

# SMILE

---

Geselecteerde behandelingen: **chemotherapie, overige middelen**

## Middelen met hun bijwerkingen

---

### Asparaginase (chemotherapie)

- Darmen
  - diarree
- Misselijkheid en braken
- Overgevoeligheid (allergie)
- Vasthouden van vocht (oedeem)
- Verhoogde bloedsuikers
- buikpijn
- leverfunctiestoornissen
- vermoeidheid

### Dexamethason (overige middelen)

- Bloeddruk
  - hoge bloeddruk
- Huid
  - huiduitslag
- Vasthouden van vocht (oedeem)
- Verhoogde bloedsuikers
- Vetverdeling
- acné-achtige uitslag
- botontkalking
- menstruatiestoornissen
- stemmingsveranderingen

### Etoposide (chemotherapie)

- Beenmerg
  - bloedarmoede
  - tekort aan bloedplaatjes
  - tekort aan witte bloedcellen
- Darmen
  - verstopping
- Haar
  - haaruitval
- Huid

- Huidverkleuring
- Misselijkheid en braken
- buikpijn
- krachtsvermindering
- leverfunctiestoornissen
- verminderde eetlust
- vermoeidheid

### **Ifosfamide (chemotherapie)**

- Beenmerg
  - tekort aan witte bloedcellen
- Haar
  - haaruitval
- Misselijkheid en braken
- Zenuwstelsel
  - beschadigingen centraal zenuwstelsel
- koorts
- urineverkleuring
- urineverlies
- vruchtbaarheidsproblemen

### **Methotrexaat (chemotherapie)**

- Misselijkheid en braken
- buikpijn
- leverfunctiestoornissen
- pijnlijke mond
- verminderde eetlust

# Bijwerkingen en adviezen

## Beenmerg

In het beenmerg worden nieuwe bloedcellen aangemaakt. Door de behandeling kan de aanmaak van nieuwe bloedcellen door het beenmerg verminderen. Dan treedt een tekort aan verschillende bloedcellen op. Meestal merkt u daar weinig of niets van, maar het is wel belangrijk te weten op welke signalen of veranderingen u moet letten.

### bloedarmoede

Bloedarmoede is een tekort aan rode bloedcellen. Een ander woord hiervoor is anemie.

Klachten kunnen zijn:

- kortademigheid en vermoeidheid, zelfs als u maar heel weinig hebt gedaan
- het zwart voor de ogen zien bij opstaan uit bed of stoel
- bleekheid, lusteloosheid
- duizeligheid, hoofdpijn
- niet goed kunnen slapen
- niet goed kunnen concentreren
- hartklachten of hartkloppingen
- koud gevoel, transpireren

### Advies

U kunt hier zelf niets aan doen. Deze vorm van bloedarmoede (die ontstaat door de behandeling van kanker) is niet te behandelen door anders te gaan eten dan u gewend bent. Daarom is het raadzaam om bij bovengenoemde klachten contact op te nemen met uw behandelend arts.

### tekort aan bloedplaatjes

Door de behandeling kan er een tekort aan bloedplaatjes in het bloed ontstaan. Dit heet trombocytopenie. Bloedplaatjes (een ander woord is trombocyten) spelen een belangrijke rol bij de bloedstolling. Door een daling van het aantal bloedplaatjes is het bloed dunner en stolt het minder snel.

Klachten kunnen zijn:

- sneller een bloedneus krijgen
- blauwe plekken
- bloed bij plassen
- bloed bij hoesten
- bloedend tandvlees

- puntvormige bloedinkjes in de huid
- bloed bij braken
- bloed in de ontlasting
- bij vrouwen kan de menstruatie anders zijn
- heel soms spontane bloedingen

### Advies

---

Heeft u last van één of meer van bovengenoemde klachten, neem dan contact op met de behandelend arts.

Wat kunt u zelf doen:

- pas op met stoten (blauwe plekken) en krab geen wondjes open
- als u een wondje heeft, druk dit dan een tijdje stevig dicht (bijv. met een steriel gaasje)
- gebruik geen scherpe voorwerpen (elektrisch scheren is beter dan met een mesje)
- probeer de ontlasting soepel te houden door veel te drinken. Veel betekent dat u per dag 1½ tot 2 liter moet drinken; dit zijn 16 kopjes of 14 bekers per dag
- gebruik bij het tandenpoetsen een zachte borstel
- neem de temperatuur op onder de arm of met een oorthermometer (en niet via de anus)

### tekort aan witte bloedcellen

Door de behandeling kan er een tekort aan witte bloedcellen in uw bloed optreden. Een ander woord voor witte bloedcellen is leukocyten. Witte bloedcellen zorgen voor afweer tegen infecties. Heeft u te weinig witte bloedcellen, dan krijgt u eerder infecties. Ook verlopen de infecties heftiger dan normaal. Na het starten van de kuur komt er een moment dat u de minste witte bloedcellen heeft, dit noemen we de dipperiode.

