



Ziekenhuis  
Rivierenland  
Patiënteninformatie

*oncologie*  
**BEHANDELWIJZER**

[www.zrt.nl](http://www.zrt.nl)

“ u bent welkom op de oncologische dagbehandeling.”



geluk is een bloem

die men niet moet plukke

**UW AFSpraak OP DE ONCOLOGISCHE DAGBEHANDELING IS GEPLAND OP:**

Datum: .....

Tijd: .....

## WELKOM

Als u deze folder krijgt wordt u binnenkort behandeld op de oncologische dagbehandeling van Ziekenhuis Rivierenland.

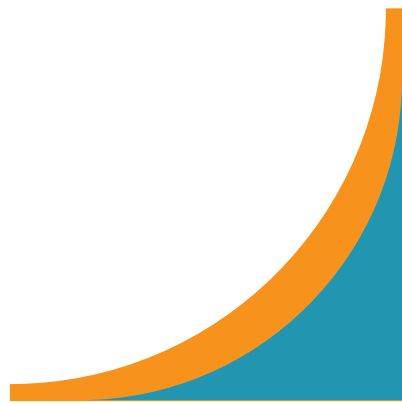
### Wij heten u welkom op onze afdeling.

Een opname is een ingrijpende gebeurtenis. Deze folder geeft informatie over onze afdeling, werkwijze en over de behandeling.

Wij hopen u zo wegwijs te maken in dit proces en mocht u nog vragen hebben, stel deze dan gerust aan de verpleegkundige.

Deze folder is ook bedoeld om informatie door te geven aan naasten, mantelzorgers en zorgverleners met wie u thuis te maken kan krijgen. Tijdens de behandelperiode kan het namelijk voorkomen dat u behalve met de specialisten en de verpleegkundigen in het ziekenhuis, ook contact heeft met de huisarts en de wijkverpleegkundige. Het is belangrijk dat ook zij weten welke adviezen of richtlijnen er zijn.

In deze folder kunt u zelf ook aantekeningen maken en uw vragen opschrijven. Tijdens een volgend bezoek aan het ziekenhuis kunt u de vragen dan stellen of u stelt uw vraag eerder telefonisch, aan de verpleegkundigen van de oncologische dagbehandeling.



## DAGBEHANDELING ONCOLOGIE

### Het behandelteam.

Uw behandelend arts en verpleegkundig specialist op de polikliniek hebben samen met u, uw behandeling besproken.

Daarna bent u doorverwezen naar de oncologische dagbehandeling. Op deze afdeling worden vooral mensen met kanker behandeld. Patiënten krijgen er chemotherapie en/ of immunotherapie of aanvullende behandelingen.

Het behandelteam kan bestaan uit:

- Oncologen
- Hematologen
- Longartsen
- Reumatologen
- Verpleegkundig specialisten
- (Oncologie) verpleegkundigen
- Secretaresses
- Voedingsassistenten
- Diëtisten, fysiotherapeuten, maatschappelijk werk, psychologen, geestelijke verzorging

De afdeling is geopend van maandag tot en met vrijdag van 8.30 uur tot 16.30 uur.

### Belangrijke telefoonnummers zijn:

Ziekenhuis Rivierenland, algemeen nummer:  0344 674911

Oncologische dagbehandeling:  0344 674927

Afdeling spoedeisende hulp:  0344 726666

Ons advies is, om overdag met klachten of twijfel altijd eerst naar de oncologische dagbehandeling te bellen.

Mocht u 's avonds, 's nachts of in het weekend klachten hebben die gerelateerd zijn aan uw kuur, dan altijd contact opnemen met de spoedeisende hulp



## HET VOORLICHTINGSGESPREK

De verpleegkundige van de oncologische dagbehandeling zal met u en uw partner/ familie of naasten een kennismaking cq voorlichtingsgesprek hebben op de afdeling. Tijdens dit gesprek krijgt u verdere uitleg over uw behandeling, de duur en eventuele bijwerkingen. Deze informatie heeft u, als het goed is, al thuis gestuurd gekregen. Ook krijgt u informatie over de afdeling en worden er enkele vragen aan u gesteld die relevant kunnen zijn voor een goede behandeling. Deze informatie komt in uw dossier.

Wilt u voedingssupplementen zoals, vitamine, mineralen en kruidenmengsels gebruiken, overlegt u dit dan eerst met de verpleegkundige, behandelend arts, verpleegkundig specialist of met de diëtist. De voedingssupplementen kunnen namelijk de werking van chemotherapie tegengaan.

## UW VOORBEREIDING

Voor uw behandeling is het belangrijk dat u thuis een oor thermometer heeft. Voordat U een behandeling krijgt bij ons op de afdeling, heeft u voor iedere kuur een afspraak staan bij uw behandelend specialist of verpleegkundig specialist. Tijdens deze controle worden uw klachten besproken en uw vragen beantwoord. Er wordt gekeken of uw beenmerg zich voldoende hersteld heeft na de vorige behandeling. Dit wordt gecontroleerd door middel van bloedonderzoek. U krijgt elke keer op de poli een labformulier mee voor bloedcontrole voor de volgende kuur.

Recepten voor medicatie die thuis ingenomen moet worden, horend bij de kuur, krijgt u op de dagbehandeling van de verpleegkundige of op de poli van de arts of verpleegkundig specialist. Sommige kuren bestaan uit meerdere dagen. Dan ziet u niet altijd de arts of verpleegkundig specialist. Uw contact zal dan gaan via de verpleegkundige van de afdeling. Wat voor u geldt hoort u in dit voorlichtingsgesprek.

U kunt bij het laboratorium zonder afspraak terecht op;  
Maandag t/m vrijdag van 08:00 uur-17:00 uur.  
Weekenden en feestdagen gesloten.

