

Chemotherapie



Inhoud

Voor wie is deze brochure?	3
Chemotherapie	4
Doel van chemotherapie	6
Behandelplan	9
Vorbereiding	10
Hoe wordt chemotherapie gegeven?	11
Chemotherapie in combinatie met andere behandelingen	13
Bijwerkingen	16
Gevolgen	18
Wisselwerking met andere middelen	20
Een moeilijke periode	22
Wilt u meer informatie?	24
Bijlage: Wat is kanker?	28

Voor wie is deze brochure?

Deze brochure is bedoeld voor mensen met kanker die (mogelijk) een behandeling krijgen met chemotherapie.

U kunt deze brochure ook laten lezen aan mensen in uw omgeving.

Een behandeling met chemotherapie roept bij de meeste mensen vragen en emoties op. In korte tijd krijgt u veel te horen. Het is niet altijd makkelijk die informatie te begrijpen. Deze brochure is bedoeld als ondersteuning daarbij.

U kunt lezen wat chemotherapie is en hoe de behandeling werkt. Wat de bijwerkingen en de gevolgen kunnen zijn.

Misschien heeft u na het lezen van deze brochure nog vragen. Met vragen over uw diagnose of behandeling kunt u het beste terecht bij uw arts of (gespecialiseerd) verpleegkundige.

Schrijf uw vragen vooraf op, zodat u niets vergeet. Op kanker.nl en in onze brochure **Kanker... in gesprek met je arts** staan vragen die u aan uw arts kunt stellen.

U heeft recht op goede en volledige informatie over uw ziekte en behandeling. Zodat u zelf kunt meebeslissen. Deze rechten zijn wettelijk vastgelegd. Voor meer informatie, kijk achter in deze brochure bij de Patiëntenfederatie Nederland (NPCF).

Meer informatie over kanker kunt u vinden op kanker.nl. Deze site is een initiatief van KWF Kankerbestrijding, de Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties en het Integraal Kankercentrum Nederland.

© KWF Kankerbestrijding, 2017

Deze brochure is een samenvatting van informatie van kanker.nl. Die informatie is gebaseerd op medische richtlijnen die door het IKNL gepubliceerd zijn en is tot stand gekomen met medewerking van patiënten en deskundigen uit diverse beroepsgroepen.

KWF Kankerbestrijding wil kanker zo snel mogelijk verslaan. Daarom financieren en begeleiden we wetenschappelijk onderzoek, beïnvloeden we beleid en delen we kennis over kanker en de behandeling ervan. Om dit mogelijk te maken werven we fondsen. Ons doel is minder kanker, meer genezing en een betere kwaliteit van leven voor kankerpatiënten.

Kanker.nl Infolijn: 0800 - 022 66 22 (gratis)

Informatie en advies voor kankerpatiënten en hun naasten
kanker.nl

Informatieplatform en sociaal netwerk voor (ex)patiënten en naasten

kwf.nl

KWF Publieksservice: 0900 - 202 00 41 (€ 0,01 p/m)

Voor algemene vragen over KWF en preventie van kanker

IBAN: NL23 RABO 0333 777 999, BIC: RABONL2U

Chemotherapie

Chemotherapie is de behandeling van kanker met cytostatica. Dit zijn medicijnen die cellen doden of de celdeling remmen. Chemotherapie is samen met een operatie en bestraling de meest toegepaste manier om kanker te behandelen.

Hoe werkt chemotherapie?

Chemotherapie werkt vooral op cellen die snel delen. De meeste kankercellen delen snel.

Nadat de medicijnen bij u zijn toegediend, verspreiden ze zich via het bloed door het hele lichaam. Zo kunnen zij bijna overal in het lichaam kankercellen bereiken.

Er zijn verschillende soorten cytostatica. Welke soort u krijgt, hangt af van de soort kanker. Op kanker.nl vind u meer informatie over de verschillende soorten.

Combinatietherapie

Behandeling met 1 soort cytostaticum heet **monotherapie**. Soms krijgt u verschillende soorten medicijnen. Dat heet een **combinatietherapie**. De combinatie versterkt vaak de werking van de afzonderlijke middelen.

Chemotherapie kan ook gegeven worden in combinatie met andere behandelingen, bijvoorbeeld met doelgerichte therapie, bestraling of met hyperthermie. U leest meer hierover in het hoofdstuk Chemotherapie in combinatie met andere behandelingen.

Met uw arts bespreekt u welke aanpak voor u de beste is.

Maatregelen thuis na chemotherapie

Heeft u een behandeling met cytostatica gehad? 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, speeksel, sperma en vaginaal vocht. Dit worden ook wel uitscheidingsproducten genoemd.

De medicijnen verlaten 1 tot 7 dagen na toediening uw lichaam via de excreta. Het gaat om hele kleine hoeveelheden. De precieze duur hiervan hangt af van het soort chemotherapie dat u heeft gekregen. De arts of verpleegkundige zal dit aangeven.

De risico's zijn voor u en uw omgeving klein. Omdat u thuis slechts gedurende korte tijd in aanraking komt met cytostatica. Vooral verpleegkundigen lopen een risico. Omdat zij er tijdens hun werk veel mee in aanraking komen.

Toch is het goed om een aantal maatregelen te nemen. Zo kunt u de kleine risico's tot een minimum beperken. En hoeft u zich niet onnodig ongerust te maken.