Heeft u een infectie, dan kunt u verschillende klachten krijgen:

- een lichaamstemperatuur van 38,5 °C of hoger, soms met koude rillingen
- slijm ophoesten
- pijn bij het plassen
- troebele urine
- vaker plassen
- pijnlijke plekken in de mond of pijn bij het slikken
- buikpijn
- diarree

Welke klachten u krijgt, hangt af van de plaats van de infectie.

### Advies

---

Er is wel een aantal maatregelen dat u kunt nemen om de kans op infecties in een dipperiode zoveel mogelijk tegen te gaan.

- als u een van bovengenoemde klachten heeft, meet dan uw temperatuur
- als u een van bovengenoemde klachten heeft en/of een temperatuur van 38,5 °C of hoger, neem dan contact op met uw behandelend arts

- zorg voor een goede lichaamshygiëne (ga een keertje vaker onder de douche of in bad)
- controleer eventuele wondjes op ontstekingsverschijnselen: roodheid, warmte, zwelling en pijn
- een goede mondverzorging is belangrijk
- probeer vooral in de dipperiode uzelf te beschermen tegen infecties van buitenaf; ga mensen die verkouden zijn of griep hebben zo veel mogelijk uit de weg
- mijd plaatsen waar veel mensen bij elkaar zijn, zoals het openbaar vervoer, winkels, voetbalstadia en kerken
- uw voeding kan ook een infectiebron zijn, houd hier rekening mee bij wat u eet tijdens een dipperiode

## Bloeddruk

Door de behandeling kan uw bloeddruk verhogen of juist verlagen.

### hoge bloeddruk

Een hoge bloeddruk voelt u meestal niet. Is uw bloeddruk extreem hoog, dan kunt u last hebben van:

- hoofdpijn
- kortademigheid
- problemen met zien
- duizeligheid
- overmatig blozen

### Advies

---

- heeft u één van bovengenoemde klachten, neem dan contact op met uw behandelend arts.  
U kunt zelf niets doen om de bloeddruk te verlagen. De behandelend arts schrijft u medicijnen voor als dat nodig is. Ook zal uw bloeddruk regelmatig gecontroleerd worden.

## Darmen

Door de behandeling kunt u last krijgen van uw darmen. Iedereen heeft een ander ontlastingspatroon. Het is belangrijk dat uw stoelgang regelmatig is en niet te veel afwijkt van het patroon dat u voor de behandeling had.

## diarree

Diarree is een waterige dunne ontlasting waarvoor u meer dan 4 keer per dag naar het toilet moet. De opname van vocht en voedingsstoffen in uw darmen is dan verstoord. Dat komt door irritatie van het slijmvlies van de darm en door een verandering in de stofwisseling van de dunne darm. Bij diarree worden voedingsstoffen in de darmen minder goed opgenomen.

Klachten kunnen zijn:

- buikpijn/buikkrampen
- vaak aandrang om het toilet te bezoeken
- dunne ontlasting

### Advies

---

- als u last heeft van diarree is het belangrijk dat u veel drinkt om het vochtverlies aan te vullen en om uitdroging te voorkomen. Dit betekent dat u ongeveer 2 liter per dag moet drinken; dit zijn 16 kopjes of 14 bekertjes
  - het beste is om water, thee, bouillon (vooral zout) te drinken om de tekorten aan te vullen die de diarree veroorzaken
  - probeer prikkelende of scherpe voeding te vermijden.
  - eet geen grote maaltijden en geen vet, geen grove vezels en gasvormende producten, zoals ui, knoflook, kool, prei.
  - drink geen koolzuurhoudende drank (met prik), geen koffie en geen alcohol
  - een stoppend dieet heeft geen effect
  - vraag zo nodig advies aan een diëtist
- Neem bij de volgende klachten contact op met uw behandeld arts:
- als u diarree heeft die langer dan 24 uur aanhoudt
  - als er bloed bij de ontlasting zit
  - als u diarree heeft in combinatie met braken

## verstopping

Bij verstopping komt de ontlasting minder dan 3 keer per week. Klachten bij verstopping zijn:

- harde en droge ontlasting
- persen bij stoelgang
- opgezette buik
- buikpijn/darmkrampen
- verminderde eetlust door een vol gevoel

### Advies

---

- zorg dat u voldoende drinkt, minstens 2 liter per dag, dit zijn 16 kopjes of 14 bekertjes per dag
- eet vezelrijk (indien mogelijk)

- raadpleeg eventueel een diëtist voor advies
- probeer zoveel mogelijk te bewegen als u het kunt
- zo nodig kan uw behandelend arts medicijnen voorschrijven om de stoelgang te bevorderen

Neem bij de volgende klachten contact op met uw behandelend arts:

- als u langer dan 2 dagen geen ontlasting heeft gehad
- als u hevige buikkrampen heeft

## Haar

Door de behandeling kan uw haar uitvallen. Door haaruitval kunt u een gevoelige of pijnlijke hoofdhuid krijgen.

