Everolimus mamma carcinoom

Borstkanker

U bent in ons ziekenhuis onder behandeling voor borstkanker en bij u is de menopauze al begonnen of achter de rug. Helaas is bij u de ziekte erger geworden of uitgezaaid. Everolimus in combinatie met exemestaan kan voortgang van de ziekte kan afremmen. Everolimus is een medicijn dat de aanmaak van eiwitten en de vorming van nieuwe bloedvaten blokkeert waardoor tumoren kleiner kunnen worden of afgeremd kunnen worden in hun groei. Exemestaan is een anti-hormonaal middel dat de aanmaakt van oestrogenen, vrouwelijke geslachtshormonen, remt waardoor deze de groei van de tumor ook wordt afgeremd.

Behandelplan

Behandeling bestaat uit het dagelijkse innemen van een tablet everolimus en een tablet exemestaan. Dit mag na een licht ontbijt. Het wordt afgeraden om everolimus in te nemen na een grote, vetrijke maaltijd omdat dit de opname van everolimus in uw lichaam vermindert. Een voorbeeld van een licht ontbijt is een sneetje brood of een beschuit of een klein schaaltje yoghurt met muesli. Volgt u de instructies van uw arts over inname van everolimus op. Het is belangrijk de tablet pas vlak voor het innemen uit de verpakking te halen omdat de tabletten gevoelig zijn voor licht en vocht. Het is ook belangrijk gedurende de studie gebruik van Sint Janskruid te vermijden alsook gebruik van grapefruit, grapefruitsap en pomeransen (zure sinaasappelen) omdat combinatie met deze stoffen de werking van everolimus kan beïnvloeden.

Gedurende de gehele behandeling wordt u ongeveer iedere 4 weken ter controle verwacht. Tijdens ieder controlebezoek op de polikliniek wordt er gevraagd naar uw medicijngebruik. Let u erop uw arts ook te informeren over gebruik van gezondheid- en voedingssupplementen, drogisterijartikelen en geneesmiddelen die door een andere hulpverlener dan uw interinist-oncoloog zijn voorgeschreven (bijvoorbeeld uw huisarts). Deze informatie is erg belangrijk. Informeert u uw arts ook over gezondheidsklachten waar u sinds uw laatste bezoek last van heeft.

Medicijn	**Dagelijks**	**Wijze van toediening**
Exemestaan	25mg	Tablet
Everolimus	10mg	Tablet

Situaties waarin u telefonisch contact op moet nemen met het ziekenhuis:

- bij één keer koorts boven 38.5 graden
- bij twee maal achter elkaar 38 graden koorts in een tussentijd van 6 uur
- bij koude rillingen
- bij aanhoudend bloeden van een wondje (langer dan 15 minuten)
- bij een lang aanhoudende bloedneus (langer dan 15 minuten)
- bij heviger bloedverlies tijdens menstruatie
- bij hartkloppingen en duizeligheid
- bij plotseling optredende kortademigheid, een gevoel van benauwdheid of een snelle ademhaling die u niet kunt corrigeren
- bij ernstig en aanhoudend braken gedurende 24 uur of langer
- bij tekenen van uitdroging: droge mond, droge huid, weinig of niet meer plassen, donkere urine
- bij pijnlijke plekjes in de mond en moeite met slikken waardoor u niet kunt eten of drinken
- bij een pijnlijk en branderig gevoel bij het plassen
- bij langer dan 24 uur aanhoudende diarree
- bij langer dan drie dagen aanhoudende obstipatie (harde ontlasting en/of verstopping)
- bij aanhoudende pijn of een branderig gevoel op de plaats van toediening van cytostatica
- bij pijnlijke handen en voeten
- bij elk ander nieuw verschijnsel waarvan u vermoedt dat het in verband staat met uw behandeling

Voeding tijdens en na behandeling

Goede voeding en een stabiel lichaamsgewicht zijn belangrijk. Het vergroot de mogelijkheid om een behandeling te doorstaan en ervan te herstellen.
Goede voeding is gevarieerd en bevat:

- Voldoende energie
- Voldoende eiwitten
- Voldoende vocht
- Vitamines en mineralen

De internist-oncoloog of de oncologieverpleegkundige zal u naar een diëtist verwijzen als u een grote kans op voedings- of gewichtsproblemen heeft. Als u zelf vragen heeft over voeding kunt u deze altijd stellen aan uw arts of verpleegkundige.

