

Carboplatine en gemcitabine

Binnenkort komt u voor een behandeling naar Amsterdam UMC, locatie VUmc. Hier krijgt u carboplatin en gemcitabine. In deze folder leest u meer over uw behandeling.

- Heeft u nog vragen, neem dan gerust contact op met uw casemanager van de polikliniek of vraag het aan de verpleegkundige op de afdeling.

Contactgegevens

Afsprakenbalie dagbehandeling (DBU)

bereikbaar op werkdagen 08.00 - 16.30 uur

- telefoonnummer 020 444 05 22
 - u belt naar dit nummer als u vragen heeft over uw afspraken en als u bijvoorbeeld niet op tijd bent voor uw afspraak.

Casemanagers Gynaecologische Oncologie

bereikbaar op werkdagen 09.00 - 16.00 uur

- telefoonnummer 06 500 930 33
 - dit nummer belt u als u vragen en/of klachten heeft en wilt overleggen.

Verpleegafdeling 3B Gynaecologische Oncologie

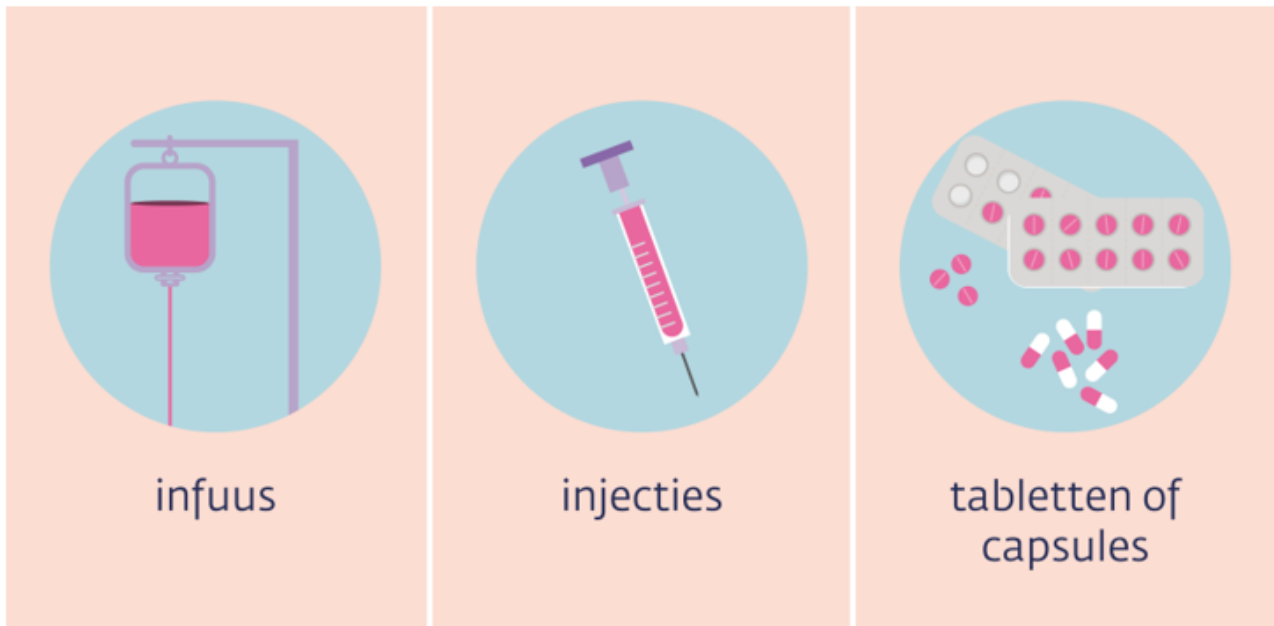
24/7 bereikbaar

- telefoonnummer 020 444 22 30
 - dit nummer belt u 's avonds, 's nachts en in het weekend bij klachten die niet kunnen wachten tot de volgende dag.

Wat is chemotherapie?

Chemotherapie is een behandeling met medicijnen die kankercellen doodt. Of zorgt dat de kankercellen minder snel delen. De medicijnen bij chemotherapie gaan via het bloed door het hele lichaam. Zo bereiken ze de kankercellen.

Medicijnen die voor chemotherapie worden gebruikt heten cytostatica. Er zijn verschillende soorten en ze werken allemaal op een andere manier. Welke medicijnen er in uw behandeling zit, hangt af van de soort kanker die u heeft. De oncoloog heeft met u besproken dat u carboplatine en gemcitabine gaat krijgen.