Als de behandeling is gestopt, zal uw haar na ongeveer een maand weer gaan groeien. Meestal is de haargroei na enkele maanden goed hersteld.

### haaruitval

Haaruitval (ook wel alopecia genoemd) is de meest zichtbare bijwerking van chemotherapie. Hoe komt het dat haar volledig of in mindere mate uitvalt? Kankercellen hebben de eigenschap om zich snel te delen. Het doel van chemotherapie is om de snel delende cellen te vernietigen of de groei ervan te vertragen. Daarbij treft de chemotherapie ook gezonde cellen die zich snel delen, zoals de cellen die in onze haarzakjes voor de haargroei zorgen. Met als gevolg: complete haaruitval of dunner wordend haar.

Behalve hoofdhaar kunnen ook wenkbrauwen, wimpers, oksel-, lichaams- en schaamharen uitvallen. Uw hoofdhuid kan gevoelig of pijnlijk aanvoelen. Haaruitval begint meestal enkele weken na toediening van medicijnen.

De haaruitval die door de behandeling veroorzaakt wordt, is meestal tijdelijk. Het haar begint binnen enkele weken tot maanden na het stoppen van de chemokuur weer te groeien. Wanneer uw haar weer aangroeit, kan het anders zijn dan uw oorspronkelijke haar was, zoals: de kleur, het haar kan sluiker zijn of juist meer krullen hebben. Meestal is dit tijdelijk. In enkele uitzonderlijke gevallen is de haaruitval blijvend.

Sommige medicijnen veroorzaken volledige haaruitval. Bij andere medicijnen valt het haar niet volledig uit maar kan wel dunner worden. Uw arts kan u informeren over de mate van haarverlies uw behandeling mogelijk veroorzaakt. Ook kunt u informeren of hoofdhuidkoeling mogelijk is om haaruitval zoveel mogelijk te beperken.

### Advies

- uitvallen van veel haar tegelijk vinden de meeste mensen heel vervelend; u kunt van te voren alvast uw haar kort knippen

- als uw haar is uitgevallen, kunt u een pruik dragen
- een haarwerkspecialist kan u helpen bij het kiezen van een haarstukje of pruik
- vraag om advies voordat uw haar dunner wordt, dan is goed te zien welke coupe en kleur u gewend bent
- uw eigen kapper en de verpleegkundigen zullen u informeren over adressen van haarwerkspecialisten
- synthetische pruiken zijn vaak net zo mooi als pruiken van echt haar. Ze zijn bovendien lichter van gewicht, makkelijker in onderhoud en goedkoper. Laat u in ieder geval goed voorlichten.
- (een deel van) de kosten voor een pruik of haarstukje wordt vergoed door uw ziektekostenverzekeraar. Informeer ernaar voordat u iets koopt.
- wilt u geen pruik dragen? Een goed alternatief is een pet, sjaal of muts.
- tegenwoordig kan tijdens de behandeling in het ziekenhuis hoofdhuidkoeling worden gegeven, om haaruitval zoveel mogelijk tegen te gaan. Informeer naar de mogelijkheden binnen uw ziekenhuis.
- zie ook de website <http://www.lookgoodfeelbetter.nl/>, [www.geefhaareenkans.nl/](http://www.geefhaareenkans.nl/) en [www.hoofdhuidkoeling.nl](http://www.hoofdhuidkoeling.nl) (hoofdhuidkoeling wordt niet geadviseerd bij mensen met hematologische kanker of overgevoeligheid voor kou)

## Huid

Door de behandeling kan de huid geïrriteerd raken.

### Huidverkleuring

Door de behandeling kan uw huid en/of nagels verkleuren. Klachten bij verkleuring kunnen zijn:

- tijdens de behandeling kan de huid vaal geel zijn. Dat verdwijnt als de behandeling is gestopt
- bij een lichte huid kunnen donkere vlekjes ontstaan door extra pigment in de huid
- bij een donkere huid kunnen lichte vlekken in de huid ontstaan door het verdwijnen van pigment
- donkere verkleuring van de bloedvaten waar het infuus in heeft gezeten
- donkerder worden van de handlijnen en nagels
- gemakkelijk scheuren of afbrokkelen van de nagels en in een enkel geval zelfs volledig uitvallen
- dwarse strepen op de nagels

### Advies

- probeer felle zon te vermijden
- gebruik altijd een zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor (20 of hoger)
- om de vlekken te verbergen kan er in overleg met de dermatoloog camouflerende



- crème worden gebruikt
- houd uw nagels kort
  - gebruik geen acetonhoudende nagellakremover
  - het gebruik van speciale nagelverhardende lak kan goed helpen
  - kringen onder de ogen, vlekken, huidverkleuringen en kleine littekens kunt u verhelpen met een camouflagestick; kies een kleur die het dichtst bij uw eigen huidskleur ligt.

## huiduitslag

Door de behandeling kunt u huiduitslag krijgen. We spreken van uitslag wanneer er op de huid bepaalde veranderingen optreden zoals roodheid, vlekken, puisten, pukkels of blaasjes. Dit kan optreden over de gehele huid of in de vorm van een plaatselijke uitslag.