Als u supplementen gebruikt of vaak vette vis eet, dan vragen wij u dit ook te bespreken met uw arts of verpleegkundige. Er kan dan worden uitgezocht of dit eventueel schadelijk is in combinatie met chemotherapie of andere medicijnen vanwege kanker.
Voor meer informatie zie www.kanker.nl of www.voedingenkankerinfo.nl

Bewegen tijdens en na behandeling

Kanker en de behandeling daarvan hebben een grote impact op uw lichamelijke en geestelijke welzijn. Wetenschappelijk onderzoek leert dat regelmatig bewegen na de behandeling een belangrijke bijdrage kan leveren aan het opbouwen van de conditie en aan het herstel. Ook beweging tijdens de behandeling kan een positieve invloed hebben.

Bewegen tijdens een behandeling vanwege kanker is meestal veilig. Vraag uw internist-oncoloog of oncologieverpleegkundige advies over bewegingsactiviteiten die in uw situatie geschikt zijn en neem contact met hen op als u meer dan “normale” klachten ondervindt ten gevolge van het bewegen.

Werken tijdens en na behandeling

Aan het werk blijven of het werk weer oppakken na een periode van afwezigheid kan ten goede komen aan uw welbevinden en herstel. Werk kan, naast een inkomen, afleiding en houvast bieden: de aandacht gaat even niet uit naar de ziekte, maar naar andere zaken. Ook vinden veel mensen het sociale contact met collega’s prettig.

De mate waarin mensen wel of niet kunnen werken tijdens en na de behandeling is afhankelijk van verschillende factoren. Indien uw ziekte, de bijwerkingen van de behandeling, en de soort werkzaamheden die u doet het toelaten, raden wij u aan om (voor een deel) aan het werk te blijven tijdens de behandeling. Hiervoor zijn geen algemene adviezen te geven. Bespreekt u daarom uw persoonlijke situatie met de internist-oncoloog of oncologieverpleegkundige.

Er zijn wel algemene tips en adviezen over het onderhouden van contact met uw werkgever, overleg met uw bedrijfsarts, en wetgeving. Deze informatie kunt u bijvoorbeeld vinden op de website www.kanker.nl of in de folder “Wat en hoe bij Kanker en Werk. Handleiding voor mensen die kanker hebben (gehad)” (te verkrijgen via de oncologieverpleegkundige of in het Informatiecentrum Oncologie).

Bijwerkingen
De meest voorkomende bijwerkingen van everolimus zijn zweren in de mond, huiduitslag, vermoeidheid, gevoel van zwakte, bloedarmoede, diarree, verminderde eetlust, misselijkheid en braken, zwelling in de mond, jeuk, droge huid, hoesten, zwelling van de ledematen en ontstekingen. Door everolimus kunnen er veranderingen in de longen plaatsvinden. Een klein aantal patiënten dat everolimus gebruikt ontstaat een longontsteking die niet veroorzaakt wordt door een bacterie of virus (12%). Bij sommige patiënten treden geen symptomen op bij deze longontsteking, terwijl anderen een hoest en/of kortademigheid ontwikkelen. In de meeste gevallen verloopt deze bijwerking mild, maar in een enkel geval kan er een ernstigere complicatie optreden. De bovengenoemde bijwerkingen waaronder het type longontsteking gaan meestal vanzelf over wanneer everolimus gestaakt wordt.

Er kan een afname van de witte bloedcellen en bloedplaatjes in uw bloed optreden. Witte bloedcellen helpen bij de afweer tegen ziekteverwerkers en bloedplaatjes zorgen voor een goede stolling wanneer wondjes optreden. Het is onwaarschijnlijk dat de afname van witte bloedcellen en bloedplaatjes invloed op uw gezondheid zal hebben maar het is belangrijk dat uw bloed regelmatig gecontroleerd wordt gedurende deze behandeling. In enkele gevallen, wanneer het aantal bloedplaatjes in uw bloed laag is, kan everolimus u vatbaar maken voor bloedingen. De hoeveelheid natrium, kalium, magnesium en/of fosfaat in het bloed kan lager worden De concentratie van suiker, vetten (triglyceriden en cholesterol) of leverenzymen in uw bloed kan toenemen. Het cholesterolgehalte in uw bloed kan stijgen (een verhoogd cholesterolgehalte in uw bloed kan invloed hebben op het ontstaan van hart- en vaatziekten) en zal daarom gedurende dit regelmatig gecontroleerd worden.