Het is mogelijk dat naar aanleiding van de bloeuduitslagen en/of andere klachten de behandeling uitgesteld wordt. Dit krijgt u dan te horen van uw specialist, verpleegkundig specialist of verpleegkundige.



## UW VERBLIJF OP DE ONCOLOGISCHE DAGBEHANDELING

Op de afdeling worden patiënten behandeld die niet langer dan 8 uur in het ziekenhuis verblijven. De behandeling kan plaatsvinden op een 1 persoons kamer, 2 persoons kamer, of op een kamer waar 4 stoelen beschikbaar zijn. Het is belangrijk dat u zich tijdens de behandeling zo prettig mogelijk voelt. Partner/ familie of naasten zijn daarom altijd welkom. 1 of 2 personen mogen gedurende de behandeling bij u zijn.

Misschien vindt u het prettig om muziek te luisteren? U mag uw laptop, smartphone of I-pod meenemen, u kunt gratis gebruik maken van ons Wifi netwerk. Trekt u makkelijke, comfortabele kleding aan.

Als u rond het middaguur bij ons op de afdeling bent, krijgt u een broodmaaltijd aangeboden. Koffie/ thee en andere dranken worden op andere tijdstippen door onze voedingsassistenten aan u en de naasten geserveerd.

Om de behandeling met het infuus zo goed mogelijk te laten verlopen, willen wij u hier zoveel mogelijk bij betrekken.

Wanneer u chemotherapie toegediend krijgt vragen wij u om uw hand of arm, waarin het infuus zit, zo stil mogelijk te laten liggen. Dit om eventuele klachten zoveel mogelijk te voorkomen. Indien u toch klachten gaat ervaren van bijvoorbeeld een prikkelend of pijnlijk gevoel in de arm, wilt u dit dan zo spoedig mogelijk tegen ons zeggen?

Ook wanneer de hand of arm dikker wordt, willen we dit zo snel mogelijk weten zodat wij hierop actie kunnen ondernemen.

We komen regelmatig bij u langs om te kijken hoe het met u gaat.

### Hoofdhuidkoeler of koelkap

Onze afdeling beschikt over 3 hoofdhuidkoelers, ook wel koelkap genoemd. Haarverlies is een van de ingrijpende bijverschijnselen van chemotherapie. Door middel van het koelen van de hoofdhuid tijdens sommige infusen met chemotherapie, proberen we de haren te behouden. De koeling leidt tot vernauwing van de bloedvaten waardoor er minder bloed en dus ook minder chemotherapie bij de haarwortels kan komen. Zo hopen we dat er weinig tot geen haarverlies optreedt.

Helaas is de koelkap niet effectief voor elke chemotherapie kuur. De behandelend arts kan aangeven of u in aanmerking kan komen of niet.

## DE VERPLEEGKUNDIGE ZORG

Een verpleegkundige geeft uw behandeling. De verpleegkundigen van deze dag zijn, gedurende dit verblijf verantwoordelijk voor de verpleegkundige zorg. Bij problemen of vragen wordt uw behandelend arts of verpleegkundig specialist geconsulteerd.

## NAAR HUIS

Wanneer u naar huis mag krijgt u de vervolgspraak voor de volgende kuur mee. Deze afspraak wordt genoteerd op uw afsprakenkaart. Zelf naar huis rijden met de auto raden wij zeker bij uw 1e kuur af.

## DAG NA DE BEHANDELING

De dag na de behandeling wordt u door één van onze verpleegkundige thuis gebeld. Er wordt besproken hoe het met u gaat en eventuele vragen kunnen nog beantwoord worden. Mocht u niet kunnen opnemen, dan gaan we er vanuit dat het goed met u gaat.

Redenen om contact op te nemen met de oncologische dagbehandeling zijn:

- Aanhoudende misselijkheid en/of braken ondanks het gebruik van medicijnen hiertegen
- Koorts boven de 38.5 graden C en/ of koude rillingen
- Obstipatie klachten
- Diarree, dit is dunne ontlasting meer dan 4 keer per dag
- Spontaan ontstaan van blauwe plekken
- Het regelmatig hebben van bloedneuzen
- Bloed in de ontlasting of urine
- Kortademigheid

Daar komt bij, als u twijfelt of zich onzeker voelt over bepaalde klachten die u heeft, neem dan contact op met de oncologische dagbehandeling of SEH ( spoed eisende hulp)



Op de volgende pagina's geven we u graag gerichte richtlijnen/ handvaten mee die bij uw kuur van belang kunnen zijn.

De volgende richtlijnen kunnen aan u meegegeven worden:

- Mondverzorging bij chemotherapie
- Beschermende maatregelen bij chemotherapie (cytostatica)
- Adviezen bij het gebruik van de koelkap

Aan het eind van deze folder vindt u informatie over verschillende disciplines binnen dit ziekenhuis en lotgenotencontact.



## MONDVERZORGING GEDURENDE DE GEHELE CHEMOTHERAPIE PERIODE

Wij willen u vragen om uw mondverzorging extra aandacht te geven tijdens deze periode. Dit ter voorkoming van verschillende problemen die in de mond kunnen plaatsvinden. Door de chemotherapie kan het mondslijmvlies veranderen en verliest het zijn beschermende functie. De problemen die hierdoor kunnen ontstaan worden ernstiger als de mond onvoldoende goed schoon en vochtig gehouden wordt.

### Wat kunt u zelf doen:

- Probeer het mondslijmvlies niet te beschadigen door het eten van hard, scherp of heet voedsel.
- Het is van belang de mond vochtig en schoon te houden en slijm en voedselresten te verwijderen.
- Poets uw tanden 2-4 keer per dag met een zachte of elektrische tandenborstel.