Bron: www.kanker.nl

Chemokuur

Chemotherapie bestaat meestal uit een aantal chemokuren, u krijgt in totaal 6 chemokuren. U zult 1x per 3 weken chemotherapie krijgen.

Voor iedere kuur krijgt u een afspraak bij de oncoloog. Dit kan telefonisch zijn of fysiek op de polikliniek. Een uur voorafgaand aan deze afspraak adviseren wij u bloed te laten prikken bij het laboratorium. Het laboratorium bevindt zich in de polikliniek op de eerste etage bij receptie P.

Zijn uw bloedwaarden goed en heeft u niet te veel last van bijwerkingen? Dan begint u aan de chemokuur.

Opname

Voor uw behandeling moet u zich aanmelden op de Dagbehandeling Unit (DBU). Deze bevindt zich op de 4^e-etage van de W-toren in de polikliniek. Na het aanmelden neemt u plaats in de wachtruimte, u wordt daar door een verpleegkundige opgehaald. Er mag maximaal 1 begeleider/bezoeker mee.

Het infuus wordt meestal in uw onderarm ingebracht. Zolang de therapie inloopt via het infuus mag u niet van de afdeling af. Als de therapie en de naspoeling ingelopen is, wordt het infuus door de verpleegkundige verwijderd en mag u weer naar huis.



Bron: www.kanker.nl

Wat neem ik mee naar de opname

Het is verstandig uw eigen medicatie mee te nemen, het is fijn als u iets meeneemt om te doen terwijl het infuus inloopt, bijvoorbeeld een boek, handwerkje of laptop/lpad. Verder is het prettig om een t-shirt met korte mouwen aan te hebben met eventueel een vest of sjaal tegen de kou.

Hieronder ziet u uw behandelingschema

Medicatie	toediening	1x per 3 weken				
		dag/dagen cycli				
Chemotherapie		1	2	3	4	5 - 21
carboplatine	intraveneus in 30 minuten	✓				
gemcitabine	intraveneus in 30 minuten	✓				
Anti-misselijkheid						
dexamethason	oraal of intraveneus	✓				
ondansetron	oraal of intraveneus	✓				
Anti-misselijkheid thuis						
metoclopramide	3x per dag oraal of rectaal		✓	✓	✓	
Duur behandeling	± 1,5 uur					

Medicatie thuis

De dag nadat u chemotherapie heeft gekregen wordt u geadviseerd om 3x per dag gedurende 3 dagen metoclopramide in te nemen om misselijkheidsklachten te voorkomen. Vanaf dag 4 neemt u de metoclopramide alleen in als u misselijk bent. Indien metoclopramide niet voldoende helpt en/of u heeft vragen, kunt u contact opnemen met de polikliniek of de afdeling.

Maatregelen thuis na chemotherapie

In urine, ontlasting, bloed, traanvocht, transpiratie, braaksel, speeksel, sperma, vaginaal vocht, drain- en/of wondvocht zitten gedurende 4 dagen na de toediening resten van de chemotherapie (cytostatica). Het gaat om heel kleine hoeveelheden, maar het is goed om tijdens deze 'risicoperiode' een aantal maatregelen te nemen thuis. Zo kunt u voorkomen dat uw huisgenoten in contact kunnen komen met stoffen die voor hun misschien gevaarlijk kunnen zijn.

Het gebruik van het toilet

Gebruik het liefst een apart toilet. Als die mogelijkheid er niet is, doe dan het volgende: Spoel na iedere toiletgang het toilet 2x door met gesloten deksel. Bij gebruik van postoel, ondersteek, urinaal, catheterzak of bekkentje, deze materialen direct na gebruik afdekken en wegbrengen naar het toilet. Giet de inhoud langs de rand van het toilet. Als u het vermoeden heeft dat er bij de toiletgang urine gespetterd is, reinig dan de bril en het deksel met een zeepoplossing. Helpt iemand u bij de toiletgang, dan moet degene wegwerphandschoenen dragen en daarna zijn of haar handen wassen.

