen het licht en vochtigheid.
- ▶ Bewaar de medicatie zeker op een veilige plaats, buiten het zicht en het bereik van kinderen.
- ▶ Spoel geneesmiddelen niet door de gootsteen of het toilet en gooi ze niet in de vuilnisbak. Gebruik de medicatie niet meer na de uiterste houdbaarheidsdatum. Die datum staat op het doosje bij "EXP".



Als je hydroxycarbamide niet meer moet gebruiken, breng dan de overige tabletten naar je arts of apotheker. Gooi ze niet in de vuilnisbak!

07 BIJWERKINGEN

Het is mogelijk dat er tijdens de behandeling bijwerkingen optreden. De intensiteit en aard van die bijwerkingen verschillen van persoon tot persoon. Hydroxycarbamide wordt meestal goed verdragen zonder ongemakken.

Breng altijd je arts, verpleegkundige of apotheker op de hoogte als je bijwerkingen ervaart. Zij geven je advies om de klachten te verminderen of te behandelen.

Je hoeft niet ongerust te zijn als je weinig nevenwerkingen ervaart. Dit betekent zeker niet dat de therapie onvoldoende of niet werkt.

Volgende bijwerkingen kunnen optreden:

▲ daling van het aantal witte bloedcellen (neutropenie)	6
▲ daling van het aantal rode bloedcellen (bloedarmoede)	7
▲ daling van het aantal bloedplaatjes (trombocytopenie)	8
▲ vermoeidheid	8
▲ veranderingen aan de huid	10
▲ invloed op seksualiteit en intimiteit	11

Daling van het aantal witte bloedcellen (neutropenie)

De witte bloedcellen staan in voor de immuniteit. Een daling van het aantal witte bloedcellen kan tijdelijk de weerstand van je lichaam verminderen. Het risico op infecties is dan groter. Je kan hier zelf niets tegen beginnen. Volg de adviezen hieronder en bescherm jezelf tegen infecties.

Als je koorts hebt tijdens de behandeling met chemotherapie, laat je dan altijd nakijken door een arts. Er moet een bloedafname gebeuren om uit te sluiten dat deze koorts te maken heeft met een laag aantal witte bloedcellen (neutrofielen). Heb je een laag aantal neutrofielen en koorts, dan is dit een reden voor een ziekenhuisopname waarbij je intraveneus antibiotica toegediend krijgt.

Wat kan je opmerken?

- ▲ Je hebt last van koorts (> 38°C), zweten, koude rillingen.
- ▲ Je voelt je ziek, hebt hoofdpijn, voelt je uitgeput.
- ▲ Je hebt diarree, buikpijn, pijn aan de sluitspier.
- ▲ Teken van een infectie:
 - Je hebt last van vaginale jeuk.
 - Je hebt een toenemende en gekleurde vaginale afscheiding.
 - Je hebt keelpijn of afters in de mond, je hoest, je hebt een verstopte neus.
 - Je hebt een branderig gevoel bij het plassen, slecht ruikende urine.
 - Je hebt last van roodheid, zwelling, ettervorming (lokale infectie).

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



ADVIEZEN BIJ NEUTROPENIE

- ▲ Meet je lichaamstemperatuur bij rillingen of als je je ziek voelt. Verwittig bij koorts (vanaf 38°C) het ziekenhuis of je huisarts!
- ▲ Meet bij koorts om het uur je temperatuur. Neem niet onmiddellijk medicatie zodat je het verloop van de koorts kan meten. Meet je twee keer een temperatuur van meer dan 38°C, neem dan contact op met het ziekenhuis.
- ▲ 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 al dan niet een griepvaccin nodig hebt en wanneer dit best wordt toegediend.

LET OP

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



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

Daling van het aantal rode bloedcellen (anemie)

Je behandeling kan een daling van het aantal rode bloedcellen veroorzaken (bloedarmoede of anemie).