De meest gemelde bijwerkingen van exemestaan zijn maag-darmklachten, opvliegers, gewrichts- en spierpijn, transpireren, moeheid en duizeligheid. Tot de overige bijwerkingen behoren hoofdpijn, slapeloosheid, slaperigheid, depressie, huiduitslag, haaruitval, zwakte en vocht in de benen. Soms wordt een vermindering van het aantal rode en witte bloedcellen en bloedplaatjes gezien. Bij langdurig gebruik van exemestaan kan een vermindering van de botdichtheid optreden (kans op osteoporose). De behandelend arts kan besluiten om dit tijdens het onderzoek bij u te controleren.

Indien u ernstige bijwerkingen heeft dient u onmiddellijk contact op te nemen met uw arts. Als u zich in de periode tussen de ziekenhuisbezoeken zorgen maakt over uw gezondheid, neemt u dan contact op via de aan u meegegeven telefoonnummers. Uw arts kan u adviseren met everolimus te stoppen of de dosering te verlagen naar bijvoorbeeld 1 tablet van 5 mg per dag of 1 tablet van 5 mg om de dag. Uw arts kan ook beslissen everolimus helemaal te staken. Uw arts zal deze beslissing nemen op basis van de ernst van uw bijwerkingen en de uitslagen van laboratorium onderzoek.

De volgende bijwerkingen kunnen optreden:
1. Pijnlijke mond of tong
2. Misselijkheid en braken
3. Smaakverlies of –verandering
4. Verlies van eetlust
5. Invloed op de werking van het beenmerg
6. Diarree
7. Obstipatie (harde ontlasting en/of verstopping)

8. Invloed op de longfunctie
9. Vermoeidheid/verminderde energie

Hieronder vindt u een uitgebreide beschrijving van de bijwerkingen en adviezen.

1. Pijnlijke mond of tong

De meest voorkomende bijwerkingen van everolimus, 25-50% van patiënten, zijn afwijkingen van het slijmvlies van de mond (roodheid, irritatie en zwelling) en zweertjes in de mond. De volgende adviezen kunnen helpen:

- borstel uw tanden voorzichtig na het eten en voor het slapen gaan met een zachte tandenborstel. Als uw tandvlees bloedt, gebruik dan liever gaas dan een borstel.
- gebruik alcoholvrij mondwater (maximaal 3 keer per dag).
- probeer zacht voedsel, zoals pudding, milkshakes of gebonden soep.
- vermijd gekruide, harde of zure en erg warme of koude voeding.
- neem contact op met de behandelend arts als u roodheid, irritatie en zwelling in de mond of zweertjes in de mond bemerkt.

2. Misselijkheid en braken

Door de behandeling kunt u last krijgen van misselijkheid en braken. Dit wordt veroorzaakt door de invloed van de everolimus op het maagdarmkanaal en/of door stimulatie van het braakcentrum in de hersenen. De mate waarin misselijkheid voorkomt, verschilt van persoon tot persoon.

Bijwerkingen van de medicijnen tegen de misselijkheid kunnen zijn:

- slaperigheid, stijf gevoel in de kaak, de tong of nekspieren (bij Primperan® = Metoclopramide)

Adviezen:

- het is heel belangrijk dat u voldoende drinkt: 2 liter per dag (14 glazen). Probeer niet alleen water te drinken, maar wissel dit af met bijvoorbeeld bouillon, limonade, melkproducten, vruchtensap of groentesap;
- gebruik regelmatig een kleine maaltijd, maar forceer het eten niet. Eet niet meer dan u kunt;
- wanneer u weinig eet en drinkt kunt u soms juist meer last krijgen van een ziek en misselijk gevoel vanwege een lege maag;

Meer informatie kunt u lezen in de folder 'Voeding bij kanker' van KWF Kankerbestrijding.

3. Smaakverlies of –verandering

Door de behandeling kunt u last krijgen van smaakverandering of smaakvermindering. In de meeste gevallen is dit tijdelijk van aard. Eten dat u anders lekker vond smaakt nu niet meer en eten dat u normaal gesproken niet lekker vond smaakt u nu misschien juist wel. U kunt daarom wat met de voeding experimenteren om uit te vinden welke voeding het beste bij uw veranderde smaak past.

4. Verlies van eetlust

In geval van verlies van eetlust en enig gewichtsverlies:
- neem contact op met de behandelend arts of verpleegkundige als het eten u minder smaakt.
- zij kunnen u adviezen geven om dit effect tegen te gaan en in goede conditie te blijven zonder gewichtsverlies.

5. Invloed op de werking van het beenmerg

Door de behandeling kan remming van de aanmaak van nieuwe bloedcellen door het beenmerg optreden. Dit is een tekort aan verschillende bloedcellen. Deze bloedcellen zijn: rode bloedcellen (erytrocyten), witte bloedcellen (leukocyten) en bloedplaatjes (trombocyten).