Op kanker.nl leest u welke maatregelen u kunt nemen.

Nieuwe ontwikkelingen

Onderzoek rond chemotherapie richt zich vooral op het verder verbeteren van de resultaten van de behandeling. En het verminderen van de bijwerkingen.

Meer informatie vind u op kanker.nl en in onze brochure [Onderzoek naar nieuwe behandelingen van kanker](#).

Doel van chemotherapie

U kunt chemotherapie als genezende, aanvullende of palliatieve behandeling krijgen.

Uw arts bespreekt met u met welk doel hij een behandeling met chemotherapie voorstelt.

Genezende behandeling

Sommige soorten kanker reageren goed op chemotherapie. De behandeling richt zich dan op genezing. Dit heet een **curatieve behandeling**. Het doel is het vernietigen van alle kwaadaardige cellen.

Aanvullende behandeling

Chemotherapie kan een aanvullende behandeling zijn die u krijgt ná een andere behandeling, bijvoorbeeld na een operatie. Dit heet een **adjuvante behandeling**. Adjuvant betekent aanvullend. Doel is:

- eventueel achtergebleven kankercellen na de operatie te vernietigen
- heel kleine, onzichtbare uitzaaiingen (micro-metastasen) te vernietigen

U kunt ook chemotherapie vóór een operatie krijgen. Dit heet een **neo-adjuvante behandeling**. Doel is:

- De tumor te verkleinen. Hierdoor kan de chirurg de tumor beter weghalen. En is een minder ingrijpende operatie mogelijk.
- Heel kleine, onzichtbare uitzaaiingen (micro-metastasen) te vernietigen.

(Neo-)adjuvante chemotherapie is bedoeld om een beter eindresultaat te bereiken. Het vergroot de kans op genezing en verkleint de kans op terugkeer van de kanker.

Palliatieve behandeling

Is genezing niet (meer) mogelijk, dan kunt u **palliatieve chemotherapie** krijgen. Deze behandeling is gericht op het remmen van de ziekte en het verminderen

of voorkomen van klachten. Een palliatieve behandeling kan bijvoorbeeld gericht zijn op pijnbestrijding. Zo kan de kwaliteit van leven verbeterd worden.

Resultaten

Kankercellen reageren verschillend op chemotherapie. Met onderzoek kan de arts zien of de chemotherapie het gewenste effect heeft. Dat kan lichamelijk onderzoek zijn, bloedonderzoek of een CT- of MRI-scan.

Meestal bekijkt de arts na 2 of 3 chemokuren of de behandeling effect heeft. Het beste bericht is dat de chemotherapie de tumor doet krimpen. De ziekte kan ook tot stilstand zijn gekomen of minder snel voortschrijden. Maar het kan ook blijken dat de chemokuur niet werkt.

In dat geval bespreekt de arts andere mogelijkheden met u. Mogelijk stelt hij een andere soort chemotherapie voor. Of een andere behandeling zoals doelgerichte therapie of immunotherapie. Misschien is een behandeling in studieverband mogelijk. Of adviseert de arts met de behandeling te stoppen.

Minder gevoelig voor behandeling - Hoe goed kankercellen reageren op chemotherapie, kan tijdens de behandeling minder worden. De kankercellen kunnen dan resistent worden voor de medicijnen. Dit betekent dat kankercellen minder goed of helemaal niet meer reageren op de chemotherapie. U krijgt dan soms andere medicijnen.

Afzien van behandeling

De behandeling kan zwaar zijn. Dat geldt ook voor de gevolgen van de behandeling. U kunt het idee hebben dat de behandeling en de gevolgen niet meer opwegen tegen de resultaten die u van de behandeling verwacht. Daardoor kunt u gaan twijfelen aan de zin van de behandeling. Het doel van uw behandeling kan hierbij een rol spelen. Krijgt u die om de ziekte te genezen? Of krijgt u die om de ziekte te remmen en klachten te

verminderen?

Twijfelt u aan de zin van (verdere) behandeling?

Bespreek dit dan met uw specialist of huisarts.

Iedereen heeft het recht om af te zien van (verdere) behandeling.

Uw arts u blijft u altijd medische zorg en begeleiding geven. Hij zal de vervelende gevolgen van uw ziekte zo veel mogelijk bestrijden.

Behandelplan

Uw arts maakt met een aantal andere specialisten een behandelplan. Zij gebruiken hiervoor landelijke richtlijnen en ze kijken naar:

- het stadium van de ziekte
- kenmerken van de tumor, bijvoorbeeld hoe agressief de kankercellen zijn
- uw lichamelijke conditie

Multidisciplinair overleg

Uw arts bespreekt uw ziektegeschiedenis met een team van gespecialiseerde artsen en verpleegkundigen. Dit heet een multidisciplinair overleg (MDO). In veel ziekenhuizen in Nederland betrekken de artsen hier ook artsen uit andere ziekenhuizen bij.

Na het MDO bespreekt de arts een behandelvoorstel met u. Tijdens dit gesprek kunt u ook uw wensen en verwachtingen bespreken.

Vorbereiding

Voordat u begint met chemotherapie is een aantal voorbereidingen nodig.