Rode bloedcellen zorgen voor het transport van zuurstof naar weefsels en organen. Een tekort aan rode bloedcellen kan vermoeidheid, duizeligheid of futloosheid veroorzaken. Dit is een tijdelijke bijwerking waar je zelf niets tegen kan beginnen. De aanmaak van rode bloedcellen herstelt zich spontaan.

In sommige gevallen kan je arts beslissen dat een bijkomende behandeling nodig is om het tekort aan rode bloedcellen op te vangen. Deze behandeling kan bestaan uit een bloedtransfusie of een inspuiting met erytropoëtine (EPO). Dit product bevordert de aanmaak van rode bloedcellen. Je arts kan ook **ijzertabletten** voorschrijven of ijzer via een infuus laten toedienen. Een behandeling met **ijzertabletten maakt de stoelgang zwart en kan voor constipatie zorgen**.

Wat kan je opmerken?

- ▲ Je voelt je vermoeid of futloos.
- ▲ Je bent duizelig.
- ▲ Je bent kortademig.
- ▲ Je hebt hartkloppingen.
- ▲ Je ziet zwarte vlekken voor de ogen.
- ▲ Je ziet bleek.



Bij het optreden van bovenstaande klachten moet je contact opnemen met je arts.

Daling van het aantal bloedplaatjes (trombocytopenie)

Bloedplaatjes zorgen voor de bloedstolling. Door chemotherapie kunnen deze bloedplaatjes in aantal verminderen en stolt je bloed minder snel. Dit noemen we ook trombocytopenie.

Wat kan je opmerken?

- ▲ Neusbloedingen duren langer.
- ▲ Je hebt blauwe plekken of rode/paarse, speldenknopgrote vlekjes op de huid (petechiën of puntbloedinkjes).
- ▲ Je ontdekt bloed bij urineren of bloed in de stoelgang.
- ▲ Je ontdekt bloed bij het hoesten of braken.
- ▲ Je hebt last van bloedend tandvlees.
- ▲ Je hebt meer bloedverlies tijdens de menstruatie.
- ▲ Je hebt last van spontane bloedingen.
- ▲ Je hebt aanhoudende of oplopende hoofdpijn.



ADVIEZEN BIJ TE WEINIG BLOEDPLAATJES

- ▲ Gebruik bij voorkeur een mediumzachte tandenborstel bij tandenpoetsen.
- ▲ Snuit je neus zachtjes.
- ▲ Draag handschoenen als je klust of tuiniert.
- ▲ Je menstruatie kan heviger zijn, maar kan tijdens de chemotherapie soms ook wegblijven.

LET OP

- ▲ Probeer kwetsuren te vermijden: die kunnen een bloeding veroorzaken.
- ▲ Scheer je liever met een elektrisch apparaat dan met scheermesjes.



Als je bloed opmerkt in je urine of spontane bloedingen hebt, moet je contact opnemen met je arts.

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 ook op mentaal of sociaal vlak kan het je aan energie ontbreken. Je kan je ook moe voelen zonder een (grote) inspanning te hebben gedaan. Vermoeidheid kan helaas ook een sterke impact hebben op je dagelijkse of sociale activiteiten. Het is dan ook geen banale klacht.

Voor meer concrete tips verwijzen we naar de informatiebrochure van Kom op tegen Kanker '**Vermoeidheid bij en na kanker**' en www.allesoverkanker.be/vermoeidheid-bij-kanker.

Wat kan je opmerken?

- ▲ Je voelt je algemeen zwak.
- ▲ Je ledematen voelen zwaar aan.
- ▲ Je aandacht en concentratie zijn verminderd.
- ▲ Je slaapt niet goed, hebt een toegenomen slaapbehoefte.
- ▲ Je bent sneller geïrriteerd.
- ▲ Dagelijkse activiteiten uitvoeren lukt minder goed.
- ▲ Je hebt last van zware vermoeidheid na een inspanning.
- ▲ Je voelt je niet goed in je vel.

