

Behandeling met Capecitabine (Xeloda®) bij Mammacarcinoom

Deze folder schetst een beeld van de behandeling van borstkanker met chemotherapie.

Hoe gaat zo iets in zijn werk? Wat gebeurt er met uw lichaam? Wat zijn de bijwerkingen van de verschillende middelen en hoe kunt u daar het best mee omgaan?

Waarom chemotherapie?

Capecitabine (Xeloda®) chemotherapie is de behandeling van kanker met medicijnen, zogenoemde cytostatica, die de celdeling remmen. Na toediening komen ze in het bloed terecht en worden zo door het lichaam verspreid en kunnen zij kankercellen vrijwel overal in het lichaam bereiken. Het hele lichaam wordt aangepakt, inclusief het gezonde deel. Maar de gezonde cellen herstellen zich aanzienlijk sneller dan de kwaadaardige. Daar maakt de chemotherapie gebruik van. Het is erop gericht om kwaadaardige cellen te vernietigen, met optimaal behoud van de gezonde cellen.

Voor het krijgen van chemotherapie moet het lichaam in goede conditie zijn. Vooral het bloedbeeld moet in orde zijn, met name de verschillende soorten bloedcellen die in het beenmerg worden aangemaakt (rode en witte bloedcellen en de bloedplaatjes). Daarom wordt tijdens de behandeling steeds uw bloed gecontroleerd en komt u vooraf aan elke nieuwe cyclus op de poli. Als dat niet voldoende hersteld is, of als er andere klachten zijn die een bezwaar vormen voor de toediening van chemotherapie, kan de arts besluiten de kuur uit te stellen of de dosering van de chemotherapie te verlagen.

Het is moeilijk te voorspellen of u veel of weinig last van de chemotherapie ondervindt. Sommige mensen merken nauwelijks iets van bijwerkingen. Anderen voelen zich een paar dagen niet lekker, of zijn echt ziek. Ook kan het zo zijn dat u zich na de ene kuur goed voelt, en na de andere kuur meer klachten heeft. In de 'rust' tussen de kuren kunt u lichamelijk en geestelijk weer op krachten komen en voelt u zich aanzienlijk beter.

De behandeling in de praktijk

Capecitabine-tabletten worden 2x per dag (met een interval van 12 uur) ingenomen. Neem de voorgeschreven dosering binnen 30 minuten na een (kleine) maaltijd in met water. Probeer dit zo veel mogelijk op hetzelfde tijdstip te doen. Kauw niet op de tabletten. Bij problemen met innemen mag u de tabletten malen en oplossen op aanwijzing van de apotheek. Indien aanwezig mag u de tabletten ook via een voedingssonde toedienen. U neemt de Capecitabine-tabletten gedurende 14 achtereenvolgende dagen in.

Het tijdstip van innemen van de tweede dosering is afhankelijk van het tijdstip waarop u de eerste dosering heeft ingenomen. Neemt u de eerste dosering 's avonds, neem dan de tweede dosering de volgende ochtend (12 uur later).

In totaal neemt u 28 doseringen in. Vergeet u een dosis in te nemen of braakt u de dosering uit? Neem de vergeten of uitgebraakte dosis niet alsnog in, verdubbel ook niet de volgende dosis. Neem bij twijfel contact op met uw behandelend arts of verpleegkundig specialist.

Uitscheiding

Urine, ontlasting, bloed, braaksel, wond- en drainvocht zijn lichamelijke uitscheidingsproducten. In dit vocht kan de eerste dagen na de behandeling kleine resten chemotherapie aanwezig zijn. Dit kan schadelijk zijn voor de omgeving. De verwachting is dat de aanwezigheid van chemotherapie in sperma en vaginaal vocht minimaal is. Ga intimiteit niet uit de weg.

Capecitabine: **tot 2 dagen** na het stoppen van de behandeling zijn er kleine resten aanwezig. Extra voorzichtigheid is geboden tot twee uur na inname van de tabletten. De oorspronkelijke toegediende dosis kan dan aanwezig zijn in het braaksel.

Wat kunt u doen?

- Toilet gebruik: voorkom spetteren of morsen ter verspreiding van resten chemotherapie. Trek tweemaal door met een gesloten deksel. Mannen wordt geadviseerd zittend te plassen.
- Bevuilde kleding of linnengoed eerste dagen na de behandeling: is uw kleding bevuild bijvoorbeeld door misselijkheidsklachten? Spoel uw kleding eerst met koud water af, hierna mag het meegewassen worden op een normaal programma van de wasmachine.
- Zorg dat er tijdens een behandeling met chemotherapie geen zwangerschap kan ontstaan. Gebruik bij seksueel contact goede anticonceptiemiddelen zoals een condoom.