Een veel voorkomende vorm van huiduitslag is een allergische reactie op medicijnen. Netelroos is daar een voorbeeld van. Een ander woord voor netelroos is galbulten. De allergische reactie uit zich door een jeukende, rode uitslag. Deze huiduitslag is vergelijkbaar met de huiduitslag na contact met een brandnetel. Klachten bij huiduitslag zijn:

- roodheid van de huid
- jeuk
- bultjes
- verdikte huid
- overgevoelighedsreactie/allergische reactie (in de vorm van gordelroos of netelroos)

## Advies

- huidreacties kunnen verergeren door de blootstelling aan zonlicht. Vermijd daarom fel licht op de huid en bescherm de huid met kleren en zonnebrand-crème.
- verzachtende en beschermende crèmes en zalven bevatten geen werkzame bestanddelen, maar houden de huid wel soepel en voorkomen verdere uitdroging van de huid. Klachten als jeuk, schilfering, kloven en branderige plekken verminderen door deze middelen. Ze zijn zonder recept verkrijgbaar
- voorbeelden voor een niet al te droge huid: lanettecrème en cetomacrogolcrème
- voorbeelden voor een erg droge huid: vaseline lanettecrème en vaseline cetomacrogolcrème
- metholgel kan de huid verkoeling geven

## Misselijkheid en braken

Door de behandeling kunt u last krijgen van misselijkheid en braken. U kunt de volgende klachten krijgen:

- kokhalzen en braken
- weinig of geen eetlust
- maagklachten, zoals een vol gevoel of pijn
- buikpijn of -krampen, opgezette buik, rommelingen in de buik
- dorst

Medicijnen kunnen misselijkheid en braken verminderen of voorkomen. Het is belangrijk dat u de medicijnen altijd inneemt zoals u met uw behandelend arts hebt besproken. Houdt u aan de vaste tijden om de medicijnen in te nemen, ook als u niet misselijk bent.

### Advies

- gebruik vaker een kleine maaltijd. Probeer een lege maag te vermijden door regelmatig een kleinigheidje te eten, zoals een cracker of beschuit of een schaalte yoghurt
- Ochtendmisselijkheid vermindert soms na het eten van een toastje of beschuit voor het opstaan. Leg in de avond bijvoorbeeld een pakje toastjes klaar naast het bed of een pakje met soepstengels en smeerkaas
- pas de maaltijden aan, neem geen producten die de misselijkheid vergroten
- drink veel, tenminste 1,5 liter per dag. Dit zijn 14 kopjes of 12 bekers per dag
- door op iets te zuigen, gaan de speekselklieren werken. Dit voorkomt een droge mond en een vieze smaak in de mond. Denk aan (suikervrije) zuurtjes, ijsklontje, waterijsje, zachte stukjes fruit en dropjes
- probeer of het drinken van koolzuurhoudende dranken helpt. De koolzuur kan helpen om overtollige lucht uit de maag op te voeren en zo een vol gevoel te verlichten. Neem de koolzuurhoudende drank niet te koud, dit kan weer maagklachten geven
- zorg voor een rustige omgeving en frisse lucht. Drukke en nare luchtjes kunnen de misselijkheid verergeren. Maak, wanneer mogelijk, een korte wandeling buiten. Dit kan helpen om de misselijkheid te verminderen en het eten na een maaltijd te laten zakt. Blijf uit de keuken waar net eten is klaargemaakt en ventileer uw woning goed
- probeer gerechten die koud of op kamertemperatuur zijn, deze worden vaak beter verdragen. Laat warme voedingsmiddelen en dranken afkoelen tot ze lauwwarm zijn
- neem een goede houding aan. Ga wanneer mogelijk rechtop zitten tijdens de maaltijd of probeer met het bovenste deel van het lichaam rechtop te zitten. Ga niet meteen na de maaltijd weer liggen. Blijf tot een half uur na de maaltijd rechtop zitten. De maaltijd kan zo beter zakken en dat beperkt de misselijkheid

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

Het is raadzaam om contact op te nemen met uw behandelend arts bij de volgende klachten:

- ernstig en aanhoudend braken gedurende 24 uur of langer
- als u niet voldoende kunt drinken, minder dan 1½ liter per dag (dat zijn 12 kopjes of 10 bekers)
- als u tekenen van uitdroging vertoont; dit merkt u aan een droge mond, droge huid, weinig of niet meer kunnen plassen en een donkere kleur urine.

U kunt bij uw arts vragen naar een doorverwijzing naar een diëtist.

Voor diëtisten bij u in de buurt, raadpleeg hier de [Verwijsgids Kanker](#).