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).

Je kan ook via onze Sociale dienst informatie vragen 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.

Vermoeidheid kan een sterke impact hebben op je dagelijkse activiteiten. Deze tips helpen je de mogelijke ongemakken te beperken.



TIPS

- ▲ Probeer je normale levenspatroon zoveel mogelijk te behouden.
- ▲ Plan en verricht je activiteiten op je eigen tempo; geef voorrang aan de activiteiten die werkelijk nodig zijn die dag en die je graag doet.
- ▲ Las korte rustpauzes in wanneer nodig.
- ▲ 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.
- ▲ Als je de slaap niet kan vatten, blijf dan niet in bed liggen. Sta op en ga iets drinken of doe kort iets ontspannends.
- ▲ Als je moeilijk blijft slapen, bespreek dit zeker met je arts of verpleegkundige. Zij proberen je verder te helpen.

LET OP

Als je je ongewoon vermoeid voelt, wees dan voorzichtig wanneer je met de auto rijdt of machines bedient.



Neem contact op met het ziekenhuis bij abnormale ernstige vermoeidheid, bv. bij kortademigheid na een lichte inspanning.

Veranderingen aan de huid

De behandeling met hydroxycarbamide kan bijwerkingen vertonen aan de huid, zoals:

- ▲ een rode huid
- ▲ huiduitslag
- ▲ jeuk
- ▲ schilfering van de huid
- ▲ spontane wondjes of ulcera (zweertjes), voornamelijk aan de onderbenen



TIPS

- ▲ Gebruik regelmatig een verzachtende en vochtinbrengende crème, vooral op droge zones.
- ▲ Gebruik een neutrale vochtinbrengende crème, geen geparfumeerde crèmes.
- ▲ Neem liever een douche dan een bad. In bad verweekt je huid te veel.
- ▲ Gebruik bij het douchen best een neutrale en ongeparfumeerde douchegel.
- ▲ Bij een heel droge huid gebruik je beter douche-olie dan douchegel.
- ▲ Gebruik een hoge beschermingsfactor (30 of 50) bij blootstelling aan de zon.
- ▲ Draag loszittende, katoenen kledij. Zorg voor een goede verluchting van de huid.
- ▲ Als je last hebt van jeuk, vraag dan een jeukstillend geneesmiddel aan je arts of apotheker.

LET OP

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



Wanneer moet ik contact opnemen met het ziekenhuis?

- ▲ Als er spontaan wondjes ontstaan.
- ▲ Als de huiduitslag en/of de jeuk hinderlijk wordt.

Belang van zonnebescherming

Je behandeling met hydroxycarbamide kan je overgevoelig maken voor de zon. Dit is uiteraard geen reden om binnen te blijven, maar bescherm je wel voldoende tegen de zon met een zonnecrème met beschermingsfactor 30 tot 50. Geen enkele zonnecrème beschermt een volledige dag. Breng de zonnecrème aan minimum 30 minuten voor je in de zon gaat en herhaal dit om de 2 uur.

Invloed op seksualiteit en intimiteit

Gebruik voorbehoedsmiddelen tijdens je behandeling. Een zwangerschap moet je nu voorkomen, omdat de therapie schadelijk kan zijn voor de baby.

Voor veel mensen zijn intimiteit en seksualiteit belangrijk voor hun levenskwaliteit. De ziekte, de mogelijke bijwerkingen van de behandeling en het gebruik van bepaalde medicatie kunnen een invloed hebben op **de zin om te vrijen of het intiem zijn**. Wat er verandert, kan verschillen van persoon tot persoon. Het is goed mogelijk dat je jouw seksleven nu minder belangrijk vindt door andere zorgen over de ziekte, behandeling ... Voor anderen kan seksualiteit en intimiteit net heel veel betekenen in deze periode.