Behandelschema Capecitabine

Medicatie	toediening	1x per 3 weken		
		dag/dagen cyclus		
chemotherapie		1	2 - 14	15 - 21
Capecitabine	tablet	✓	✓	
anti-emetica thuis				
Metoclopramide 10mg	tablet, 3x per dag - zo nodig		✓	

Het aantal behandelingen dat toegediend wordt kan per patiënt verschillend zijn. Dit hangt samen met de wijze waarop men de chemotherapie verdraagt en de mate waarin het ziekteproces reageert op de therapie. Verdraagt u de chemotherapie goed en neemt het ziekteproces in omvang af of blijft het stabiel, dan wordt de behandeling voortgezet.

- Voorafgaand de chemotherapie vindt een gesprek plaats met uw behandelend arts of verpleegkundig specialist en wordt uw bloedbeeld gecontroleerd.

Specifieke bijwerkingen bij Capecitabine

Capecitabine en vingerafdrukken

Uw vingerafdrukken kunnen verdwijnen tijdens de behandeling. Dit is tijdelijk, maar kan vervelend zijn. Bijvoorbeeld als uw vingerafdruk nodig is bij een controle door de douane. Na het stoppen met dit middel komen uw vingerafdrukken weer onveranderd terug.

Door de behandeling kunt u last krijgen van maag-darmklachten: klachten die te maken hebben met het spijsverteringskanaal. Dit loopt van de mond tot en met de anus. Klachten kunnen zijn: een ander ontlastingspatroon, maag- of buikpijn, opgeblazen gevoel of winderigheid.

Misselijkheid

Om misselijkheidsklachten zo beperkt mogelijk te houden, kunt u metoclopramide gebruiken. Dit zijn tabletten of zetabletten van 10mg en deze mag u bij klachten 3x per dag innemen, bij voorkeur een halfuur voor de maaltijd. Indien de misselijkheidsklachten hierbij aanhouden, neem dan contact op met uw behandelend arts of verpleegkundig specialist.

Wat u doen?

- Het is belangrijk dat u uw medicijnen altijd inneemt zoals u met uw zorgverlener hebt besproken. Houdt u aan de vaste tijden om uw medicijnen in te nemen, ook als u niet misselijk bent.
- Door het overgeven verliest u meer vocht dan normaal. Het is belangrijk om genoeg te blijven drinken, minstens 1,5 tot 2 liter per dag. Dit zijn ongeveer 10 - 12 glazen. Denk aan water, thee, bouillon, sap of limonade.
- Eet kleine porties. Neem meerdere kleinere maaltijden en/of tussendoortjes op een dag, in plaats van 3 grote maaltijden.
- Forceer het eten niet. Eet op momenten wanneer u minder misselijk bent en pauzeer bij hevige misselijkheid.

Diarree

Diarree is dunne tot waterdunne ontlasting, meer dan 6x per dag.

Neem direct contact op met uw behandelend arts of verpleegkundig specialist indien:

- De diarree frequentie meer dan 6x per dag is.
- U minder dan 1 liter vocht drinkt.
- De diarree langer dan 24 uur aanhoudt.
- Andere klachten ontstaan zoals koorts of braken.

Wat kunt u doen?

- Voeding is meestal niet de oorzaak van diarree. Een streng dieet is niet nodig. Wel kan het helpen om verschillende dingen te eten. Vasten of minder eten is niet verstandig.
- Vermijd koffie, alcohol, zure dranken, producten met zoetstoffen of producten met lactose.
- Eet of drink (tijdelijk) meer zout. Als u diarree heeft, verliest u meer zout dan normaal. Neem regelmatig een kop soep of bouillon. Overleg met uw zorgverlener als u niet te veel zout mag eten.
- Eet kleine porties. Kies in plaats van 3 grote maaltijden voor kleinere porties verdeeld over de dag.

Neem nooit medicijnen, supplementen of probiotica (bacteriën die de darmen kunnen helpen) tegen diarree zonder dit met uw zorgverlener te bespreken.

Huidreactie van de handen en voeten (Hand - voet syndroom)

Handpalmen en voetzolen kunnen door Capecitabine rood en gezwollen raken en pijnlijk aanvoelen. Bij pijnlijke handen en/of voeten moet u contact opnemen met uw behandelend arts of verpleegkundig specialist.

Ook kan de huid van het gehele lichaam droog worden en er kan jeuk optreden. De huid wordt gevoeliger voor zonlicht. Wanneer Capecitabine gedurende langere tijd ingenomen wordt, kan de huidskleur iets bruiner worden dan voor u normaal is.

Wat kunt u doen?

Behandel uw huid en vooral uw handen en voeten met zorg. Gebruik een vette crème om de huid soepel te houden. Draag geen knellende schoenen en zorg ervoor dat u geen wondjes aan handen en voeten krijgt. Zit niet in de volle zon; u kunt veel sneller verbranden dan u gewend bent. Meld huidklachten aan uw behandelend arts of verpleegkundig specialist.