- Gebruik voor het poetsen een fluoride houdende, niet irriterende tandpasta.
- Maak de tandenborstel goed schoon na gebruik en leg hem droog weg met de haren naar boven. De tandenborstel ten minste 1 keer per 3 maanden vervangen.
- Evt. implantaten kunt u reinigen zoals geadviseerd wordt door de eigen mondhygiënist.
- Flossen of stoken mag als u dit al gewend bent te doen.
- De mond 4 tot 10 keer per dag spoelen met water of met een zoutoplossing.
- Als u 's nachts wakker wordt, is het verstandig om uw mond extra te spoelen.
- Als u gebraakt heeft, de mond ook extra spoelen.
- De lippen schoon en vochtig houden met een nat gaasje of met vaseline uit een tube.

#### Adviezen bij een gebitsprothese:

- Een gebitsprothese uitdoen voor de mondverzorging.
- Een gebitsprothese 's nachts niet dragen en de prothese droog bewaren. Voor het terugplaatsen in de mond bevochtigen met water.
- Als u kapotte plekjes in de mond heeft, de gebitsprothese helemaal niet dragen.

#### Bij de volgende klachten adviseren wij u contact op te nemen met de verpleging van de afdeling waar u behandeld wordt:

- Een pijnlijke mond of keel
- Rood en gezwollen mondslijmvlies
- Zweetjes, ontstekingen of aften in de mond
- Wit beslag op het mondslijmvlies of de tong wat niet weg te poetsen is

Voor voedingsadviezen bij mondklachten, zie de folder van het KWF: Voeding bij kanker.

Voor poetsinstructie zie de website van het ivoren kruis:  
[www. ivorenkruis.nl](http://www.ivorenkruis.nl)



## **PATIËNTEN INFORMATIE BESCHERMENDE MAATREGELEN CYTOSTATICA**

Deze informatiefolder geeft informatie over beschermende maatregelen in de thuissituatie, bij de behandeling met chemotherapie. Deze informatiefolder is algemeen van aard en gaat niet in op specifieke details betreffende de situatie van de patiënt. De folder is bedoeld voor de patiënt, diens naaste en/of mantelzorger.

### **INLEIDING**

U hebt mondeling en schriftelijk informatie ontvangen over de behandeling met chemotherapie, van uw behandelend arts of uw verpleegkundige. Chemotherapie is een behandeling met medicijnen die cytostatica (het meervoud van cytostaticum) worden genoemd. Chemotherapie wordt over het algemeen toegepast bij de behandeling van kanker en grijpt in op de celdeling met als doel kwaadaardige cellen te doden. Deze cytostatica kunnen op verschillende manieren worden toegediend om zo in de bloedbaan terecht te komen, bijvoorbeeld via een infuus of tabletten. Via het bloed worden de cytostatica door het hele lichaam verspreid en kunnen ze de kankercellen vrijwel overal bereiken. Via de zogenaamde 'uitscheidingsproducten' (urine, ontlasting en andere lichaamsvloeistoffen) verlaten de cytostaticaresten het lichaam weer.

### **RISICOPERIODE**

Tijdens de risicoperiode worden cytostaticaresten uitgescheiden via uitscheidingsproducten. Onder uitscheidingsproducten verstaan we onder andere urine, ontlasting, braaksel, bloed, wondvocht en transpiratievocht. Tijdens de risicoperiode dient er extra aandacht te zijn voor beschermende maatregelen om zo een open contact met cytostaticaresten tot een minimum te beperken. De risicoperiode is verschillend per cytostaticum en kan variëren van 1 tot 7 dagen vanaf de laatste toediening. Uw behandelend arts en/of verpleegkundige kan u vertellen welke termijn gehanteerd moet worden.

### **SCHADELIJKE EFFECTEN CHEMOTHERAPIE**

Uit onderzoek blijkt dat cytostatica schadelijk kunnen zijn voor gezonde mensen. Vooral verpleegkundigen, die hier tijdens hun werk veel mee in aanraking komen, lopen een risico. Mogelijk hebt u al gemerkt dat zij hiervoor extra beschermende maatregelen nemen, zoals het dragen van handschoenen. Omdat u en uw naasten thuis slechts korte tijd in aanraking komt met cytostatica, zijn de risico's klein te noemen. Toch vinden wij het belangrijk om u op een aantal zaken te wijzen. Voor u en uw naaste/mantelzorger houdt het in dat het contact met cytostaticaresten zo klein mogelijk dient te zijn en welke beschermende maatregelen/voorschriften kunt treffen.

## BESCHERMENDE MAATREGELEN

Beschermende maatregelen zijn bedoeld om u en uw naaste/mantelzorgers te beschermen tegen mogelijk open contact met cytostaticaresten. Zoals eerder gemeld zitten deze in uw uitscheidingsproducten (excreta). Probeer vooral praktisch om te gaan met deze maatregelen.

De belangrijkste maatregel die u kunt treffen, is bewust omgaan met uw uitscheidingsproducten. Voor mantelzorgers die ondersteunen in de directe verzorging en mogelijk contact met uitscheidingsproducten wordt het gebruik van plastic wegwerphandschoenen aangeraden. Na gebruik van de wegwerphandschoenen dient u deze direct weg te gooien. Bij punt 11 wordt meer uitleg gegeven over de afvalverwerking. De aanschaf van de handschoenen voor u en uw naaste/mantelzorgers zijn voor eigen rekening. De medewerkers van de thuiszorg beschikken over hun eigen handschoenen.