## Overgevoeligheid (allergie)

De behandeling kan een allergische reactie geven. Meestal ontstaan allergische klachten direct na het innemen of toediening van medicijnen. Soms pas na enkele uren. Een allergische reactie begint vaak met:

- roodheid en huiduitslag, soms met jeuk over het hele lichaam
- kuchen
- onrust

Wat later kunnen de volgende klachten optreden:

- bleek zien
- gezwollen oogleden en een opgezet gezicht
- beklemmend gevoel op de borst
- duizeligheid (door daling van de bloeddruk)
- rillen
- misselijkheid en darmkrampen
- kortademigheid
- gevoel van onrust

#### Advies

---

- het is belangrijk dat u eventuele klachten tijdens de behandeling zo snel mogelijk meldt aan uw behandelend arts. De toediening van de medicatie wordt zo nodig tijdelijk onderbroken of gestopt. Ook kan het zijn dat u medicijnen krijgt toegediend om verergering van de klachten te voorkomen; ze verdwijnen dan meestal snel.

## Vasthouden van vocht (oedeem)

Door de behandeling kunt u last krijgen van vochtophoping op plaatsen waar normaal niet of nauwelijks vocht aanwezig is, bijvoorbeeld rond de enkels of in het gezicht.

Dat kan de volgende klachten geven:

- minder plassen
- dikke enkels, voeten en/of benen, handen of armen
- toename van het gewicht
- kortademigheid

#### Advies

---

- controleer uw gewicht regelmatig
- komt u in korte tijd veel aan, neem dan contact op met uw behandelend arts
- neem bij kortademigheid contact op met uw behandelend arts

## Verhoogde bloedsuikers

Door de behandeling kan het suikergehalte in het bloed verhogen.

Dit kan de volgende klachten geven:

- dorst
- droge mond
- vaak plassen
- vermoeidheid
- jeuk
- afvallen
- slecht genezende wondjes
- zoete geur uit de mond
- problemen met zien
- snel en diep ademhalen

### Advies

---

Heeft u één of meer van deze klachten, dan is het verstandig om contact op te nemen met uw behandelend arts. Als uw suikergehalte in het bloed is verhoogd, krijgt u misschien een dieet en aanvullende medicijnen. Ook controleert de arts regelmatig het suikergehalte in uw bloed.

## Vetverdeling

Door de behandeling kan onderhuids vet op andere plaatsen komen te zitten.

- uw nek wordt bijvoorbeeld dikker
- u kunt een boller gezicht krijgen
- soms komt er meer vet om uw middel of heupen, terwijl armen en benen juist dun blijven.

### Advies

---

Overleg met uw behandelend arts of verwijzing naar een diëtist mogelijk is.

## Zenuwstelsel

Door de behandeling kan er schade aan zenuwcellen optreden. De klachten kunnen heel verschillend van aard zijn.

### beschadigen centraal zenuwstelsel

Door de behandeling kan het centraal zenuwstelsel niet goed functioneren. Het centrale zenuwstelsel omvat de hersenen en het ruggenmerg. Het zenuwstelsel regelt de werking van het hele lichaam. Een netwerk van zenuwen door het hele lichaam verbindt de

hersenen en het ruggenmerg met de rest van het lichaam. Op die manier worden signalen van en naar het centrale zenuwstelsel doorgegeven om het lichaam aan te sturen.

Als de zenuwfunctie niet goed werkt, kunnen de volgende klachten ontstaan:

- onvast lopen
- moeite om bewegingen te coördineren
- geheugenverlies
- depressie
- hoofdpijn
- wazig zien
- sufheid
- verwardheid
- onrust
- spierspasmen
- trillen
- epileptische aanvallen

Deze klachten zijn soms enkele uren na het begin van de behandeling merkbaar. Maar het kan ook enkele weken duren voordat u iets voelt. De verschijnselen zijn meestal tijdelijk en verdwijnen vaak binnen enkele maanden na beëindiging van de behandeling.

#### Advies

---

Meld klachten aan uw behandelend arts. Indien nodig past deze de behandeling aan.

## acné-achtige uitslag

U kunt door de behandeling last krijgen van een acné-achtige huiduitslag. Dit kunt u vrij snel na het starten van de behandeling krijgen. De uitslag lijkt op acné, maar is geen acné. Deze uitslag komt vooral voor in het gezicht, op de borst, de rug en de ledematen. Na de acné-achtige huiduitslag kunnen er bruine vlekjes ontstaan: pigmentvlekjes. De kans hierop wordt vergroot door blootstelling aan zonlicht.

Het is belangrijk deze huiduitslag op tijd te behandelen met speciale zalf om infecties te voorkomen.

Deze huiduitslag mag niet behandeld worden met anti-acné middelen.

#### Advies

---

Neem bij het ontstaan van de acné-achtige uitslag direct contact op met uw behandelend arts of verpleegkundige.

Wat kunt u zelf doen?

- laat uw huid zoveel mogelijk met rust, probeer niet te krabben
- was uw huid met lauw water en gebruik geen zeep
- gebruik een pH-neutrale wasemulsie
- dep de huid voorzichtig droog

- vermijd felle zon en het gebruik van de zonnebank. Gebruik bij zonnig weer een zonnebrandcrème met beschermingsfactor 30 of hoger als u lang in de zon verblijft
- draag zoveel mogelijk katoen; dit irriteert de huid minder dan synthetische stoffen

## botontkalking

Door de behandeling kunt u botontkalking krijgen.