- u krijgt een informatiegesprek over de behandeling
- de arts controleert uw bloed
- de arts moet weten of en welke medicijnen u gebruikt
- soms heeft u aanvullende medicijnen nodig als ondersteunende behandeling, bijvoorbeeld tegen misselijkheid
- uw gebit moet soms gecontroleerd worden

Bloedonderzoek

Bij iedere volgende chemokuur controleert de arts altijd eerst uw bloedwaarden. Hiervoor wordt een klein beetje bloed bij u afgenomen. De arts bepaalt of uw bloedwaarden hoog genoeg zijn om de volgende kuur aan te kunnen.

Heeft uw bloed zich nog niet genoeg hersteld en zijn de bloedwaarden te laag? Dan is het soms nodig om de volgende chemokuur enkele dagen of langer uit te stellen. Soms kan de arts de dosis van de medicijnen verlagen, dan is uitstel niet nodig. Sommige patiënten krijgen extra medicijnen om de bloedwaarden te verhogen.

Gebitscontrole

Sommige soorten chemotherapie beschadigen het slijmvlies van de mond. Andere soorten chemotherapie kunnen problemen met het gebit verergeren. U kunt tijdens de behandeling klachten krijgen in uw mond of aan uw gebit. Zoals irritatie, pijn, beschadigingen en ontstekingen.

Laat voor de chemokuren uw gebit door een tandarts of mondhygiënist controleren en zo nodig behandelen. Het is belangrijk dat uw gebit op orde is en u met regelmaat naar de tandarts gaat. Uw arts of verpleegkundige kan u ook advies geven over mondverzorging.

Hoe wordt chemotherapie gegeven?

U kunt op verschillende manieren chemotherapie krijgen:

- via de mond: tabletten of capsules
- onder de huid of in een spier: met een injectie
- rechtstreeks in een bloedvat: met een injectie of via een infuus
- via de huid: crème
- in het ruggenmerg: met een injectie
- in een lichaamsholte: via een katheter (flexibel slangetje), bijvoorbeeld een blaasspoeling

Chemokuur

Chemotherapie krijgt u meestal als kuur. Dit betekent dat u altijd een periode medicijnen krijgt en een periode niet. U krijgt bijvoorbeeld enkele dagen of een week medicijnen en heeft daarna 3 weken rust. U krijgt zo'n chemokuur meestal een paar keer achter elkaar.

Het toedienen van de medicijnen kan 5 minuten duren, maar ook een paar dagen. Dat verschilt per soort chemotherapie.

U kunt de chemokuur soms krijgen op de dagbehandeling van het ziekenhuis. In sommige gevallen moet u voor een kuur langere tijd opgenomen worden in het ziekenhuis. Slikt u tabletten of capsules, dan kunt u die thuis innemen.

Duur van de behandeling

Hoe lang de behandeling duurt, hangt af van:

- het doel van de chemotherapie
- het schema waarin u de medicijnen krijgt
- de dosering van de medicijnen
- het soort medicijnen
- het resultaat van de behandeling
- hoe erg mogelijke bijwerkingen zijn

Op [kanker.nl](https://www.kanker.nl) kunt u een video over chemotherapie bekijken.

Speciale infusen

Krijgt u chemotherapie via een infuus? Dan moet u over een langere periode vaak worden geprikt. Het aanprikken van een ader kan steeds moeilijker worden. Ook kunnen de aangeprikte bloedvaten gaan ontsteken. Soms adviseert de arts daarom een speciaal infuus: een **centraal veneuze katheter**.

Dit is een flexibel slangetje, waarvan het einde van de katheter in een groot bloedvat eindigt.

Op [kanker.nl](https://www.kanker.nl) vindt u hierover meer informatie.

Plaatselijke toediening

Chemotherapie wordt soms plaatselijk gegeven. Dat betekent dat alleen de plaats waar de tumor zit wordt behandeld met chemotherapie. Voorbeelden van plaatselijke toediening zijn:

- blaasspoeling bij blaaskanker
- HIPEC bij dikkedarmkanker
- regionale perfusie bij melanoom of wekedelentumoren
- crème bij huidkanker

Op [kanker.nl](https://www.kanker.nl) vindt u meer informatie over deze behandelingen.

Chemotherapie in combinatie met andere behandelingen

Chemotherapie kan gecombineerd worden met andere behandelingen, zoals:

- bestraling
- doelgerichte therapie
- immunotherapie
- hormonale therapie
- bijnierschorschormonen
- hyperthermie (warmtebehandeling)

Het combineren van behandelingen kan de behandeling zwaarder maken door meer of ernstigere bijwerkingen.

Chemotherapie met bestraling

U kunt chemotherapie in combinatie met bestraling (radiotherapie) krijgen. Dit heet chemoradiatie. De chemotherapie maakt de kankercellen extra gevoelig voor de bestraling. U krijgt bijvoorbeeld chemoradiatie als de tumor te groot is om operatief te verwijderen.

Chemotherapie met doelgerichte therapie

Van verschillende doelgerichte medicijnen is aangetoond dat zij in combinatie met chemotherapie de kans op overleving verbeteren.

Doelgerichte therapie is een behandeling met medicijnen die de celdeling van kankercellen remmen of kankercellen doden. Deze behandeling brengt minder schade toe aan gezonde cellen dan bijvoorbeeld chemotherapie.