## INNAME CYTOSTATICA MIDDELS TABLET, CAPSULE OF DRANK

Indien u thuis cytostaticatabletten of capsules of een cytostaticadrankje moet innemen, let dan op het volgende:

- Neem bij voorkeur zelf (zonder hulp) de cytostaticatabletten (capsules of drankje) in.
- Cytostaticatabletten/capsules moeten in principe heel ingenomen worden (tabletten niet fijnmaken, capsules niet openmaken). Indien de inname niet lukt, neem dan contact op met uw arts of verpleegkundige.
- Was uw handen na inname van de cytostaticatabletten (capsules, drankje) om besmetting van de omgeving te voorkomen.
- Als iemand u helpt bij de medicijninname, dan is het raadzaam dat deze persoon wegwerphandschoenen draagt om het contact met de cytostatica te vermijden.

## GEBRUIK VAN TOILET

Alle uitscheidingsproducten kunnen en mogen via het riool worden afgevoerd. Bij voorkeur maakt u gebruik van het toilet (in plaats van een po of urinaal). U mag elke toilet gebruiken. Daarbij gelden de volgende voorschriften:

- Zittend urineren (geldt ook voor de heren).
- Spoel het toilet na gebruik 2 x door (indien aanwezig met gesloten deksel). Gebruik hierbij **niet** de waterbesparende knop.
- Verwijder eventuele druppels op de bril, deppend en met droog toilet papier.
- Was uw handen na toiletgebruik.



### Bij gebruik van de po of urinaal wordt aanbevolen:

- De po of het urinaal na ieder gebruik voorzichtig te legen in het toilet.
- Spoel het toilet na gebruik 2 x door (indien aanwezig met gesloten deksel). Gebruik hierbij **niet** de waterbesparende knop.
- Daarna dient de po of het urinaal gereinigd te worden. Bij punt 9 wordt meer uitleg gegeven over het reinigen van materialen.
- Wanneer u ondersteund wordt bij het afvegen, dient degene die u helpt handschoenen te dragen en na de handeling haar/ zijn handen te wassen.

### WASGOED

Voor wasgoed dat sterk bevuild is met urine, ontlasting, braaksel of ernstige transpiratie adviseren wij de volgende stappen:

- Was dit wasgoed apart.
- Verzamel het wasgoed in een aparte, goed afsluitbare plastic zak. Wanneer deze zak enigszins vol is, kunt u de was doen (hoeveelheid vergelijkbaar met een volle trommel). Als u eerder de was wilt doen, is dit geen probleem.
- Plaats het wasgoed vanuit de aparte verzamelzak direct in de wasmachine, zo mogelijk zonder het aan te raken.
- Was uw handen na plaatsing van het wasgoed in de wasmachine.
- T.a.v. wasprogramma: stel eerst in op een voorwasprogramma en daarna het gebruikelijke wasprogramma met uw gebruikelijke wasmiddel.
- Wanneer een ander het wasgoed wast, dient diegene handschoenen te dragen bij het plaatsen in de wasmachine.



### INCONTINENTIE (VERSCHONEN)

Bij voorkeur verzorgt u uzelf. Bij het verschonen van het incontinentiemateriaal adviseren wij u de volgende voorschriften:

- Zorg dat alle materialen die nodig zijn klaarliggen.
- Verpak het gebruikte incontinentiemateriaal in een aparte zak, voordat u dit bij het afval gooit; zie punt 11.
- Was uw handen met water en zeep na het verschonen.

Wanneer u ondersteund wordt bij de verschoning van incontinentiemateriaal, dient degene die u helpt, handschoenen te dragen. Na afloop dient de helpende de handen te wassen met water en zeep.



## STOMAZORG

Bij voorkeur verzorgt u zelf de stoma. In de zorg rondom de stoma adviseren wij u de volgende voorschriften:

- Verzorg de stoma zoveel mogelijk op een vaste plaats.
- Zorg dat alle materialen die nodig zijn klaarliggen.
- Probeer zo mogelijk lekkage vanuit de stoma te voorkomen bij het wisselen van het stomazakje.
- Verpak het gebruikte stomamateriaal in een apart zakje voordat u dit bij het afval gooit; voor meer informatie, zie punt 11.
- Bij lediging in het toilet; spoel het toilet 2 x door (indien aanwezig met gesloten deksel). Gebruik hierbij **niet** de waterbesparende knop.
- Was uw handen met water en zeep na verzorging van de stoma.

Wanneer u ondersteund wordt bij de stomazorg, dient degene die u helpt handschoenen te dragen. Na afloop dient de helpende de handen te wassen met water en zeep.

## (URINE) KATHETER/ OPVANGZAK

Bij voorkeur verzorgt u zelf de katheter. In de zorg rondom de katheter adviseren wij u de volgende voorschriften:

- Wissel de (urine)opvangzak wanneer deze bijna vol is in zijn geheel. In plaats van leeg te laten lopen.
- Wissel de (urine)opvangzak zoveel mogelijk op een vaste plaats.
- Zorg dat alle materialen die nodig zijn, klaarliggen.
- Probeer lekkage vanuit de katheter te voorkomen bij het wisselen van de opvangzak
- De (urine)opvangzak kunt u (in verband met mogelijke lekkage) in een dubbele plastic zak doen en daarna met het huisvuil weggooien.
- Was uw handen met water en zeep na het wisselen van de (urine)opvangzak.

Wanneer u ondersteund wordt bij het wisselen van de (urine)opvangzak, dient degene die u helpt handschoenen te dragen. Na afloop dient de helpende de handen te wassen met water en zeep.



## BRAAKSEL

De maatregelen bij het omgaan met braaksel zijn hetzelfde als bij ontlasting en urine.