Klachten die kunnen optreden zijn:

- botbreuken
- het inzakken (krimpen) van ruggenwervels waardoor u kleiner of krommer wordt

### Advies

- probeer voldoende te bewegen (5 keer per week ½ uur wandelen of fietsen)
- zorg voor gezonde voeding in overleg met een diëtiste
- drink voldoende, voldoende betekent dat u per dag 1½ tot 2 liter moet drinken; dit zijn 16 kopjes of 14 bekers per dag
- overleg met uw behandelend arts over medicijnen die de afbraak van botten kunnen remmen en/of de botten steviger kunnen maken

[Lees hier meer informatie over botontkalking en welke zorgverleners u hierbij kunnen helpen](#)

## buikpijn

Door de behandeling kunt u pijn in de buik krijgen. Dat kan van de maagstreek tot in de onderbuik zijn.

## koorts

Koorts is een verhoging van de lichaamstemperatuur boven de 38,5°C. Door de behandeling kan koorts ontstaan. Dat kan ook pas een aantal dagen na toediening.

### Advies

- bij koorts heeft het lichaam extra vocht nodig. Door koorts en zweten, verliest u meer vocht dan gewoonlijk. Daarom is het belangrijk dat u voldoende drinkt. Voldoende betekent dat u per dag 1½ tot 2 liter moet drinken; dit zijn 16 kopjes of 14 bekers per dag

- alleen op advies van uw behandelend arts dagelijks 2 tot 4 tabletten (dd 1000 mg) paracetamol innemen tegen de koorts.
- heeft u koorts van 38,5 °C of hoger, neem dan direct contact op met uw behandelend arts

## krachtsvermindering

Door de behandeling kan de kracht in uw armen en benen verminderen. De volgende klachten kunnen voorkomen:

- u voelt zich slapper dan normaal
- het evenwicht kan verstoord raken
- u heeft minder uithoudingsvermogen
- u kunt eerder vermoeid zijn dan normaal

### Advies

- blijf lichamelijk actief, maar verdeel uw energie over de dag
- houd uw conditie op peil

## leverfunctiestoornissen

Door de behandeling kan de leverfunctie verstoord raken. Stoornissen van de leverfunctie zijn vaak te zien aan afwijkingen in het bloed. Daar zult u in eerste instantie niet veel van merken. Pas bij ernstige leverfunctiestoornissen kunt u klachten krijgen als vermoeidheid, complete malaise of het geel worden van de huid of ogen (geelzucht).

Als er leverfunctiestoornissen optreden, kunnen die het verloop van de behandeling veranderen. U krijgt bijvoorbeeld een lagere dosis toegediend of de behandelend arts schrijft een ander middel voor.

### Advies

- Heeft u klachten die (kunnen) wijzen op ernstige leverfunctiestoornissen, meldt dit dan aan uw behandelend arts.

## menstruatiestoornissen

Door de behandeling kan er een verandering optreden in de menstruatie, bijvoorbeeld:

- de menstruatie komt onregelmatig
- de menstruatie duurt langer dan normaal
- de menstruatie duurt korter dan normaal

- u verliest minder bloed
- de menstruatie blijft weg
- u verliest juist meer bloed dan normaal
- als u veel bloed verliest, kan dit bloedarmoede geven

Klachten bij bloedarmoede kunnen zijn:

- bleek zien
- vermoeid zijn
- kortademigheid
- gevoel van spierzwakte bij inspanning

#### Advies

---

- Heeft u last van overmatig bloedverlies, overleg dat met uw behandelend arts. Die kan medicijnen voorschrijven om de bloedingen te verminderen.

## pijnlijke mond

Als gevolg van een behandeling met chemotherapie, kan het mondslijmvlies beschadigd raken. Er ontstaat een ontstekingsreactie in de mond: ook wel orale mucositis genoemd. Hierdoor ontstaan geïrriteerde en/of kapotte mondslijmvliezen. Dit geeft diverse klachten en verhoogt de kans op infecties.

Klachten waaraan u dat merkt, zijn:

- droge mond
- brandend gevoel in mond of keel
- brandende tong
- pijnlijke lippen
- gevoeligheid voor de temperatuur van eten en drinken
- gevoeligheid bij het eten of drinken van zure of gekruide spijzen en dranken
- snel bloedend tandvlees, tandpijn
- slechte adem
- kans op tandbederf
- zweertjes
- slikproblemen
- roodheid

#### Advies

---

- overweeg voor het starten van de behandeling naar de tandarts te gaan, voor een goed verzorgd en gezond gebit
- als u tijdens de behandeling naar de tandarts moet, meld dan altijd dat u chemotherapie krijgt
- verzorg uw mond goed
- let op uw eten (vermijd pikant en zuur voedsel) en vermijd alcohol

Tips voor een goede mondverzorging:



- poets 2 tot 4 keer per dag uw tanden
- gebruik een zachte tandenborstel, eventueel een elektrische borstel of natte gazen i.p.v. een borstel
- gebruik kindertandpasta
- gebruik eventueel mentholvrije tandpasta
- als poetsen (tijdelijk) niet goed kan, gebruik dan alcoholvrije chloorhexidine mondspoeling of –spray
- reinig tussen de tanden alleen op de manier zoals u dit al gewend was, zonder het tandvlees hard te raken of te beschadigen
- spoel of spray 4 tot 10 keer per dag uw mond met water of een zoutoplossing; spoel of spray ook na eventueel braken
- drink koud water, dat kan de pijn verlichten
- probeer een rietje als drinken pijnlijk is
- houd uw lippen schoon en houd ze vet met steriele vaseline uit een tube
- draag uw gebitsprothese niet 's nachts en bewaar deze in een glas water
- draag uw gebitsprothese helemaal niet als het mondslijmvlies ontstoken is

Als uw mondslijmvlies is beschadigd, neem dan contact op met uw behandelend arts. Het is ook verstandig contact op te nemen als u onvoldoende kunt eten of drinken.

U kunt bij uw arts vragen naar een doorverwijzing naar een diëtist.

[Voor diëtisten bij u in de buurt, raadpleeg hier de Verwijsgids Kanker.](#)

## stemmingsveranderingen

Door de behandeling kan uw stemming veranderen. Afwisselend kunt u zich overdreven vrolijk voelen en veel energie hebben, het andere moment voelt u zich juist terneergeslagen, lusteloos en moe.

### Advies

- bespreek de stemmingsklachten die u ervaart met uw behandelend arts.

## urineverkleuring

Stoffen in medicijnen kunnen de urine doen verkleuren (rood of blauwgroen). De verkleuring is onschadelijk, is tijdelijk en verdwijnt meestal spontaan enkele dagen na de toediening. Urine kan ook verkleuren doordat er bloed bij de urine zit. Dit komt dan door bijvoorbeeld een blaasontsteking.

### Advies

Neem contact op met uw behandelend arts als:

- de verkleuring van de urine binnen 48 uur na de behandeling niet verdwijnt

- er bloed bij de urine zit
- als het plassen pijnlijk is

## urineverlies

Door de behandeling met sommige medicijnen zoals cyclofosfamide en ifosfamide kunt u last krijgen van ongewild verlies van urine. Klachten die kunnen optreden zijn:

- irritatie van slijmvliezen en huid in de schaamstreek
- blaasontsteking
- onaangename geur, schaamte
- problemen met intimiteit en seksualiteit
- sociaal isolement

### Advies

- ga elke 2 à 3 uur plassen, ook als er geen aandrang is
- overleg met uw arts of er gestart worden met een blaastraining
- u kunt worden doorverwezen naar een incontinentieverpleegkundige, zij kan u advies geven over het gebruik van incontinentie materiaal
- vermijd plastabletten en middelen die het plassen bevorderen, zoals koffie en alcohol
- maak gevoelens van schaamte bespreekbaar
- verzorg de huid rondom uw schaamstreek goed om te voorkomen dat deze stuk gaat

## verminderde eetlust

Uw behandeling kan zorgen voor verminderde eetlust. Meestal is dit tijdelijk. Als u vermagert binnen korte tijd, dan heeft dat een negatief effect op de algemene gezondheidstoestand. In een goede voedingstoestand kunt u de behandeling doorgaans beter aan en heeft u minder kans op complicaties.

Om uw gewicht en conditie op peil te houden, moet u voldoende energie (calorieën), eiwitten, vocht en voedingsstoffen zoals vitamines en mineralen binnen krijgen.

### Advies

Controleer uw gewicht. Door uzelf regelmatig te wegen, bijvoorbeeld één keer per week, kunt u bijhouden of u afvalt.

Tips om de eetlust weer op te wekken:

- probeer eens andere eetwaren uit of maak het eten eens op een andere manier klaar
- als u geen zin heeft om te koken, vraag dan iemand anders om dat te doen
- beweeg regelmatig en ga regelmatig een frisse neus halen
- zorg dat u altijd een tussendoortje op zak heeft als u ergens naar toe gaat
- neem de maaltijden in een rustige en aangename omgeving

- vergeet ook hapjes en drankjes niet zoals vruchtensap, schijfjes appel, kauwgom, bouillon enz.
- drink niet vlak voor de maaltijd anders neemt de eetlust af. Maar drink wel veel tijdens de maaltijd. Kauw goed op elke hap (met de mond dicht zodat er geen extra lucht bijkomt)

U kunt bij uw arts vragen naar een doorverwijzing naar een diëtist.

