

UW BEHANDELING MET THALIDOMIDE

**KANKERCENTRUM
UZ GENT**



INHOUDSTAFEL

01	Inleiding	3
02	Hoe werkt Thalidomide®?	3
03	Hoe verloopt de behandeling?	3
04	Adviezen bij de inname van Thalidomide®	3
05	Bijwerkingen	6
06	Zwangerschap, borstvoeding en vruchtbaarheid	12
07	Geneesmiddelen, dranken & plantaardige bereidingen die niet mogen gecombineerd worden met Thalidomide®	13

01 INLEIDING

We geven u enkele handige tips om bijwerkingen te vermijden of te behandelen en vermelden wanneer u best de arts, de verpleegkundig consulent of de apotheker contacteert. Zij geven u graag meer uitleg, dus aarzel niet om hen te contacteren.

02 HOE WERKT THALIDOMIDE®?

Het werkzame bestandsdeel van Thalidomide® is thalidomide. Thalidomide® wordt gebruikt om multiple myeloom te bestrijden.

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

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

03 HOE VERLOOPT DE 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.

04 ADVIEZEN BIJ DE INNAME VAN THALIDOMIDE®

Hoe moet ik het geneesmiddel innemen?

Elke avond voor het slapen gaan moet u **één maal per dag 2 capsule van 50 mg Thalidomide®** innemen met een vol glas water.

Voor het slapen gaan



Aandachtspunten bij inname van Thalidomide®

- Het is belangrijk om de capsules in te nemen net voordat u gaat slapen. Zo voorkomt u duizeligheid en slaperigheid.
- Drink geen alcohol tijdens uw behandeling met Thalidomide®. Alcohol zal het slaperig effect van Thalidomide® versterken.
- Thalidomide® mag met of zonder voedsel ingenomen worden.
- Elke capsule in zijn geheel innemen met een vol glas water zonder te kauwen, te openen of te breken.

De dosering van Thalidomide®

De aanbevolen dosis bedraagt 100 mg Thalidomide® per dag. Dit wordt bekomen door eenmaal per dag 2 capsules van 50 mg Thalidomide® in te nemen met een vol glas water. 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 doen als u een inname bent vergeten?

- 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 doen indien u te veel tabletten hebt ingenomen?

Als u per vergissing teveel Thalidomide® 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 Thalidomide®?

- 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 Thalidomide® 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 Thalidomide® dagelijks in te nemen. Op die manier werkt het geneesmiddel constant tegen de kankercellen met een optimale doeltreffendheid en slaagkans tot gevolg. Indien u Thalidomide® 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 of ziekenhuisapotheker.

05 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

▪ Vermoeidheid	6
▪ Constipatie	8
▪ Vermindering van het aantal rode bloedcellen, witte bloedcellen en bloedplaatjes	9
▪ Zenuwpijn	11

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 moet ik contact opnemen 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)

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 laxermiddel.**

! Wanneer moet ik contact opnemen 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.

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 aften.**
- **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 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 met het ziekenhuis?

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

Zenuwpijn

De zenuwpijn veroorzaakt door Thalidomide® is een vaak voorkomende bijwerking. Zenuwpijn uit zich vaak in volgende symptomen:

- Tintelend of prikkelend gevoel
- Verandering in gevoel bij aanraking
- Jeuk
- Gevoelloosheid
- Een veranderd gevoel in warmte en koude gewaarwording
- Gevoelstoornissen aan extremiteiten: tenen en vingertoppen, uitbreiden naar voetzolen, handen, armen en benen.
- Soms krachtsverlies ter hoogte van de zenuwpijn
- Pijn, met tussenpozen of continue

TIPS

- **Wees voorzichtig met warm water: gebruik eventueel een badthermometer (maximaal 38°C), zet de algemene watertemperatuur lager.**
- **Gebruik handschoenen bij het afwassen en poetsen.**
- **Gebruik pannenlappen.**

Wanneer neemt u contact op het met het ziekenhuis?



- Indien u meer moeite ervaart bij het uitvoeren van uw dagelijkse activiteiten.
 - Als uw pijn de nachtrust of dagdagelijkse functioneren verstoort.
-

06 ZWANGERSCHAP, BORSTVOEDING EN VRUCHTBAARHEID

Thalidomide[®] veroorzaakt levensbedreigende aangeboren afwijkingen bij de mens. Deze aangeboren afwijkingen kunnen zich uiten in te korte armen of benen, misvormde handen of voeten, oog- of oorafwijkingen en problemen met de interne organen.

- Vrouwen die zwanger kunnen worden, moeten anticonceptie gebruiken 4 weken voor, tijdens en 4 weken na de behandeling met Thalidomide[®]. Indien u zwanger kan worden zal er voor de behandeling, om de 4 weken tijdens de behandeling en 4 weken na de behandeling een zwangerschapstest uitgevoerd worden.
- Tijdens de zwangerschap of borstvoeding mag er **geen** Thalidomide[®] gebruikt worden.



Indien u toch zwanger wordt tijdens de behandeling met Thalidomide[®] dan moet u direct stoppen met de behandeling en uw arts contacteren.

- Mannen die behandeld worden met Thalidomide[®] moeten een condoom gebruiken tijdens en tot 1 week na de behandeling omdat Thalidomide[®] in het sperma terecht komt.



Indien uw partner toch zwanger wordt tijdens de behandeling met Thalidomide[®] dan moet u direct uw arts contacteren.

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

Indien u een geneesmiddel inneemt dat voorkomt in deze lijst, geef dit dan steeds door aan uw arts, huisarts of ziekenhuisapotheker!

!

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

Geneesmiddelen die ...

- **Slaperigheid veroorzaken:** Thalidomide® kan de slaperigheid versterken. Voorbeelden van deze geneesmiddelen zijn: zoals anxiolytica, hypnotica, antipsychotica, H1-antihistaminen, opiaatderivaten en barbituraten
- **De hartslag vertragen:** Voorbeeld anticholinesterasen en bètablokkers. Indien deze samen worden ingenomen met Thalidomide® kan dit lijden tot een te lage hartslag
- **Worden gebruikt voor hartproblemen en complicaties:** Lanoxin® (digoxine)
- **Worden gebruikt als anticonceptie.**

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het Kankercentrum UZ Gent. Het UZ Gent kan op geen enkele wijze verantwoordelijk worden gesteld bij gebruik van deze brochure/dit protocol buiten het UZ Gent.