- U kunt een handdoek of wegwerponderlegger op uw kussen leggen, als u misselijk bent of denkt te zullen braken.
- Maak bij braken, indien mogelijk, gebruik van het toilet. Indien dit niet mogelijk is, gebruik dan zoveel mogelijk wegwerpmateriaal. Denk hierbij aan een plastic zak of draagtas in een emmer. Knoop de plastic zak of de draagtas voorzichtig dicht en gooi deze direct na gebruik weg in een aparte vuilniszak, om lekken te voorkomen.
- Verwijder eventuele druppels op de bril; deppend en met droog toiletpapier.
- Braaksel mag u weggooiden in het toilet.
- Bij lediging in het toilet; spoel het toilet 2 x door (indien aanwezig met gesloten deksel). Gebruik hierbij niet de waterbesparende knop.
- Was de handen na het braken en/of opruimen van het braaksel.

**Tip:** zorg, wanneer u de deur uitgaat, dat u opvangmateriaal bij u heeft zodat u ergens in kunt braken wanneer u plotseling misselijk bent. U kunt hierbij denken aan een plastic tasje of iets dergelijks.

## ONDERSTEUNING BIJ HET WASSEN / DOUCHEN

Bij voorkeur verzorgt u zichzelf, maar soms is ondersteuning noodzakelijk. U bepaalt zelf wat mogelijk is in uw situatie.

## VOORSCHRIFTEN MET BETREKKING TOT REINIGEN

Het gebruik van een neutraal reinigingsmiddel (bijvoorbeeld allesreiniger of groene zeep) is voldoende. De volgende voorschriften zijn van toepassing:

- Gebruik wegwerphandschoenen bij het reinigen van materiaal waar uitscheidingsproducten mee in aanraking zijn geweest. Denk hierbij aan het toilet, de douche en dergelijke.
- De gebruikte schoonmaakdoeken mogen niet uitgespoeld worden in het sopwater. U dient steeds een nieuw doekje te gebruiken. Verzamel de gebruikte schoonmaakdoeken in een aparte verzamelzak voor de was (zie punt 3).
- Reinig het toilet en douche minimaal 1x per week of wanneer deze erg vies is.
- De po of het urinaal dient na gebruik gereinigd te worden. Deze spoelt u, na gebruik, eerst om met koud water. Vervolgens reinigt u deze met een neutraal reinigingsmiddel (allesreiniger of groene zeep).
- De postoel dient 1 x per dag gereinigd te worden.
- Indien de vloer of de vloerbedekking bevuild is met braaksel,



urine of andere lichaamsvloeistoffen, kunt u deze eerst droogdeppen met keukenpapier en daarna schoonmaken met een gewone zeepoplossing. Probeer ervoor te zorgen dat u van buiten naar binnen werkt (van schoon naar vuil).

- Reinig een medicijncupje wat hergebruikt wordt, voorzichtig onder stromend water.
- Wanneer u hulp heeft in de huishouding, is het van belang dat u deze hulp informeert over bovenstaande voorschriften vanwege uw behandeling met chemotherapie.
- Voor gebruik van bestek, serviesgoed en andere gebruiksartikelen hoeft u geen speciale maatregelen te nemen.

### **REINIGEN BIJ BCG-BLAASSPOELINGEN**

Wanneer u wordt behandeld met blaasspoelingen met BCG, dient u het toilet dagelijks te reinigen met een chlooroplossing. Het gebruikte schoonmaakdoek moet u apart wassen.

### **VOORSCHRIFTEN MET BETREKKING TOT AFVALVERWERKING**

- Alle wegwerpmaterialen (bijv. incontinentiemateriaal, bakjes met braaksel, gebruikt stomamateriaal of pillenstrips) die mogelijk in aanraking zijn geweest met cytostatica, dienen weggegooid te worden in een aparte afvalzak. Dit mag een plastic tasje of boterhamzakje zijn. Dit om het risico op lekken te voorkomen.
- Sluit deze zak goed.
- Deze dichtgeknoopte plastic zak kunt u vervolgens in een plastic vuilniszak doen en gewoon met het huisvuil weggoaien.
- Overgebleven medicijnen dient u in te leveren bij uw apotheek.

### **WAT TE DOEN ALS U IN AANRAKING BENT GEWEEST MET CYTOSTATICARESTEN**

Een sporadisch contact met cytostaticaresten is tot nu toe niet als schadelijk bewezen. Dus u hoeft zich geen zorgen te maken. Probeer mogelijk contact met cytostaticaresten zoveel mogelijk te voorkomen, maar mocht het u of uw naaste/ mantelzorger overkomen, dan adviseren wij u het volgende:

- Blijf vooral rustig.
- Probeer de plaats (bv. uw handen, armen of iets dergelijks) te reinigen met water en zeep.
- Wanneer u twijfels heeft, kunt u dit bespreken met uw behandelend arts/ verpleegkundige.

## **LICHAMELIJK CONTACT / SEKSUALITEIT**

Veel vragen gaan over intiem contact, zoals het knuffelen of het geven van een zoen. Zover men weet, leidt dit niet tot schadelijke effecten. U hoeft knuffelen, zoenen, intimiteit en lichamelijk contact niet te mijden. Het is niet bekend of, en in welke mate cytostatica opgenomen worden in het sperma of het slijmvlies van de vagina. Het advies is om gedurende de periode dat u met chemotherapie behandeld wordt gebruik te maken van een condoom bij seksueel contact.

## **VOORKOMEN VAN ZWANGERSCHAP**

Cytostatica kunnen aangeboren afwijkingen veroorzaken bij het ongeboren kind. Het is daarom raadzaam voor zowel vrouwelijke als mannelijke patiënten tijdens en na de behandeling met chemotherapie zwangerschap te voorkomen door anticonceptie te gebruiken.