Pijn op de borst

Wanneer er pijn op de borst optreedt (vooral tijdens inspanning), dient de behandeling met Capecitabine onmiddellijk gestaakt te worden. Neem direct contact op met uw behandelend arts of verpleegkundig specialist.

Gevoelige mondholte

Treden er klachten op dan zijn de eerste symptomen een droge, gevoelige mond en rood mondslijmvlies. Het tandvlees en slijmvlies kan door de verminderde afweer gaan ontsteken en er kunnen blaartjes ontstaan. U kunt een droge mond krijgen door verminderde speeksel productie en de kans op cariës neemt toe. Er kunnen kloofjes ontstaan in de lippen en mondhoeken. Het eten kan hierdoor bemoeilijkt worden.

Wat kunt u doen?

Verzorg de mond na iedere maaltijd. Gebruik een zachte tandenborstel, tandpasta met fluoride en houten tandenstokers.

- Ga voorzichtig met het tandvlees om. Verwijder 1x daags zorgvuldig alle tandplak, ook uit de ruimten tussen de tanden. Verzorg ook het mondslijmvlies door de mond krachtig te spoelen en te gorgelen met een zoutoplossing (1 afgestreken theelepel zout op een grote mok water).
- Heeft u een kunstgebit, dan is het belangrijk dit ook schoon te maken en het bij het spoelen uit te doen, zodat de hele mond goed schoon wordt.
- Voorkom kloofjes door de lippen en mondhoeken vet te houden. Moet u naar de tandarts,
- vertel dan dat u een behandeling met chemotherapie ondergaat. Dit kan betekenen dat
- sommige tandheelkundige ingrepen beter even kunnen wachten.

Vermoeidheid

Ernstige vermoeidheid kan een vervelend gevolg zijn van de chemotherapie. Tot voor kort werd vaak geadviseerd het rustig aan te doen tijdens de chemotherapie en vooral niet inspannend

bezig te zijn. Uit onderzoek is nu gebleken dat dit rustig aan doen ernstige vermoeidheid niet kan voorkomen. Er is zelfs aangetoond dat bewegen tijdens de chemotherapie vermoeidheid beperkt en een positieve invloed heeft op het lichamelijke en emotioneel functioneren.

Wat kunt u doen?

Het advies is dus niet rust, maar juist bewegen. Met bewegen wordt niet intensief sporten bedoeld maar lopen, fietsen, zwemmen, enzovoort. Het is belangrijk te streven naar ongeveer 2,5 uur per week lichamenlijk actief te zijn, bijvoorbeeld elke dag 20 - 30 minuten in eigen tempo. Voor iemand die al voldoet aan de streefwaarde is het advies om dit tijdens de chemotherapie ook zo lang mogelijk vol te houden.

Wanneer contact met Amsterdam UMC - locatie VUmc?

Bij een kuur kunnen zich dus tal van 'normale' bijwerkingen voordoen. Deze kunnen vervelend zijn, maar vormen geen reden tot ongerustheid. Het is goed te weten dat de mate waarin de bijwerkingen optreden niets zegt over het uiteindelijke resultaat van de behandeling. Uiteraard staat u niet alleen. U kunt rekenen op hulp en steun van Amsterdam UMC. Met vragen of problemen kunt u bij ons terecht. Doet zich iets ongewoons voor, dat u niet vertrouwt, aarzelt u dan niet om contact op te nemen, met de afdeling Medische oncologie.

Neem in ieder geval contact op bij:

- koorts (temperatuur boven 38,5 °C bij voorkeur rectaal of met de oorthermometer gemeten)
- koude rilling
- spontane blauwe plekken
- aanhoudend bloedverlies
- aanhoudende diarree
- ontstoken mondslijmvlies.

Ook bij elk ander nieuw verschijnsel waarvan u denkt dat het belangrijk kan zijn.

Wie kunt u bellen indien u contact moet opnemen of vragen heeft?

- Verpleegafdeling 3C
voor acute vragen buiten kantooruren - telefoon: 020 - 444 21 31
- Administratie polikliniek
voor alle vragen over kuurplanning, afspraken en klachten
werkdagen van 8.30 -15.30 uur telefoon 020 - 444 05 22

Informatie en voorlichting

U kunt bij de verpleegkundig specialist (Medische oncologie) terecht voor vragen over voorlichtingsmateriaal. Zij biedt folders aan van de afdeling, van Amsterdam UMC en van KWF Kankerbestrijding, met betrouwbare informatie over ziektebeelden, leefstijl en andere relevante onderwerpen. Daarnaast kan zij u ook wijzen op websites en andere betrouwbare bronnen waar u meer informatie kunt vinden, zoals:

- www.kanker.nl/verwijsgids
Hier kunt u oncologisch gespecialiseerde hulpverlener opzoeken voor bijvoorbeeld fysiotherapie
- www.voedingenkankerinfo.nl
Adviezen bij chemotherapie en voeding.