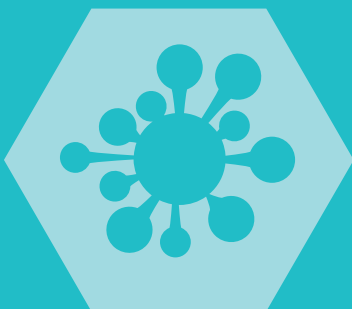


Maatregelen thuis na chemotherapie



FUNDASHON **M**ARIADAL



Maatregelen thuis na chemotherapie

Afvalstoffen van de chemotherapie kunnen tot maximaal een week na de kuur in uw lichaam aanwezig zijn.

Uw behandelend arts en/of oncologieverpleegkundige kunnen u vertellen hoe lang dat in uw geval duurt.

Binnen die tijd wordt de chemotherapie door uw lichaam afgebroken en verlaat in kleine hoeveelheden uw lichaam via uw uitscheidingsproducten:

- Urine;
- Ontlasting;
- Braaksel;
- Speeksel;
- Wondvocht;
- Zweet;
- Spermavocht;
- Vaginavocht.

Het is belangrijk dat u aan uw familie en hulpverleners meldt dat u behandeld wordt met chemotherapie. Stel hen ook op de hoogte van de maatregelen die hieronder staan beschreven. Met het opvolgen van deze maatregelen kunt u de risico's voor uw omgeving tot een minimum beperken en hoeft u zich niet onnodig ongerust te maken.

Contact

U hoeft lichamelijk contact met uw naasten niet te vermijden. Persoonlijke hygiëne is belangrijk om contact met afvalstoffen van de chemotherapie via uw uitscheidingsproducten te minimaliseren. Wij adviseren u om 1x per dag onder de douche of in bad te gaan en goed uw handen te wassen na uw toiletbezoek.

Medicijnen

Als u chemotherapie in tabletvorm thuis moet innemen, let dan op het volgende:

- Medicijnen niet malen of breken: Als u de tabletten niet kunt slikken en u mag volgens de bijsluiter oplossen, dan kunt u de tabletten in een medicijnbekertje laten oplossen. Nadat u het opgedronken heeft, kunt u het bekertje in een dubbele zak doen. Dit mag in een plastic zakje. Sluit deze zak goed. Doe de dichtgeknoopte plastic zak in een vuilniszak en gooi deze daarna met het huisvuil (restafval) weg of maak schoon met een gewoon afwasmiddel.

- Na inname handen wassen.
- Overgebleven medicatie moeten altijd bij de apotheek worden ingeleverd.



Urine en ontlasting

- Gebruik indien mogelijk een ander toilet dan uw naasten
- Advies is aan mannen om zittend te plassen, dit veroorzaakt minder spatten.
- Verwijder eventuele druppels op de toiletbril deppend met droog toiletpapier.
- Spoel het toilet na gebruik 2x door met (indien aanwezig) gesloten deksel.

- Als u een blaaskatheter heeft, vervang dagelijks (eventueel de thuiszorg) de opvangzak. Doe de opvangzak (in verband met mogelijke lekkage) in een dubbele zak. Dit mag in een plastic zakje.
- Sluit deze zak goed. Doe de dichtgeknoopte plastic zak in een vuilniszak en gooi daarna met het huisvuil (restafval) weg.
- Wanneer u een ondersteek of urinaal leegt, voorkom dan spatten door de inhoud voorzichtig langs de binnenrand van het toilet te gieten.
- Een ondersteek of urinaal spoelt u eerst om met koud water. Vervolgens reinigen met een gewone zeepoplossing zoals een allesreiniger. Gebruik geen chloor of alcohol.
- Alle uitscheidingsproducten kunnen via het riool worden afgevoerd.
- Was de handen goed na toiletgang en het opruimen van urinaal/ondersteek.

Wegwerphandschoenen

Bij contact met urine, ontlasting en braaksel adviseren wij aan verzorgers/naasten om wegwerphandschoenen te dragen. Dit geldt zowel voor schoonmaakwerkzaamheden en contact met zichtbaar besmet wasgoed.