Het is ook niet evident voor je partner: soms heeft die ook schrik om intiem te zijn. Alles lijkt anders en moeilijker nu de ziekte en behandeling je hele leven beïnvloeden. **Praat daarom met je partner**. Intimiteit blijft belangrijk, ook al gebeurt het nu minder frequent of op een andere manier. Probeer elkaar ook daarin te vinden.



Zorg ervoor dat jij of je partner **NIET** zwanger wordt. De medicatie kan schadelijk zijn voor een ongeboren kind.

Mannen gebruiken best een condoom om hun partner te beschermen de eerste zeven dagen na de toediening van de chemotherapie, ook als het de vrouw is die behandeld wordt met chemotherapie.

08 WAAR VERKRIJGBAAR?

Waar krijg je de therapie toegediend?

Dit geneesmiddel is **verkrijgbaar op voorschrift in de thuisapotheek**. Breng je identiteitskaart mee als je het geneesmiddel gaat afhalen.

De ziekteverzekering betaalt hydroxycarbamide volledig terug.

09 BIJWERKINGEN DOOR HET GEBRUIK VAN CORTICOÏDEN

Tijdens je ziekte krijg je vaak corticoïden voorgeschreven (medrol, dexamethasone, prednisone, prednisolone). Neem deze medicatie correct in, ook al heb je last van bijwerkingen. Je mag nooit plots stoppen met de inname van corticoïden. Doe dat altijd in samenspraak met je behandelende arts en aan de hand van een afbouwschema. Zo vermijd je mogelijke ontwenningreacties van je lichaam.

Corticoïden beginnen een paar uur na inname van een eerste tablet te werken en bereiken hun piek enkele uren tot enkele dagen later. De medicatie heeft een lange werkingsduur.

Corticoïden kunnen bijwerkingen met zich meebrengen, meestal afhankelijk van de dosis en de duur van de behandeling. Ze verschillen van persoon tot persoon en verdwijnen weer bij afbouw of stopzetting van de medicatie. Naarmate de behandeling langer duurt en de dosis hoog is, komen er vaker bijwerkingen voor. Een aantal bijwerkingen treedt trouwens alleen op bij een langdurige behandeling.

Volgende bijwerkingen kan je ervaren:

- ▲ een toename van de eetlust en het gewicht
- ▲ maaglast, gevoel van zware maag
- ▲ smaakveranderingen (slechte, bittere smaak)
- ▲ moeilijker kunnen inslapen, een opgejaagd gevoel
- ▲ een veranderd humeur
- ▲ vochttopstapeling ter hoogte van de benen en het aangezicht
- ▲ warmteopwellingen en opvliegers
- ▲ verhoogde bloeddruk
- ▲ ontregelde suikerspiegel
- ▲ een dunnere en meer fragiele huid, met een verhoogde kans op blauwe plekken en wondjes
- ▲ brozere botten bij langdurig gebruik (kan osteoporose veroorzaken)



Ervaar je bovenstaande bijwerkingen, bespreek dit dan met de arts of de verpleegkundige.

10 ENKELE INTERESSANTE WEBSITES

- ▲ www.uzgent.be/kankercentrum
- ▲ www.kanker.be
- ▲ www.kanker.nl
- ▲ www.allesoverkanker.be

11 WANNEER MOET IK CONTACT OPNEMEN MET HET ZIEKENHUIS?

- ▲ Als je koorts hebt vanaf 38°C of als je andere tekenen van een infectie waarneemt.
- ▲ Als je mondklachten hebt zoals pijn, aften of bloedingen in je mond.
- ▲ Als je bloed in de urine vindt.
- ▲ 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 tekenen van uitdroging vertoont (dorstgevoel, droge huid, weinig plassen).
- ▲ Als je op korte tijd veel vermagert.
- ▲ Als je aanhoudende diarree hebt.
- ▲ Als je pijn op de borst ervaart.

VRAGEN? NOTEER ZE HIER