Braaksel

Maak bij braken zo veel mogelijk gebruik van het toilet. Is dat niet mogelijk, gebruik dan wegwerpmateriaal. Bijvoorbeeld een plastic zak of draagtas in een emmer. Knoop de plastic zak of draagtas voorzichtig dicht en gooi deze direct weg in een aparte vuilniszak. Braaksel mag u weggooien in het toilet. Spoel het toilet daarna twee keer door met gesloten deksel. Was uw handen na het braken en/of opruimen van braaksel.

Lichamelijk contact

U kunt gewoon lichamelijk contact hebben met uw naasten. Knuffelen of een zoen geven is niet schadelijk. Wel wordt aangeraden om tijdens de risicoperiode bij het vrijen een condoom te gebruiken. Het is niet bekend óf en in welke mate chemotherapie worden opgenomen in het sperma of het slijmvlies van de vagina. Als iemand u helpt bij de wasbeurt dient diegene gebruik te maken van wegwerphandschoenen en een plastic overschort.

Huisdieren

Tijdens de chemotherapie lopen uw huisdieren geen extra risico. De kans dat ze met uw uitscheidingsproducten in contact komen is heel klein. Door de chemotherapie kan uw afweersysteem verzwakken. Hierdoor kunt u meer vatbaar zijn voor de bacteriën die huisdieren met zich meedragen. Voorkom beten en krabben van uw huisdier. Vraag iemand om de kattenbak te verschonen of vraag wanneer uw huisdier een ongelukje heeft iemand anders om het schoon te maken. Wanneer u zelf de zorg draagt, draag dan wegwerphandschoenen. Draag ook hand-schoenen als u tuiniert.

Schoonmaken

Voor het schoonmaken van uitscheidingsproducten van chemotherapie is een mild schoonmaakmiddel zoals allesreiniger voldoende. Let hierbij op het volgende

- Gebruik wegwerphandschoenen bij het schoonmaken van materiaal waar uitscheidingsproducten mee in aanraking zijn geweest.
- Spoel gebruikte schoonmaakdoeken niet uit in het sopwater.
- Heeft u hulp in de huishouding? Breng degene op de hoogte van deze voorschriften. Voor gebruik van bestek, serviesgoed en andere gebruiksartikelen hoeft u geen speciale maatregelen te nemen.

Besmet wasgoed en/of afval

Doe het besmette wasgoed direct in de wasmachine. Als het besmette wasgoed niet direct gewassen wordt, bewaar het wasgoed dan in een gesloten zak, apart van ander wasgoed. Gooi alle wegwerpmaterialen (bijvoorbeeld incontinentiemateriaal, bakjes met braaksel, gebruikt

stomamateriaal of pillenstrips) die (mogelijk) in aanraking zijn geweest met de resten van de chemotherapie weg in een aparte afvalzak. Dit mag een plastic tasje of boterhamzakje zijn. Sluit deze zak goed. Doe de dichtgeknoopte plastic zak in een plastic vuilniszak. Gooi deze met het huisvuil weg.

Toch in aanraking geweest met resten van de chemotherapie?

Probeer de plaats op uw lichaam te reinigen met water en zeep. Neem bij vragen of twijfel contact op met uw behandelend oncoloog of verpleegkundige.

Bijwerkingen en adviezen

Gevolgen voor vruchtbaarheid en ongeboren kind

Vrouwen mogen tijdens de behandeling en ook in een bepaalde periode daarna meestal niet zwanger worden. Er kunnen gevaren zijn voor het ongeboren kind. Ook kan de behandeling van kanker ervoor zorgen dat u (later) minder vruchtbaar bent. Dit hangt af van het soort medicijnen, de combinatie van medicijnen, de dosering, de soort kanker en uw leeftijd.

Advies

Bespreek voor u begint met de behandeling wat dit in uw situatie betekent. Of en hoelang u maatregelen moet nemen om een zwangerschap te voorkomen. En wat de gevolgen kunnen zijn voor kinderwens in de toekomst.

Is er een kinderwens? Bespreek dan met uw behandelend arts de mogelijkheid van invriezen van sperma of eicellen vóór het starten van de behandeling.

Benauwd zijn

Als u benauwd bent, heeft u moeite met ademen. Het voelt alsof u te weinig lucht krijgt. Dit kan u een angstig en gespannen gevoel geven.

De volgende klachten kunnen voorkomen

- kortademig zijn
- moeite om adem te halen als u rust, eet of praat
- snel ademen
- piepend ademen
- pijn bij het ademen
- snelle hartslag.