[Voor diëtisten bij u in de buurt, raadpleeg hier de Verwijsgids Kanker.](#)

[Meer informatie over voeding en kanker](#)

## vermoeidheid

Door de behandeling kunt u vermoeid raken. De meest voorkomende klachten zijn:

- voortdurend een gevoel van uitputting hebben
- lichamelijke en/of geestelijke inspanning kost meer moeite
- een (groot) gebrek aan energie, u denkt niets meer te kunnen
- prikkelbaarheid
- emotionele labiliteit, stemmingswisselingen
- gebrek aan belangstelling voor de omgeving
- slaperigheid en lusteloosheid

De vermoeidheidsklachten kunnen na de behandeling nog lang aanhouden. Soms enkele maanden, soms zelfs jaren. De vermoeidheid kan veroorzaakt worden door lichamelijke, psychische en emotionele omstandigheden.

### Advies

- beweeg zoveel mogelijk, want als u minder doet, gaat uw conditie achteruit
- overweeg te sporten onder begeleiding van een fysiotherapeut
- uw energie is kostbaar, ga er zorgvuldig mee om
- bepaal zelf waaraan u energie wilt besteden
- wees duidelijk over wat u wel en niet kunt en wilt doen
- vraag zo nodig hulp van familie of vrienden of schakel de thuiszorg in
- zorg dat u goed slaapt, houd u aan vaste tijden om naar bed te gaan en op te staan
- doe op tijd leuke en ontspannende dingen.

Zie ook de website [www.kanker.nl](http://www.kanker.nl) voor meer informatie over [vermoeidheid](#).

[Raadpleeg de Verwijsgids Kanker welke zorgverleners bij u in de buurt u kunnen helpen met klachten van vermoeidheid.](#)

## vruchtbaarheidsproblemen

De behandeling kan (tijdelijk) verminderde vruchtbaarheid of onvruchtbaarheid veroorzaken. Of u onvruchtbaar wordt, hangt af van:

- het soort medicijnen
- de combinatie van medicijnen
- de hoeveelheid medicijnen
- de aard van de ziekte
- uw leeftijd

### Advies

---

- vraag uw behandelend arts wat uw vooruitzichten zijn
- bent u een man, bespreek dan met uw behandelend arts de mogelijkheid van invriezen van sperma vóór het starten van de behandeling
- bij vrouwen kunnen de eicellen ingevroren worden

## Extra info veilig omgaan met excreta

Wanneer u met een chemokuur of een ander middel wordt behandeld, dan zullen de chemische stoffen uit de medicijnen via excreta uit uw lichaam verdwijnen. Excreta is een medische term voor alles wat het lichaam uitscheidt: urine, ontlasting, wondvocht, bloed, traanvocht, transpiratie, braaksel en speeksel. Dit wordt ook wel uitscheidingsproducten genoemd.

Direct (huid)contact van met name middelen uit een chemokuur in uitscheidingsproducten kan schadelijk zijn voor uw gezondheid. En voor de gezondheid van uw naasten. De chemische stoffen blijven een aantal dagen na de kuur schadelijk. Het verschilt per middel hoe lang dit is. Het kan variëren van 1 dag tot 7 dagen.

De risico's zijn voor u en uw omgeving klein, omdat u thuis slechts gedurende korte tijd in aanraking komt met cytostatica. Toch is het goed om een aantal maatregelen te nemen. Zo kunt u de risico's tot een minimum beperken.

[Lees hier meer over adviezen voor patiënten die behandeld worden met chemotherapie](#)

### Beschermende maatregelen ten aanzien van excreta

- Asparaginase: 2 dagen
- Etoposide: 5 dagen
- Ifosfamide: 3 dagen
- Methotrexaat: urine 72 uur, faeces 7 dagen

## Disclaimer

De informatie op [www.bijwerkingenbijkanker.nl](http://www.bijwerkingenbijkanker.nl) is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Middelen bij maligne aandoeningen zijn doorgaans sterk werkzame geneesmiddelen die veel bijwerkingen kunnen veroorzaken. Het optreden van bijwerkingen is onder andere afhankelijk van de dosering, de duur van de behandeling, de combinatie met andere geneesmiddelen, het onderliggend ziektebeeld en eventueel aanwezige orgaanfunctiestoornissen. Daarnaast is er een verschil in het optreden van bijwerkingen tussen verschillende patiënten. Bijwerkingen kunnen onmiddellijk na het toedienen, maar ook veel later optreden. Ondanks de onvoorspelbaarheid van het optreden en de ernst van bijwerkingen is er naar gestreefd veel gerapporteerde bijwerkingen in het systeem op te nemen. Op de informatie voor de patiënt zijn slechts de bijwerkingen die bij meer dan 10% van de patiënten voorkomen gemeld.

## Auteursrecht

De informatie op deze site mag worden gebruikt, op voorwaarde dat de bron vermeld wordt.  
Referenties naar deze website:

- [https://www.bijwerkingenbijkanker.nl/behandelplan/ziekenhuis/1/landelijke\\_informatie/](https://www.bijwerkingenbijkanker.nl/behandelplan/ziekenhuis/1/landelijke_informatie/)
- Datum: 20 sep. 2019

**Datum van aanmaak/laatste wijziging:** 13 nov. 2016