Bij een aantal kankersoorten is deze combinatie een vast onderdeel van de behandeling.

Chemotherapie met immunotherapie

Bij sommige kankersoorten kunt u een behandeling krijgen van chemotherapie gecombineerd met immunotherapie.

Immunotherapie is een behandeling die een afweerreactie tegen kankercellen stimuleert. Deze behandeling versterkt of verandert uw eigen afweersysteem, zodat het de kankercellen beter kan doden. De behandeling werkt niet direct in op de tumor, zoals bijvoorbeeld chemotherapie, maar is gericht op het afweersysteem zelf.

Chemotherapie met hormonale therapie

Hormonale therapie is de behandeling van kanker met hormonen. U krijgt medicijnen die de werking van hormonen verminderen. De behandeling heeft alleen nut bij hormoongevoelige tumoren. Dit zijn tumoren in de borsten, prostaat, eierstokken en hypofyse (een klein orgaan dat onderaan de hersenen hangt).

Chemotherapie met bijnierschors hormonen

Soms krijgt u een behandeling van chemotherapie met bijnierschors hormonen. Hormonen van de bijnierschors heten ook wel corticosteroiden. Veelgebruikte medicijnen zijn prednison en dexamethason. Bijnierschors hormonen onderdrukken ontstekingen en het afweersysteem.

Bij de behandeling van een aantal bloedkankers versterken chemotherapie en bijnierschors hormonen elkaars werking.

Soms krijgt u bijnierschors hormonen tegelijkertijd met de chemotherapie, maar om een andere reden. Bijvoorbeeld om bijwerkingen als misselijkheid en overgeven tegen te gaan.

Chemotherapie met hyperthermie

Hyperthermie is een warmtebehandeling. Hierbij verhoogt de arts de temperatuur van de tumor tot ongeveer 40-43 °C. Deze vorm van hyperthermie wordt niet in combinatie met chemotherapie gegeven, maar wel samen met bestraling.

Perfusie-hyperthermie - Dit is een variant op de behandeling met hyperthermie. Bij perfusie-hyperthermie wordt een warme vloeistof met chemotherapie door de bloedvaten van een lichaamsdeel gepompt. Of tijdens een operatie wordt de hele buik gespoeld met verwarmde chemotherapie. Door de hogere temperatuur hebben de medicijnen meer effect. Ook kan de chemotherapie in een hogere dosis worden gegeven zonder andere delen van het lichaam daarmee te beschadigen.

Meer informatie

Op kanker.nl vindt u meer informatie over de verschillende combinatiebehandelingen en bij welke kankersoorten ze van toepassing zijn.

Bijwerkingen

Chemotherapie heeft niet alleen invloed op kankercellen, maar ook op gezonde cellen in het lichaam.

Vooral gezonde cellen die snel groeien kunnen reageren op chemotherapie. Bijvoorbeeld:

- slijmvliescellen van de mond
- slijmvliescellen van het maag-darmstelsel
- cellen van het beenmerg
- haarcellen

Hierdoor kunt u last krijgen van bijwerkingen. In de rustperiodes van de chemokuur hebben gezonde cellen de tijd om zich te herstellen. De meeste gezonde cellen doen dat. Zo verdwijnen de bijwerkingen weer. Soms gebeurt dat na enkele dagen, soms duurt het langer.

Welke bijwerkingen u kunt hebben, hangt af van:

- soort chemotherapie
- combinatie met andere cytostatica
- dosis
- manier van toediening
- duur van de behandeling
- combinatie met andere medicijnen en/of behandelingen
- uw lichamelijke conditie

Verschillen per persoon

Het is niet te voorspellen hoe u op chemotherapie reageert. Sommige mensen hebben veel last van bijwerkingen, anderen merken er minder van.

Uw arts of verpleegkundige vertelt welke bijwerkingen u kunt verwachten. Zij kunnen u adviseren hoe u hiermee om kunt gaan.

Het is belangrijk dat u al uw klachten bespreekt met uw arts. Misschien is er een manier of middel om de bijwerkingen tegen te gaan. Soms past de arts de hoeveelheid cytostatica (tijdelijk) aan. Of stelt hij de toediening 1 of 2 weken uit.

Hoeveel last u heeft van de bijwerkingen zegt niets over het resultaat van de behandeling. Heeft u veel last, dan betekent dit niet automatisch dat de chemotherapie een goed effect heeft op uw ziekte.

Heeft u weinig last van bijwerkingen, dan wil dat niet zeggen dat de chemotherapie geen invloed heeft op uw ziekte.

Veelvoorkomende bijwerkingen

Door chemotherapie kunt u last krijgen van de volgende bijwerkingen:

- bloedarmoede
- bloedingen
- diarree
- haaruitval
- infecties
- menstratiestoornissen
- misselijkheid en overgeven
- mondproblemen
- reuk- en smaakveranderingen die leiden tot verminderde eetlust
- verminderde conditie
- vermoeidheid
- verstopping

Meer informatie

Kijk voor meer informatie over bijwerkingen op kanker.nl. Hier leest u tips en adviezen wat u kunt doen als u last heeft van bijwerkingen. En bij welke klachten u uw arts moet bellen. Ook leest u hier informatie over bijwerkingen die minder vaak voorkomen.