Advies

- Zoek balans en wissel momenten van inspanning en ontspanning/rust met elkaar af.
- Neem de tijd voor dingen die energie kosten. Verdeel activiteiten bijvoorbeeld in kleinere stappen.
- Vraag familie, vrienden en kennissen om te helpen.
- Zit of lig in een houding waarbij uw longen ruimte krijgen. Probeer bijvoorbeeld eens wat rechterop te gaan zitten.
- Doe ademhalingsoefeningen. Een (oncologisch) fysiotherapeut kan u hierbij helpen.
- Doe ontspanningsoefeningen. Meditatie of luisteren naar muziek kan helpen om een minder benauwd gevoel te hebben.

- Zorg voor frisse lucht in huis voor luchtventilatie. U kunt bijvoorbeeld een ventilator gebruiken.
- Rookt u? Stop dan met roken.
- Neem direct contact op met uw zorgverlener als u:
 - benauwd bent tijdens of na uw behandeling en deze niet verbetert
 - pijn heeft bij het ademen
 - moeite heeft met praten door het benauwd zijn
 - duizelig of zwak bent.

Blaasproblemen

Door de behandeling kunnen blaasproblemen ontstaan door beschadiging of irritatie van de blaaswand.

Bloed in uw plas

Door de behandeling kan het slijmvlies van de blaas geïrriteerd raken. Dit kan zorgen voor wondjes in de blaas die gaan bloeden. Hierdoor kan er bloed in uw plas terechtkomen.

Een klein beetje bloed (spoortje) in de plas komt soms voor. Dit kan er al voor zorgen dat uw plas roze van kleur wordt. Vaak gaat het vanzelf weer weg. Hier hoeft u niet voor te bellen.

Advies

- Neem direct contact op met uw zorgverlener als u
 - veel bloed plast; meer dan een half kopje
 - pijn heeft bij het plassen
 - koorts heeft (38,5 °C of meer).
 - last heeft van koude rillingen (klappertanden en rillen).

Grieperig voelen

Door de behandeling kunt u zich grieperig voelen. Dit begint meestal enkele uren na de behandeling en houdt ongeveer 1 - 2 dagen aan. De klachten verdwijnen meestal vanzelf.

De volgende klachten kunnen voorkomen

- koorts (38,5 °C of meer)
- koude rillingen (klappertanden en rillen)
- ziek voelen
- hoofdpijn
- spierpijn
- minder zin in eten
- hoesten, keelpijn
- moe zijn
- misselijk zijn en overgeven
- diarree.

Advies

- Als de volgende klachten beginnen enkele dagen na de behandeling, neem dan direct contact op met uw zorgverlener

- koorts (38,5 °C of meer)
- koude rillingen (klappertanden en rillen).
- Heeft uw zorgverlener gezegd dat u paracetamol mag gebruiken? Neem dan 2 tabletten van 500 mg per keer. Niet vaker dan 4x per 24 uur.
 - Gebruikt u paracetamol bij koorts? Meet dan wel van tevoren uw temperatuur. Als u geen koorts meer heeft, hoeft u ook geen paracetamol meer te gebruiken.
- 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.
- Rust genoeg. Zoek balans, wissel momenten van inspanning en ontspanning/rust met elkaar af.
- Eet kleine porties. Neem meerdere kleinere maaltijden en/of tussendoortjes op een dag, in plaats van 3 grote maaltijden.

Haarproblemen

Door de behandeling kan uw haar veranderen.

Dunner haar

Door de behandeling kan uw haar dunner worden. Niet alleen het haar op uw hoofd kan dunner worden, maar ook haar op uw gezicht of lichaam. Meestal begint het haar enkele weken na start van de behandeling dunner te worden.

Dunner worden van het haar is meestal tijdelijk. Na het stoppen van de behandeling begint het haar binnen enkele weken tot maanden weer dikker te worden of te groeien. Het haar kan er anders uitzien dan eerst. De kleur kan bijvoorbeeld anders zijn, het haar kan steiler zijn of juist meer krullen hebben.

De volgende klachten kunnen voorkomen

- gevoelige of pijnlijke hoofdhuid
- droge hoofdhuid of jeuk
- emotionele klachten zoals het omgaan met verandering in uiterlijk.