Tekort aan deze cellen kunnen verschillende klachten geven:
- Een verminderd aantal rode bloedcellen geeft kans op bloedarmoede. Verschijnselen hiervan zijn onder andere vermoeidheid, kortademigheid en duizeligheid.
- Een verminderd aantal witte bloedcellen geeft een verhoogde kans op infecties. Een infectie is te herkennen aan een temperatuur van 38,5°C of hoger al dan niet in combinatie met koude rillingen. Ook een temperatuur rond 38°C gedurende langer dan 6 uur kan wijzen op een infectie. Er zijn wel een aantal maatregelen dat u kunt treffen om de kans op een infectie zoveel mogelijk te beperken. Zorg voor een goede lichaamshygiëne, ga niet in de sauna of stoombad, controleer eventuele wondjes op ontstekingsverschijnselen en drink en eet voedingswaren die op hygiënische wijze bereid zijn.
- Een verminderd aantal bloedplaatjes geeft een verhoogde kans op blauwe plekken, een bloedneus en bloedend tandvlees. Pas op dat u zich niet stoot, snijdt of verbrandt. Snuit uw neus zachtjes en vermijd neuspeuteren. Probeer verstopping te vermijden. Gebruik paracetamol als pijnstiller en liever geen middelen als aspirine, ibuprofen en diclofenac.
- Het is beter de temperatuur onder de arm te meten of met een oorthermometer. Door rectaal gebruik van de thermometer kan er beschadiging van slijmvlies optreden met bloeding tot gevolg.

6. Diarree

Door de behandeling kunt u diarree krijgen. Diarree is een waterige dunne ontlasting meer dan vier keer per dag. De opname van vocht is dan verstoord door irritatie van het slijmvlies van de darm en een verandering in de stofwisseling van de dunne darm. Als u diarree heeft worden voedingsstoffen in de darmen minder goed opgenomen. Klachten die hiermee gepaard kunnen gaan:
- buikpijn/ buikkrampen
- frequente aandrang
- dunne ontlasting
- veranderde kleur van de ontlasting
- overgevoeligheid voor bepaalde voedingsmiddelen

Daarbij kunnen ook de volgende verschijnselen optreden:
- pijn en huidirritatie van het gebied rond de anus
- droge mond en droge huid
- donkere urine en veel minder vaak plassen

Advies:
Wanneer u last heeft van diarree is het belangrijk dat u veel drinkt om het vochtverlies aan te vullen. Bij de volgende klachten moet u contact opnemen met het ziekenhuis:
- diarree die langer dan twee dagen aanhoudt
- bloed bij de ontlasting
- diarree in combinatie met braken

7. Obstipatie (harde ontlasting en/of verstopping)

Door de behandeling kunt u last krijgen van verstopping van de darmen. Klachten die hiermee gepaard gaan zijn:
- harde en droge ontlasting
- persen bij stoelgang
- opgezette buik
- buikpijn/darmkrampen
- verminderde eetlust door vol gevoel

Iedereen heeft een ander ontlastingspatroon. In verband met de behandeling die u krijgt, is het echter belangrijk dat uw ontlastingspatroon niet te veel gaat afwijken van het patroon dat u voor de behandeling had.

Advies:
Als u **3 dagen** geen ontlasting gehad heeft, moet u contact opnemen met het ziekenhuis. Dan kunnen er medicijnen voorgeschreven worden om dit te verhelpen.

8. Invloed op de longfunctie

Door de behandeling kan de binnenbekleding van de luchtwegen worden aangetast. Hierdoor ontstaat een ontstekingsreactie, wat kan leiden tot bindweefselvorming in de long. Een andere vorm van schade ontstaat door verandering van het longweefsel zelf. In beide gevallen kan de longfunctie verminderen. Als u klachten krijgt van kortademigheid of een droge hoest, zonder verkoudheid, moet u dit aan de internist-oncoloog melden.

9. Vermoeidheid/verminderde energie

U kunt merken dat u tijdens deze behandeling minder energie heeft, sneller vermoeid raakt en emotioneel kunt zijn. Houd hier rekening mee in uw dagelijks leven; neem voldoende tijd om te rusten, maar probeer rust wel af te wisselen met activiteiten. Dagelijkse activiteiten kunt u gewoon blijven doen, misschien moet u het tempo wel aanpassen. Pas op met autorijden en het bedienen van machines.