Gevolgen

Chemotherapie kan schadelijke effecten hebben op de lange termijn. Een aantal veelvoorkomende lange-termijngevolgen zijn:

- botontkalking
- concentratieverlies en geheugenproblemen
- gehoorschade
- hartschade door bepaalde cytostatica
- menstruatiestoornissen
- tintelingen en doof gevoel in de vingers en/of tenen: neuropathie
- nierschade door bepaalde cytostatica
- seksuele stoornissen
- verminderde vruchtbaarheid of onvruchtbaarheid
- vermoeidheid
- vervroegde overgang

Ook is er door chemotherapie een licht verhoogde kans op leukemie en myelodysplastisch syndroom (MDS: een ziekte waarbij de productie van bloedcellen ernstig is verstoord). Deze kans is ongeveer een half procent.

Uw arts of verpleegkundige vertelt u welke lange-termijngevolgen de cytostatica hebben waarmee u behandeld wordt. Zij kunnen u adviseren hoe u hiermee om kunt gaan.

Vermoeidheid - Bij een deel van de patiënten veroorzaakt chemotherapie op langere termijn vermoeidheid. Waardoor dit komt, is onbekend. Meer informatie vindt u op kanker.nl en in onze brochure **Vermoeidheid na kanker**.

Voeding - U kunt tijdens of na de behandeling problemen hebben met eten of drinken. Deze problemen verschillen per persoon en per chemokuur, en kunnen tot enige tijd na de behandeling blijven optreden.

De meest voorkomende problemen zijn: reuk- en smaakveranderingen, misselijkheid en een pijnlijke mond.

Meer informatie over voeding en kanker vindt u op kanker.nl en in onze brochure **Voeding bij kanker**.

Seksualiteit - De behandeling met chemotherapie kan invloed hebben op uw seksuele leven. De meeste mensen die chemotherapie krijgen, hebben minder zin om te vrijen of hebben er helemaal geen zin meer in. Meestal komt de zin in seks na de behandeling weer geleidelijk terug. Meer informatie vindt u op kanker.nl en in onze brochure **Kanker en seksualiteit**.

Pijn - In het begin van de ziekte hebben veel mensen geen pijn. Breidt de ziekte zich uit of zijn er uitzaaiingen, dan kunt u wel pijn hebben. Heeft u pijn door uitzaaiingen in de botten? Chemotherapie kan deze pijn verergeren. Overleg dan met uw arts. Meer informatie vindt u op kanker.nl en in onze brochure **Pijn bij kanker**.

Meer informatie

Op kanker.nl leest u uitgebreide informatie over gevolgen die kunnen optreden door chemotherapie. Ook vindt u hier adviezen hoe u hiermee om kunt gaan.

Wisselwerking met andere middelen

Sommige medicijnen kunnen een wisselwerking hebben met chemotherapie. Dat geldt ook voor sommige andere middelen, zoals kruiden of voedings-supplementen. Wisselwerking betekent dat de middelen elkaars werking kunnen beïnvloeden.

Medicijngebruik

Een aantal medicijnen kan een wisselwerking hebben met chemotherapie. Waardoor de werking van 1 of beide medicijnen minder of juist sterker wordt. Of waardoor de bijwerkingen verergeren. Voorbeelden hiervan zijn slaapmiddelen, maagzuurremmers, antidepressiva en bloedverdunners.

De medicijnen kunnen ook een wisselwerking hebben met ondersteunende medicatie, zoals medicijnen die misselijkheid tegengaan.

Hoe meer medicijnen u gebruikt, des te groter de kans op een wisselwerking tussen de medicijnen. Vertel daarom aan uw arts welke medicijnen u gebruikt. Dat geldt ook voor middelen die u zelf bij de drogist koopt. Vertel aan andere behandelaars buiten het ziekenhuis dat u met chemotherapie wordt behandeld. Ook aan uw tandarts en mondhygiënist. Zij kunnen hier dan rekening mee houden bij een behandeling.

Vitaminen, kruiden en voedingssupplementen

Gebruikt u andere middelen? Vergeet ook dat niet aan uw arts te melden. Bijvoorbeeld:

- vitaminepillen
- alternatieve (genees)middelen
- voedingssupplementen
- kruiden
- homeopathische middelen

Deze middelen kunnen ook een wisselwerking geven met cytostatica en ondersteunende medicijnen. Een hoge dosis vitamine C maakt bijvoorbeeld uw urine zuur. In combinatie met bepaalde soorten chemotherapie kan dit leiden tot nierbeschadiging.

Liever geen visolie en vette vis

Krijgt u een behandeling met chemotherapie? Dan adviseren artsen om geen voedingssupplementen met visolie te gebruiken op de dagen rondom de behandeling. Eet op deze dagen ook geen vette vis, zoals haring of makreel. Uit onderzoek blijkt namelijk dat deze producten een wisselwerking kunnen hebben met chemotherapie. Hierdoor kan de werking van chemotherapie verminderen.

Een moeilijke periode

Leven met kanker is niet vanzelfsprekend. Dat geldt voor de periode dat er onderzoeken plaatsvinden, het moment dat u te horen krijgt dat u kanker heeft en de periode dat u wordt behandeld.

Na de behandeling is het meestal niet eenvoudig de draad weer op te pakken. Ook uw partner, kinderen, familieleden en vrienden krijgen veel te verwerken. Vaak voelen zij zich machteloos en wanhopig, en zijn bang u te verliezen.