Schoonmaken

- Maak toilet en was-/badgelegenheid 1x per dag en na braken of diarree schoon met een gewone zeepoplossing, zoals een allesreiniger. Gebruik geen chloor of alcohol. Chloor en alcohol fixeert juist en verwijdert het niet.
- Als de vloer of de vloerbedekking besmet is geraakt met braaksel, urine of andere lichaamsvloeistoffen maak deze dan schoon met een gewone zeepoplossing zoals een allesreiniger.
- Reinig na de eerste week de wc-borstel met een gewone zeepoplossing zoals een allesreiniger. Gebruik geen chloor of alcohol.



Besmet wasgoed

Voor wasgoed dat in aanraking is gekomen met urine, ontlasting, braaksel of bij ernstige transpiratie geldt:

- Verzamel het wasgoed in een aparte goed afsluitbare plastic zak.
- Was het direct. Dompel eventueel een enkel kledingstuk onder in een emmer koud water als u het niet meteen wast.
- Gebruik eerst een koud spoelprogramma met alleen de zichtbaar besmette kleding of beddengoed, dus geen ander wasgoed toevoegen.
- Daarna een wasprogramma dat geschikt is voor het materiaal. Hierbij mag u ander wasgoed toevoegen.

Braaksel

- Wees extra voorzichtig als u chemotherapie als tablet, capsule of drank hebt gekregen. Tot 2 uur na inname is de chemotherapie nog in hoge concentratie aanwezig in het braaksel.
- Indien mogelijk gaat u naar het toilet als u moet braken.
- Wanneer dit niet mogelijk is gebruik dan zoveel mogelijk wegwerpmateriaal. Denk hierbij aan een plastic draagtas in een emmer. Gooi de tas direct weg in een aparte dubbele plastic vuilniszak om lekken te voorkomen.
- Braaksel mag worden weggegooid in het toilet. Spoel het toilet 2x door met het deksel dicht.
- Was uw handen met zeep na het braken of opruimen van braaksel.

- Bent u misselijk en braakt u af en toe, leg een wegwerponderlegger of een handdoek op het kussen.
- Het zuur van het braaksel verhoogt de kans op gaatjes in uw tanden. Daarom is het belangrijk dat u na het overgeven uw mond spoelt met ruim water.

Afval

Afvalmaterialen zoals bijvoorbeeld gebruikte wegwerphandschoenen, wegwerponderlegger, incontinentiemateriaal, bakjes van braaksel of stomamateriaal verzamelt u in een plastic zak en vervolgens in een plastic vuilniszak. Deze kunt u bij het normale huisvuil zetten (restafval).

Overige gebruikte materialen

Voor gebruik van bestek, serviesgoed en andere gebruiksartikelen zijn geen speciale maatregelen nodig.

Seksualiteit

Het is niet bekend of en in welke mate cytostatica opgenomen wordt in het sperma of het slijmvlies van de vagina. Gebruik daarom gedurende de risicoperiode bij het vrijen een condoom.

Zwangerschap

Cytostatica kunnen aangeboren afwijkingen veroorzaken. Het is daarom raadzaam voor zowel vrouwelijke als mannelijke patiënten tijdens en na de behandeling zwangerschap te voorkomen door anticonceptie te gebruiken.

Orale anticonceptiva (de pil) zijn niet betrouwbaar tijdens chemotherapie.

Bespreek welke anticonceptiemaatregelen en hoelang deze toegepast moeten worden met uw behandelend arts. Indien er een vermoeden is van een zwangerschap, breng dan direct uw arts op de hoogte.

Wanneer iemand in uw omgeving een kinderwens heeft of zwanger is, dan is het extra belangrijk om alle bovenstaande adviezen op te volgen. Reden: de chemotherapie kan een negatief effect hebben op de zwangerschap, met name tijdens de eerste drie maanden. Als u de adviezen volgt dan is er geen bezwaar tegen het bezoek van zwangeren.



Vragen

Heeft u nog vragen over deze folder dan kunt u op werkdagen tijdens kantooruren contact opnemen met de oncologieverpleegkundige op telefoonnummer: 7800493.



FUNDASHON **M**ARIADAL