Bespreek de anticonceptie maatregelen en hoelang deze toegepast moeten worden met uw behandelend arts of verpleegkundige. Over het algemeen is het advies om na de behandeling met cytostatica, minstens een periode van een half jaar aan te houden. Indien er tijdens de behandeling een vermoeden van zwangerschap is, breng dan direct uw arts op de hoogte.

## **ZWANGERSCHAP EN CHEMOTHERAPIE**

Wanneer uw naaste/mantelzorger zwanger is, heeft dit geen consequenties voor de omgang. U mag gewoon contact hebben met de zwangere. Deze mag u ondersteunen waar nodig met de nodige voorzorgmaatregelen zoals in deze folder staat beschreven.

## **INFORMEREN VAN FAMILIE, NAASTEN EN ANDERE ZORGVERLENERS**

Het is belangrijk uw familie en de zorgverleners die bij u betrokken zijn (bijv. de thuiszorg, fysiotherapie e.d.), te melden dat u behandeld wordt met chemotherapie. Stelt u hen op de hoogte van de maatregelen die in deze folder staan. Met het opvolgen van deze maatregelen kunt u de risico's tot een minimum beperken en hoeft u zich en anderen niet onnodig ongerust te maken.

## **Vragen NAAR AANLEIDING VAN DEZE INFORMATIEFOLDER**

We hebben geprobeerd zo volledig mogelijk te zijn in deze folder. Wanneer u vragen heeft die van toepassing zijn op uw situatie, raden wij u aan om deze te stellen aan uw behandelend arts of verpleegkundige.



A photograph of a person's back and shoulder, featuring a long, thick, red braid. The person's skin is fair with visible freckles. The background is a light, neutral color. Handwritten text in black ink is visible on the person's right shoulder and upper back.

WIST JIJ?

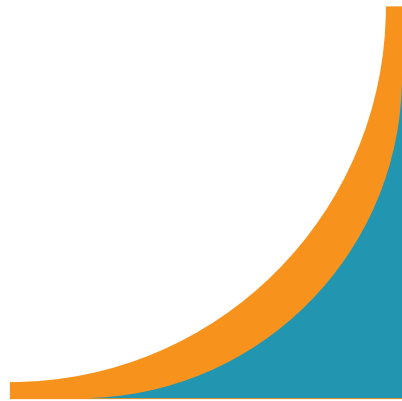
...DAT JE BIJ CHEMO  
JE HAAR VAAK WEL  
KUNT HOUDEN?!

## ADVIEZEN BIJ HET GEBRUIK VAN EEN KOELKAP

Wanneer u de koelkap gaat gebruiken, graag uw aandacht voor de volgende adviezen:

- Gebruik op de dag van de kuur geen haarproducten.
- Gebruik alleen milde producten, zoals babyshampoo, om uitdroging van het haar of de hoofdhuid te voorkomen.
- Gebruik haarconditioner of crèmespoeling.
- Was het haar minder vaak.
- Droog het haar door het droog te deppen in plaats van het droog te wrijven.
- Kam uw haar voorzichtig, maak gebruik van een zachte borstel of een kam met veel ruimte tussen de tanden.
- Voorkom blootstelling aan warmte van haardrogers, föhns of krultangen, aangezien dit het haar heel erg droog kan maken waardoor het eerder breekt.
- Voorkom trekken aan het haar door vlechten of het strak bijeen binden met een elastiekje.
- Een zachte massage van de hoofdhuid kan de bloedtoevoer van de haarfollikels verbeteren.
- Indien de hoofdhuid droog wordt kan gebruik gemaakt worden van vochtinbrengende crème of natuurlijke oliën.
- Voorkom beschadiging van chemicaliën, bijvoorbeeld door permanentvloeistof.
- Kleur het haar alleen met natuurlijke producten, gebruik een milde kleurshampoo. Indien u een bezoek brengt aan de kapper, vraag naar minimaal gebruik van schadelijke stoffen voor het haar.

Voor meer informatie zie website [www. Geef Haar Een Kans.nl](http://www.GeefHaarEenKans.nl)



## DE AFDELING FYSIOTHERAPIE STELT ZICH AAN U VOOR,

### Bewegen tijdens de behandeling van Kanker

Vermoeidheid en conditieverlies zijn veel gehoorde klachten als gevolg van de medische behandeling van kanker (operatie, chemotherapie en/of kanker). Vermoeidheid neemt meestal toe gedurende de behandelperiode, maar ook na behandeling kan de vermoeidheid langdurig blijven bestaan. Veel mensen zijn geneigd rust te nemen om de vermoeidheid te vermijden. Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt echter dat bewegen een positief effect heeft op vermoeidheid en conditieverlies. Bewegen kan ervoor zorgen dat u zich minder vermoeid en fitter voelt.

Bewegen kan zorgen dat:

- de bijwerkingen van de behandeling verminderen,
- u na de behandeling weer sneller op krachten komt,
- u zich minder vermoeid voelt tijdens de behandeling en erna,
- uw zelfvertrouwen vergroot en uw concentratie verbetert,
- het herstel na een operatie versnelt,
- u beter kunt slapen.

De afdeling fysiotherapie biedt de folder Rivierenland Move : "Bewegen tijdens de behandeling van kanker" aan. Dit is een beweegadvies voor mensen met kanker.

De gehele folder kunt u downloaden op de website van Ziekenhuis Rivierenland Tiel. Wanneer u graag onder begeleiding aan uw conditie wil werken, kunt u een verwijzing vragen aan uw behandelend arts voor de oncologiefysiotherapeut.