Advies

Algemene adviezen

- Wees voorzichtig bij het borstelen en wassen van uw haar en hoofdhuid. Gebruik een milde shampoo voor het wassen en was het haar niet vaker dan 2 keer per week.
- Gebruik geen föhn, stijltang, haarklemmen of producten zoals gel die uw hoofdhuid kunnen beschadigen.
- Bescherm de hoofdhuid tegen de zon met een hoedje of pet, of smeer uw hoofdhuid in met zonnebrandcrème (minimaal factor 30).
- Draag bij koud weer een muts of sjaal om uw hoofd te bedekken. Kies zachte stoffen en materialen.
- Praat met mensen om u heen als u emotionele klachten ervaart door dunner haar of haaruitval.
- Stichting '[Look Good Feel Better](#)' kan u helpen met praktische tips over make-up, huidverzorging en haarwerken.

Adviezen dunner haar

- Borstel voorzichtig uw haar. Gebruik hiervoor een zachte babyborstel.

U kunt een haarwerk of andere hoofdbedekking opzetten als u dat wil. Soms wordt dit vergoed door uw zorgverzekeraar. Een haarwerkspecialist kan u helpen bij het kiezen van een haarstukje, haarwerk of toupim bijvoorbeeld.

Huidproblemen

Door de behandeling kan de huid geïrriteerd raken.

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 zonnebrandcrème (factor 30 of hoger).
- 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.

Leverproblemen

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.

Maag-darmklachten

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

Misselijk zijn en overgeven

Door de behandeling kunt u misselijk worden en overgeven. Het hangt af van de kankersoort en behandeling hoeveel last u hiervan heeft.

De volgende klachten kunnen voorkomen

- kokhalzen en overgeven
- minder zin in eten
- maagklachten, zoals een vol gevoel of pijn in de maag
- buikpijn of buikkrampen
- opgezette buik.

Misselijk zijn en overgeven zijn vervelende bijwerkingen en kunnen u beperken in uw dagelijks leven. Hieronder vindt u adviezen over hoe u kunt omgaan met deze klachten.

Advies

- 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.
- Eet geen vet, gefrituurd, zoet, zuur of scherp gekruid eten.
- Vermijd sterke geuren tijdens het eten. Als de geur van eten u stoort, vraag anderen om het eten klaar te maken.
- Als de geur van eten u stoort, probeer dan voedsel dat koud is of op kamertemperatuur.
- Maak het eten zo ontspannen mogelijk. Voor sommige mensen is het fijn om afleiding te hebben van de televisie, muziek of gezelschap. Anderen vinden het juist fijn om in een rustige ruimte te eten.

- Zorg dat u voldoende beweegt. Regelmatig bewegen, zoals buiten wandelen of yoga, kan ervoor zorgen dat u minder last heeft van misselijk zijn en overgeven.
- Doe ontspanningsoefeningen. Massages, luisteren naar muziek en mediteren kunnen helpen tegen misselijk zijn.
- Wilt u acupunctuur of acupressuur proberen? Bespreek dit dan eerst met uw arts.
- Neem direct contact op met uw zorgverlener als u
 - langer dan 24 uur moet overgeven.
 - niet voldoende kunt drinken (minder dan 1,5 liter per dag) en/of als u last heeft van uitdroging. Dit is bijvoorbeeld te merken aan een droge mond en droge huid. En aan weinig of niet kunnen plassen en donkerbruine plas.

Uw zorgverlener kan samen met u kijken wat er mogelijk is. Dit hangt af van uw klachten. U kunt bijvoorbeeld extra medicijnen krijgen tegen het misselijk zijn.

Buikpijn

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

Minder bloedcellen

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.

Te weinig bloedplaatjes

Door de behandeling kunt u tijdelijk te weinig bloedplaatjes in uw bloed hebben. Dit heet ook wel trombocytopenie. Bloedplaatjes zijn belangrijk voor de bloedstolling. Ze zorgen dat er een korstje op een wond komt. Bij te weinig bloedplaatjes blijven wondjes langer bloeden. Ook krijgt u sneller blauwe plekken.

Uw zorgverlener controleert uw bloed. Als het aantal bloedplaatjes in het bloed te laag wordt, kan de arts dit gaan behandelen. Zelf kunt u niets doen om een tekort te voorkomen.