Er bestaat geen pasklaar antwoord op de vraag hoe u het beste met kanker kunt leven. Iedereen is anders en elke situatie is anders. Iedereen verwerkt het hebben van kanker op zijn eigen manier en in zijn eigen tempo. Uw stemmingen kunnen heel wisselend zijn. Het ene moment bent u misschien erg verdrietig, het volgende moment vol hoop.

Misschien raakt u door de ziekte en alles wat daarmee samenhangt uit uw evenwicht. U heeft het gevoel dat alles u overkomt en dat u zelf nergens meer invloed op heeft.

De onzekerheden die kanker met zich meebrengt, zijn niet te voorkomen. Er spelen vragen als: slaat de behandeling aan, van welke bijwerkingen zal ik last krijgen en hoe moet het straks verder.

U kunt wel meer grip op uw situatie proberen te krijgen door goede informatie te zoeken, een blog of dagboek bij te houden of er met anderen over te praten. Bijvoorbeeld met mensen uit uw omgeving, uw (huis) arts of (wijk)verpleegkundige.

Er zijn ook mensen die alles liever over zich heen laten komen en hun problemen en gevoelens voor zich houden. Bijvoorbeeld omdat zij een ander er niet mee willen belasten of gewend zijn alles eerst zelf uit te zoeken.

Extra ondersteuning

Sommige mensen zouden graag extra ondersteuning willen hebben van een deskundige om stil te staan bij wat hen allemaal is overkomen.

Zowel in als buiten het ziekenhuis kunnen verschillende zorgverleners u extra begeleiding bieden. Er zijn speciale organisaties voor emotionele ondersteuning. Kijk hiervoor achter in deze brochure bij IPSO en NVPO.

Contact met lotgenoten

Het uitwisselen van ervaringen en het delen van gevoelens met iemand in een vergelijkbare situatie kunnen helpen de moeilijke periode door te komen. Lotgenoten hebben vaak aan een half woord genoeg om elkaar te begrijpen. Daarnaast kan het krijgen van praktische informatie belangrijke steun geven.

U kunt lotgenoten ontmoeten via een patiëntenorganisatie of een inloophuis. In tientallen plaatsen in Nederland bestaan dergelijke inloophuizen. Veel inloophuizen organiseren bijeenkomsten voor mensen met kanker en hun naasten over verschillende thema's.

Achter in deze brochure vindt u de webadressen van de Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties en van de inloophuizen (IPSO).

Ook via internet kunt u lotgenoten ontmoeten. Bijvoorbeeld via kanker.nl. Hier kunt u een profiel invullen. U ontvangt dan suggesties voor artikelen, discussiegroepen en contacten die voor u interessant kunnen zijn. Vind mensen die bijvoorbeeld dezelfde soort kanker hebben of in dezelfde fase van hun behandeling zitten.

Meer informatie

Op kanker.nl en in onze brochure [Verder leven met kanker](#) kunt u meer lezen over de emotionele en sociale kanten van kanker.

Wilt u meer informatie?

Heeft u vragen naar aanleiding van deze brochure, blijf daar dan niet mee lopen. Vragen over uw persoonlijke situatie kunt u het beste bespreken met uw specialist of huisarts. Vragen over medicijnen kunt u ook stellen bij uw apotheek.

kanker.nl

Kanker.nl is een initiatief van KWF Kankerbestrijding, de Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties en Integraal Kankercentrum Nederland. Op kanker.nl kunt u uitgebreide informatie vinden over:

- soorten kanker
- behandelingen van kanker
- leven met kanker

U vindt er ook ervaringen van andere kankerpatiënten en naasten.

Kanker.nl Infolijn

Patiënten en hun naasten met vragen over de behandeling, maar ook met zorgen of twijfels, kunnen:

- bellen met de **gratis Kanker.nl Infolijn: 0800 - 022 66 22**
- een vraag stellen per mail. Ga daarvoor naar **kanker.nl/infolijn**. Uw vraag wordt per e-mail of telefonisch beantwoord.

KWF-brochures

Over veel onderwerpen zijn ook brochures beschikbaar. Deze zijn gratis te bestellen via **kwf.nl/bestellen**.

Andere organisaties

Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties (NFK)

Binnen NFK werken kankerpatiëntenorganisaties samen. Zij komen op voor de belangen van (ex) kankerpatiënten en hun naasten. NFK werkt samen

met en ontvangt subsidie van KWF Kankerbestrijding. Voor meer informatie: nfk.nl.

NFK heeft een platform voor werkgevers, werknemers en mantelzorgers over **kanker en werk**. De werkgever vindt er bijvoorbeeld tips, suggesties en praktische informatie om een medewerker met kanker beter te kunnen begeleiden. Ook is het mogelijk om gratis folders te downloaden of te bestellen. Voor meer informatie: kanker.nl/werk.

IKNL

Het Integraal Kankercentrum Nederland (IKNL) zet zich in voor het optimaliseren van de zorg voor mensen met kanker. Deze landelijke organisatie is gericht op het verbeteren van bestaande behandelingen, onderzoek naar nieuwe behandelmethoden en medische en psycho-sociale zorg. Voor meer informatie: iknl.nl.