Met vriendelijke groet,  
De oncologiefysiotherapeuten





## DE AFDELING DIËTETIEK STELT ZICH AAN U VOOR,

Tijdens de behandeling met chemotherapie is een goede conditie belangrijk. De behandeling vergt veel van uw lichaam, daarbij is goed (blijven) eten en drinken van belang. In de periode van onderzoek en behandeling is het niet goed om af te vallen, ook al bent u misschien wat te zwaar. Gewichtsverlies gaat in deze periode vaak samen met verlies van spiermassa en krachtverlies.

Als u vóór de behandeling al risico heeft op een slechtere voedingstoestand, wordt u doorverwezen naar de diëtist. Mocht u voor de behandeling geen voedingsproblemen hebben, maar ontstaan er tijdens de behandeling wel problemen, zoals afvallen, slechte eetlust of pijn bij het slikken, bespreek dit dan met uw arts of specialistisch verpleegkundige. Zij kunnen u dan verwijzen naar de diëtist.

Indien het u niet lukt om uw gewicht te handhaven, dan kunt u de verpleegkundige of uw arts vragen om de diëtist in te schakelen. Deze bezoekt u op de afdeling tijdens een chemokuur of neemt telefonisch contact met u op. Probeer een goede, gevarieerde voeding te gebruiken.

Op internet vindt u veel informatie over voeding en kanker; hier kunt u veel tegenstrijdige en soms ook onbetrouwbare adviezen lezen. Een betrouwbare en goede website op wetenschappelijke basis is:- [www.voedingenkankerinfo.nl](http://www.voedingenkankerinfo.nl).

Het is mogelijk dat u geen problemen heeft met eten, maar dat u zich wel afvraagt of het nodig is om speciale voeding te gaan gebruiken, of waar u op moet letten bij gezonde voeding. U kunt informatie vinden op de website [www.kwf.nl](http://www.kwf.nl)

## VRAGEN

Mocht u nog vragen hebben, dan kunt u contact opnemen met de afdeling diëtetiek.

Telefoonnummer: 📞 0344 67 42 85 of mail naar diëtist @zrt.nl.





## DE AFDELINGEN MEDISCH MAATSCHAPPELIJK WERK, MEDISCHE PSYCHOLOGIE EN GEESTELIJKE VERZORGING STELLEN ZICH AAN U VOOR.

In deze Behandelwijzer leest u veel over uw medische behandeling. Er gebeurt echter méér met u. Na de diagnose komt het leven vaak op zijn kop te staan. Wat eerst vanzelfsprekend leek, is dat niet meer. Niet alleen lichamelijk, maar ook emotioneel, sociaal en geestelijk is het hebben van kanker een zware opgave. Kanker is ook in die zin een ruimte-innemende ziekte. Dat geldt niet alleen voor uzelf maar ook voor uw naasten. De fase van diagnostiek en behandeling wordt soms vergeleken met een 'tsunami' van gebeurtenissen en gevoelens, waarin u slechts kunt watertrappelen om met het hoofd boven water te blijven. Dat lukt niet altijd even goed. Dan is er méér nodig dan de mensen om u heen kunnen bieden. Dat kan een reden zijn om psychosociale hulp te zoeken. Daarin bent u niet de enige: ongeveer één op elke vier mensen met kanker heeft behoefte aan professionele psychosociale begeleiding tijdens of na de medische behandeling.

Binnen het Ziekenhuis Rivierenland werken de drie psychosociale disciplines nauw samen om u op de best mogelijke wijze te kunnen ondersteunen. Medisch Maatschappelijk Werk, Medische Psychologie en Geestelijke Verzorging bieden elk op hun eigen manier en met eigen accenten hulp aan waar u die nodig heeft. Hieronder stellen wij ons graag aan u voor.

### MEDISCH MAATSCHAPPELIJK WERK

Ziekte en opname brengen veranderingen met zich mee voor u, uw gezin en uw omgeving. De diagnose kanker is een ingrijpende gebeurtenis, waardoor er veel op u af komt. De medisch maatschappelijk werker kan u helpen bij het vinden van een nieuw evenwicht.

U kunt onder andere bij de medisch maatschappelijk werker terecht als het gaat om:

- Begeleiding en ondersteuning bij het omgaan met de ziekte en de verwerking daarvan
- Informatie en advies met betrekking tot werk, financiën, thuissituatie, regelingen en voorzieningen
- Ondersteuning aan partner, kinderen en/of andere familieleden
- Leren omgaan met emoties zoals verdriet, angst, onzekerheid en machteloosheid
- Omgaan met lichamelijke veranderingen

- Communicatie in partnerrelatie en gezin
- Contacten leggen met en/of verwijzen naar instanties of andere hulpverleners binnen of buiten het ziekenhuis

Samen met u zal gekeken worden naar mogelijkheden die bij u passen om met de gevolgen van de ziekte en de behandeling om te gaan.

## **MEDISCHE PSYCHOLOGIE**

Tijdens en na uw behandeling voor kanker spelen veel gevoelens een rol. Boosheid, verdriet, angst, maar soms ook een sterke vechtlust kunnen elkaar afwisselen. Deze gevoelens horen bij het verwerkingsproces. Soms echter blijven de emotionele reacties en gevoelens te lang en te sterk aanwezig. Ze kunnen u belemmeren in uw behandeling of herstelproces. Mensen die eerder een depressieve periode hebben meegemaakt of een angststoornis hebben, zijn hiervoor meer kwetsbaar. Het is goed om dan op tijd hulp te roepen. De behandeling op onze afdeling richt zich op het terugvinden en versterken van uw eigen vermogen tot emotioneel en geestelijk herstel.