De volgende klachten kunnen voorkomen

- blauwe plekken zonder dat u zich heeft gestoten
- snel een bloedneus krijgen. Ook duurt het soms lang voor de bloedneus over is.
- bloedend tandvlees of een bloedblaar in de mond
- bloed in de plas of poep, bij hoesten of overgeven
- rode puntvormige bloedinkjes op de huid
- meer bloedverlies als u ongesteld bent
- hoofdpijn of wazig zien
- in de war of duizelig zijn.

Advies

- Neem direct contact op met uw zorgverlener als u
 - een bloeding heeft die niet stopt

- rode puntvormige bloedinkjes op de huid heeft
- hevige hoofdpijn heeft, minder goed ziet, problemen met uw evenwicht heeft, in de war of slap bent.
- Heeft u een wondje? Druk dit dan een paar minuten stevig dicht. Liefst met een steriel gaasje. Krab korstjes niet open.
- Pas op met stoten. Zo voorkomt u blauwe plekken. Kijk ook uit met sport of activiteiten waarbij u meer kans heeft om gewond te raken.
- Draag buiten altijd schoenen.
- Zorg ervoor dat poepen makkelijk gaat. Eet genoeg vezels. Het is belangrijk om genoeg te blijven drinken, minstens 1,5 tot 2 liter per dag. Dit zijn ongeveer 10 - 12 glazen.
- Gebruik verzorgingsproducten tegen een droge huid of lippen.
- Gebruik bij het scheren liever een elektrisch scheerapparaat in plaats van een mesje.
- Gebruik bij het tandenpoetsen een zachte (elektrische) tandenborstel. Wees voorzichtig met flosdraad, ragers en tandenstokers.
- Vertel bij een bezoek aan uw tandarts of mondhygiënist dat u een behandeling krijgt waardoor u sneller kunt gaan bloeden.

Te weinig witte bloedcellen

Witte bloedcellen zijn belangrijk in het afweersysteem van het lichaam. Ze helpen om infecties tegen te gaan. Door de behandeling kunt u een tekort aan witte bloedcellen in uw bloed hebben. Dit heet ook wel neutropenie of in de dip-periode zitten. Wanneer de dip optreedt en hoelang deze duurt hangt af van de behandeling.

Uw zorgverlener controleert uw bloed. Als het aantal witte bloedcellen in het bloed te laag wordt, kan de arts de behandeling aanpassen. Zelf kunt u niets doen om een tekort te voorkomen. In de dipperiode bent u het meest vatbaar voor infecties.

Bij een infectie kunnen de volgende klachten voorkomen

- koorts (38,5 °C of meer)
- koude rillingen en/of zweten
- griepig voelen
- buikpijn
- diarree
- veel hoesten, soms met slijm
- benauwd of kortademig zijn
- pijn in de mond of keel, pijn bij het slikken
- oorpijn
- pijn bij het plassen, vaak (kleine beetjes) plassen, troebele of stinkende plas
- hoofdpijn en/of een stijve nek.

Advies

- Neem direct contact op met uw zorgverlener als u
 - koorts (38,5 °C of meer) heeft
 - koude rillingen (klappertanden en rillen) heeft
 - in de war of suf bent
 - ergens over twijfelt of ongerust bent.

- Was regelmatig uw handen met water en zeep.
- Probeer wondjes te voorkomen. Trek bijvoorbeeld bij het in de tuin werken handschoenen aan. Heeft u een wondje? Controleer dan of het gaat ontsteken. Let op rood of warm worden, zwelling en pijn.
- Verzorg uw mond en tanden goed. Bijvoorbeeld door regelmatig uw mond te spoelen met water.
- Gebruik bij het tandenpoetsen een zachte (elektrische) tandenborstel. Wees voorzichtig met flosdraad, ragers en tandenstokers.
- Zorg dat u regelmatig naar de tandarts gaat. Vertel bij een bezoek aan uw tandarts of mondhygiënist altijd dat u behandeld wordt en noem de soort behandeling die u krijgt (chemotherapie, doelgerichte therapie, immuuntherapie, hormonale therapie).
- Let op dat u vatbaarder bent om een infectie op te lopen. Zeker tijdens de dip-periode. Blijf uit de buurt bij mensen die verkouden of ziek zijn.
- Vermijd plekken waar veel mensen dicht bij elkaar komen. Bijvoorbeeld een concert of kroeg.
- Bespreek met uw zorgverlener of het verstandig is om bepaalde vaccinaties te halen.