Verwijsgidskanker.nl helpt u bij het vinden van ondersteunende behandeling en begeleiding bij kanker.

IPSO

IPSO is de branche-organisatie voor inloophuizen en psycho-oncologische centra. Zij begeleiden en ondersteunen patiënten en hun naasten bij de verwerking van kanker en de gevolgen daarvan. Voor adressen zie ipso.nl.

NVPO

Contactgegevens van gespecialiseerde zorgverleners, zoals maatschappelijk werkers, psychologen en psychiaters, kunt u vinden op nvpo.nl.

Look Good...Feel Better

Look Good...Feel Better geeft praktische informatie en advies over uiterlijke verzorging bij kanker. Voor meer informatie: lookgoodfeelbetter.nl.

Hoofdhuidkoeling

Hoofdhuidkoeling tijdens chemotherapie kan haaruitval voorkomen of verminderen. Kijk voor meer informatie en een actueel overzicht van ziekenhuizen waar hoofdhuidkoeling wordt gegeven op hoofdhuidkoeling.nl of geefhaareenkans.info.

Vakantie en recreatie (NBAV)

De Nederlandse Branchevereniging Aangepaste Vakanties (NBAV) biedt aangepaste vakanties en accommodaties voor onder andere kankerpatiënten en hun naasten. Jaarlijks geeft zij de Blauwe Gids uit, met een overzicht van de mogelijkheden. Deze gids is te bestellen via deblauwegids.nl.

Patiëntenfederatie Nederland

De Patiëntenfederatie Nederland is een samenwerkingsverband van (koepels van) patiënten- en consumentenorganisaties. Zij zet zich in voor alle mensen die zorg nodig hebben. Voor brochures en meer informatie over patiëntenrecht, klachtenprocedures e.d. kunt u terecht op patiëntenfederatie.nl. Klik op 'Thema's' en kies voor 'Patiëntenrechten'.

Revalidatie

Tijdens en na de behandeling kunnen kankerpatiënten last krijgen van allerlei klachten. Revalidatie kan helpen klachten te verminderen en het dagelijks functioneren te verbeteren. Informeer bij uw arts of (gespecialiseerd) verpleegkundige. Voor meer informatie: kanker.nl.

De Lastmeter

De Lastmeter (© IKNL) is een vragenlijst die u van tijd tot tijd kunt invullen om uzelf en uw arts en verpleegkundige inzicht te geven in hoe u zich voelt. Als een soort thermometer geeft de Lastmeter aan welke problemen of zorgen u ervaart en of u behoefte heeft aan extra ondersteuning. Bekijk de Lastmeter op lastmeter.nl.

Thuiszorg

Het is verstandig om tijdig met uw huisarts of wijkverpleegkundige te overleggen welke hulp en ondersteuning u nodig heeft. En hoe die het beste geboden kan worden. Heeft u thuis verzorging nodig? Kijk voor meer informatie op rijksoverheid.nl, regelhulp.nl, ciz.nl, de websites van uw gemeente en zorgverzekeraar.

Bijlage: Wat is kanker?

Er zijn meer dan 100 verschillende soorten kanker. Elke soort kanker is een andere ziekte met een eigen behandeling. Eén eigenschap hebben ze wel allemaal: een ongecontroleerde deling van lichaamscellen.

Celdeling

Ons lichaam is opgebouwd uit miljarden bouwstenen: de cellen. Ons lichaam maakt steeds nieuwe cellen. Zo kan het lichaam groeien en beschadigde en oude cellen vervangen.

Nieuwe cellen ontstaan door celdeling. Uit 1 cel ontstaan 2 nieuwe cellen, uit deze 2 cellen ontstaan er 4, dan 8, enzovoort.

Normaal regelt het lichaam de celdeling goed. In elke cel zit informatie die bepaalt wanneer de cel moet gaan delen en daar weer mee moet stoppen. Deze informatie zit in de kern van elke lichaamscel. Het wordt doorgegeven van ouder op kind. Dit erfelijk materiaal heet DNA. DNA bevat verschillende stukjes informatie die genen worden genoemd.

Ongecontroleerde celdeling

Elke dag zijn er miljoenen celdelingen in uw lichaam. Tijdens al die celdelingen kan er iets mis gaan. Door toeval, maar ook door schadelijke invloeden. Bijvoorbeeld door roken of te veel zonlicht. Meestal zorgen reparatiegenen voor herstel van de schade.

Soms werkt dat beschermingssysteem niet. De genen die de deling van een cel regelen, maken dan fouten. Bij een aantal fouten in dezelfde cel, gaat die cel zich ongecontroleerd delen. Zo ontstaat er kanker.

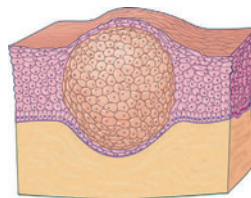
Solide kanker

Kanker die ontstaat in een orgaan heet solide kanker. Solide betekent vast, hecht en stevig. Door de ongecontroleerde celdeling ontstaat er een gezwell. Een ander woord voor gezwell is tumor.

Er zijn goedaardige en kwaadaardige tumoren.