Regelmatig komt het voor dat mensen met kanker angstig zijn of worden voor de onderzoeken en behandelingen. Zij hebben bijvoorbeeld angst voor kleine ruimtes (claustrofobie) in de MRI of angst voor naalden, bloed, het krijgen van een infuus of het ziekenhuis in het algemeen. Er bestaan goede psychologische behandelingen voor deze angstklachten, zodat u uw medische behandeling niet hoeft te vertragen of te stoppen.

Na de diagnose en tijdens uw medische behandelingen wordt soms van u gevraagd dat u onder tijdsdruk moeilijke keuzes maakt die verstrekken gevolgen hebben. In alle emoties is het vaak moeilijk om deze gevolgen te overzien. Het kan dan helpen om met een psycholoog eens alles op een rijtje te zetten, zodat voor u helder wordt wat voor u de beste keuze is.

Als de eerste medische behandelingen zijn afgerond en u uw dagelijkse leven weer gaat oppakken kunt u belemmerd worden door overmatige angst voor controles en/of door vermoeidheid. In de eerste maanden hoort dit bij het herstelproces, dit zal langzaam verminderen. Als deze problemen enige tijd na afronding van uw medische behandeling nog aanwezig zijn, dan kan een goede psychologische behandeling u weer verder helpen.





## GEESTELIJKE VERZORGING

“*luister naar mijn verhaal  
want als je luistert  
maak je woorden in mij wakker  
waarmee ik kan vertellen  
nu weet ik nog niet wat*”

uit: Luisteren en vertellen,  
*Evert Petersen*

### Op verhaal komen

Het is fijn om tijdens uw ziekteproces uw verhaal kwijt te kunnen bij uw naasten en vrienden, met uw behandelaren en verpleegkundigen. Maar soms stukt het verhaal; is de vanzelfsprekendheid zo doorbroken dat je stil valt. De geestelijk verzorgers in dit ziekenhuis zijn er voor u om samen stil te staan bij wat uw

ziekte en de behandeling teweeg brengen bij u als patiënt en bij de mensen om u heen. Samen zoeken we hoe u op verhaal kan komen. We kunnen u helpen bij het zoeken naar wat u steun en troost geeft. Wij zijn er als u wilt praten met iemand die u helpt uw gedachten te ordenen, die onbevangen naar uw pijn, verdriet en kwetsbaarheid luistert; we zijn er om samen de vragen die in u leven te verkennen. Ook vragen waar niet direct een antwoord op hoeft te komen, maar die u wel bezighouden.

De geestelijk verzorgers zijn deskundig in het omgaan met levensvragen, zingeving, spiritualiteit en ethische afwegingen.

Als u met uw gedachten alleen wilt zijn, is het Stiltecentrum een geschikte plaats, altijd open en toegankelijk voor iedereen. Voor moslim patiënten, familieleden en personeel is er ook een islamitische gebedsruimte.

## PRAKTISCHE INFORMATIE PSYCHOSOCIALE ZORG

U kunt zelf of via uw arts of verpleegkundig specialist vragen om een verwijzing naar een van de psychosociale disciplines. Vanzelfsprekend worden uw gegevens vertrouwelijk behandeld. Uitsluitend degenen die direct bij uw behandeling betrokken zijn, kunnen geïnformeerd worden ten behoeve van uw behandeling.

Medisch Maatschappelijk Werk: ☎ 0344 674636

Medische Psychologie: ☎ 0344 674523 (*secretariaat*) of ☎ 0344 726770

Geestelijke Verzorging: ☎ 0344 674522 of ☎ 0344 674521.

Of via de receptie

☎ 0344 674911,  
*desnoods ook buiten de normale werktijden.*

## KLACHTEN

Het ziekenhuis streeft er naar u een optimale zorg en service te verlenen. Toch is het mogelijk dat u daarover klachten hebt. Met klachten kunt u altijd terecht bij de direct betrokkenen. Dat kan uw arts, de verpleegkundige of een van de andere hulpverleners zijn. Zij zullen dan proberen samen met u tot een oplossing te komen. Het kan ook zijn dat u de klacht liever met iemand anders wilt bespreken. Meer informatie hierover vindt u in de brochure: Wat kan de klachtenfunctionaris voor u doen?

## PATIËNTENVERENIGINGEN

Voor veel aandoeningen bestaan er patiëntenverenigingen. Deze geven voorlichting, kunnen u in contact brengen met 'lotgenoten' en ondernemen allerhande andere activiteiten. Veel verenigingen geven folders, brochures of tijdschriften uit. Voor kankerpatiënten zijn er vele verenigingen actief, zowel landelijk als regionaal. Om enkele voorbeelden te noemen: er zijn verenigingen voor mensen met borstkanker, longkanker, gynaecologische kanker, de ziekte van Hodgkin en vele andere. Ook zijn er verenigingen voor jongeren met kanker, ouders van kinderen met kanker, enzovoorts. Vraag er naar als u interesse heeft.

## NEDERLANDSE KANKERBESTRIJDING/KWF

Sophialaan 8

1075 BR Amsterdam

Voorlichtingscentrum:

geopend van 9.00- 17.00 uur

☎ 06 022 66 22 (gratis)

## THUISZORG

Tijdens uw behandeling kan aan de orde komen dat thuiszorg in uw situatie wenselijk is. Met uw toestemming zal de verpleegkundige u dan aanmelden voor thuiszorg. Een thuiszorgmedewerker neemt vervolgens contact met u op.







Ziekenhuis  
Rivierenland  
Hét mensenziekenhuis

President Kennedylaan 1, 4002 WP Tiel  
Postbus 6024, 4000 HA Tiel

T. 0344-674911  
E. [info@zrt.nl](mailto:info@zrt.nl)  
[www.zrt.nl](http://www.zrt.nl)