Bloedarmoede

Door de behandeling maakt uw lichaam tijdelijk minder rode bloedcellen aan. Hierdoor kunt u bloedarmoede krijgen. Een ander woord hiervoor is anemie. Rode bloedcellen zorgen voor het vervoer van zuurstof naar weefsels en organen.

Uw zorgverlener controleert uw bloed. Als het aantal rode bloedcellen in het bloed te laag wordt, kan de arts de behandeling aanpassen. Zelf kunt u niets doen om een tekort te voorkomen. Het herstel hangt af van het type behandeling en kan per persoon verschillen.

De volgende klachten kunnen voorkomen

- snel moe voelen
- moeite met ademen
- duizelig of licht in het hoofd zijn
- hoofdpijn
- snelle hartslag of hartkloppingen
- minder kleur in het gezicht
- niet goed kunnen concentreren
- oorsuizen
- ziek of niet lekker voelen
- koude handen en voeten.

Advies

- Zorg dat u voldoende beweegt. Regelmatig bewegen, zoals wandelen of yoga, zorgt ervoor dat u zich minder moe voelt.
- Stel grenzen. Zoek balans en wissel momenten van inspanning en ontspanning/rust met elkaar af. Plan niet te veel activiteiten op 1 dag.
- Vraag familie, vrienden en kennissen om te helpen met dingen die u te vermoeiend vindt om te doen.
- Vertel uw arts als u bloedverdunners gebruikt.
- Eet gezond en veel eiwitten. Een diëtist kan u hierbij helpen.

- Neem direct contact op met uw zorgverlener als u
 - benauwd bent in rust
 - pijn op de borst heeft
 - een onregelmatige hartslag heeft.

LET OP: bloedarmoede kan ook optreden als u een bloeding heeft. De adviezen zullen dan niet helpen. Neem daarom direct contact op met uw zorgverlener als de bloeding niet stopt.

Nierproblemen

Door de behandeling kan nierweefsel beschadigen, waardoor de functie van de nier achteruit gaat.

Nierproblemen kunt u merken aan

- het vasthouden van vocht (dikke vingers, enkels of zwaarder worden)
- weinig of niet meer kunnen plassen.

Advies

Het is zeer belangrijk dat u thuis voldoende drinkt, minstens 1,5 tot 2 liter per dag. Dit zijn 10 - 12 glazen per dag.

Om uw nierfunctie te meten, wordt voor iedere kuur uw bloed en soms ook uw urine onderzocht. Heeft u een van de volgende klachten, neem dan contact op met uw behandelend arts.

- als u niet voldoende kunt drinken, minder dan 1,5 tot 2 liter per dag
- 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.

Vocht vasthouden

Door de behandeling kan uw lichaam meer vocht vasthouden. Dit heet oedeem. Meestal verdwijnt het vocht vanzelf weer. Hoelang dat duurt, hangt af van de behandeling. Ook kan het per persoon anders zijn.

De volgende klachten kunnen voorkomen

- dikke enkels of onderbenen
- dikke vingers, handen of armen
- opgezwollen gezicht
- zwaarder worden
- moeite met ademen
- benauwd worden bij plat liggen
- minder plassen dan u gewend bent.

Advies

- Zorg dat u voldoende beweegt. Regelmatig bewegen, zoals wandelen of yoga, kan ervoor zorgen dat het vocht weer terugkomt in de bloedsomloop. Dat helpt om minder vocht vast te houden.
- Leg uw benen voeten hoog als u zit of ligt. Zorg dat uw benen hoger liggen dan uw billen. Gebruik bijvoorbeeld een voetenbankje of leg kussens op de bank of onder uw matras.

- Gebruik compressiesokken.
- Neem direct contact op met uw zorgverlener als u
 - benauwd bent terwijl u niets doet of als u ligt
 - (plotselinge) pijn of druk op de borst heeft
 - plotseling een zwelling in het gezicht krijgt
 - één been heeft dat dikker, roder of pijnlijker is dan het andere been.

LET OP: Deze bijwerking gaat over vocht vasthouden door chemotherapie, immuuntherapie, doelgerichte therapie of hormoontherapie. Houdt u door een andere oorzaak vocht vast? Dan kunnen de adviezen anders zijn. Bespreek dit dan met uw zorgverlener.

Bron: [Carboplatine + Gemcitabine \(Cargem\) - Bijwerkingenbijkanker.nl](https://www.bijwerkingenbijkanker.nl)

Datum: 03-06-2026