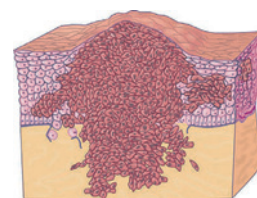
- Goedaardige gezwellen groeien niet door andere weefsels heen. En ze verspreiden zich niet door het lichaam. Een voorbeeld van een goedaardig gezwell is een vleesboom in de baarmoeder of een wrat. Zo'n tumor kan tegen omliggende weefsels of organen drukken. Dit kan een reden zijn om de tumor te verwijderen.
- Bij kwaadaardige tumoren gedragen de cellen zich heel anders. Dit komt omdat de genen die de cellen onder controle houden zijn beschadigd. Een kwaadaardige tumor kan in omliggende weefsels en organen groeien. Zij kunnen ook uitzaaien. Alleen een kwaadaardige tumor is kanker.

Voorbeelden van solide kankersoorten zijn: darmkanker, borstkanker, longkanker.



Goedaardig gezwell

De gevormde cellen dringen omliggend weefsel niet binnen.



Kwaadaardig gezwell

De gevormde cellen dringen omliggend weefsel wel binnen.

Uitzaaiingen - Van een kwaadaardige tumor kunnen cellen losraken. Die kankercellen kunnen via het bloed en/of de lymfe ergens anders in het lichaam terechtkomen. Ze kunnen zich daar hechten en uitgroeien tot nieuwe tumoren. Dit zijn uitzaaiingen. Een ander woord voor uitzaaiingen is metastasen.

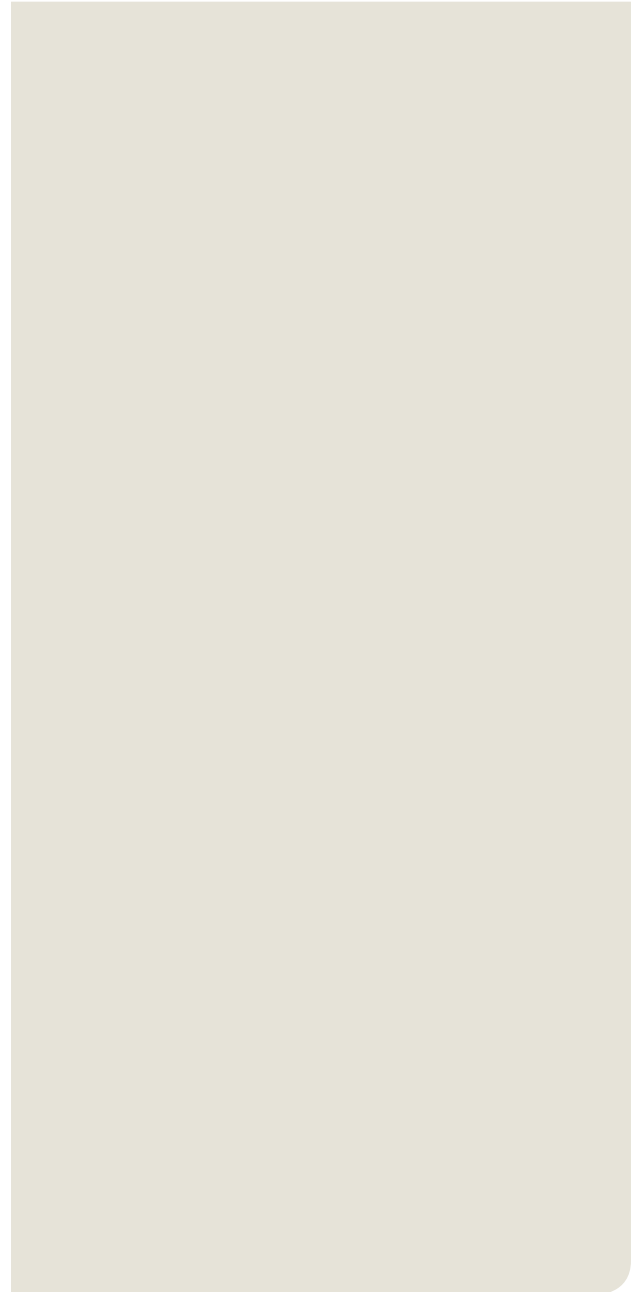
Niet-solide kanker

Niet-solide kanker ontstaat in weefsels of cellen die op verschillende plaatsen in het lichaam zitten.

Niet-solide betekent: vloeibaar of los. Voorbeelden van niet-solide kankersoorten zijn: leukemie, lymfeklierkanker, multipel myeloom.

Verspreiding - Bij niet-solide kanker zitten de kankercellen dus niet in een orgaan, maar in het bloed, het lymfestelsel of het vloeibare deel van het beenmerg. Het bloedvaten- en lymfestelsel zijn transportsystemen in ons lichaam. Zo kan de ziekte zich snel naar andere plaatsen in het lichaam verspreiden. Bij niet-solide kanker spreken we niet van uitzaaiingen, maar van verspreiding.

Notities



Kanker.nl Infolijn

0800 - 022 66 22 (gratis)

Informatie en advies voor kankerpatiënten
en hun naasten

kanker.nl

Informatieplatform en sociaal netwerk voor
(ex)patiënten en naasten

KWF-brochures

kwf.nl/bestellen

Bestelcode F17

KWF Kankerbestrijding

Delflandlaan 17
1062 EA Amsterdam
Postbus 75508
1070 AM Amsterdam



Samen komen we steeds dichterbij

