

# Xeloda kuur



Capecitabine kuur



FUNDASHON MARIADAL

# Inleiding

U hebt in overleg met uw specialist besloten om u binnenkort te laten behandelen met cytostatica (chemokuur). In uw geval bestaat de behandeling uit de inname van Xeloda (chemotherapie tabletten). Deze behandeling houdt in dat u gedurende een langere periode een kuur gaat volgen met medicijnen die de celdeling remmen.

Aangezien u veel informatie ontvangt, is het niet eenvoudig om alles in één keer te onthouden. Daarom is deze informatie opgeschreven, zodat u thuis alles nog eens rustig kunt nalezen.

# Behandeling met Xeloda

De oncoloog of oncologieverpleegkundige bespreekt met u de voor- en nadelen van de behandeling met chemotherapie tabletten en schrijft een recept voor de Xeloda uit. Deze tabletten haalt u met het recept op bij de apotheek van ons ziekenhuis. De oncologieverpleegkundige bespreekt met u de meest voorkomende bijwerkingen van de behandeling, de gevolgen voor het alledaags leven en de logistiek rond de behandeling. Ook kijkt de oncologieverpleegkundige samen met u welke hulp er eventueel geboden kan worden in de thuissituatie.

## Veelgestelde vragen over Xeloda

- **Wat moet ik doen als ik ontdek dat ik de vorige dosis ben vergeten?**  
Neem de tabletten in zodra u zich dit herinnert. Is dit kort voor de volgende dosis? Neem dan de vergeten dosis niet meer in, maar volg het normale doseringsschema. Bij twijfel kunt u altijd overleggen met de behandelend arts of de oncologieverpleegkundige.
- **Wat moet ik doen als ik een dubbele dosis heb genomen?**  
Neem direct contact op met uw behandelend arts of oncologieverpleegkundige.

# Veel voorkomende bijwerkingen van de chemokuur

Heeft u last van bijwerkingen, geef het bij de volgende kuur door aan de verpleegkundige. Mogelijk kan er iets aan worden gedaan.

Er zijn een aantal redenen om direct de arts/oncologieverpleegkundige of het ziekenhuis te bellen. Zie de formulier 'Redenen om de oncologieverpleegkundige/arts te bellen.'

## Diarree

Als u 4 tot 6 maal daags (of vaker) last heeft van waterdunne ontlasting of als u 's nachts voor ontlasting naar het toilet moet, spreken we van diarree.

Neem direct contact op met de oncologieverpleegkundigen, huisarts of spoedeisende hulp.

# Irritatie of ontsteking in de mond

De behandeling kan uw mondslijmvlies beschadigen. U kunt daardoor moeite krijgen met slikken, praten, eten en drinken. Veel gehoorde klachten zijn: pijn, droge mond, smaakverandering en een witte of rode verkleuring in uw mond. Door een goede mondhygiëne is het veelal mogelijk deze vervelende klachten tot een minimum te beperken en een infectie te voorkomen. Hieronder vindt u praktische tips voor mensen met een eigen gebit en voor mensen met een kunstgebit.

## **Mondverzorgingstips voor mensen met een eigen gebit:**

- Poets 2 tot 4 keer per dag uw tanden met een zachte (elektrische) tandenborstel en fluorhoudende tandpasta. Poets ook uw tong. Spoel uw tandenborstel na gebruik goed uit en zet deze met de borstel omhoog weg (dus niet in een koker).
- Vet uw droge lippen in met vaseline uit een tube (vaselinesticks zijn niet hygiënisch)
- Spoel u mond 2 tot 4 keer per dag 1 minuut lang met water. Zo verwijdert u bacteriën en voedselresten uit uw mond. Spoel uw mond tussen de poetsbeurten door.
- Gebruik alleen tandenstokers/tandenragers of flosdraad als u daar ervaring mee hebt. U kunt op die manier niet uw tandvlees beschadigen.

### **Mondverzorgingstips voor mensen met een kunstgebit:**

- Maak 2 tot 4 keer per dag uw kunstgebit schoon met een harde protheseborstel, water en ongeparfumeerde zeep. Wanneer u liever geen zeep gebruikt, koop dan Ecosym bij uw drogist of apotheek.
- Spoel uw protheseborstel na gebruik goed uit en zet hem met de borstel omhoog weg.
- Spoel u mond 2 tot 4 keer per dag 1 minuut lang met water. Zo verwijdert u bacteriën en voedselresten uit uw mond. Spoel uw mond tussen de poetsbeurten door.
- Vet uw droge lippen in met vaseline uit een tube (vaselinesticks zijn niet hygiënisch)
- Bewaar uw gebit 's nachts in een bakje met kraanwater. Spoel het bakje dagelijks schoon.
- Zolang u geen pijnklachten in uw mond hebt, kunt u overdag uw gebit gewoon dragen. Laat uw gebit 's nachts uit en spoel het goed af voordat u het weer in doet.

## **Hand-/voetreacties**

Bij een hand-/voetreactie verkleuren de handen en/of voeten. Ze kunnen gevoelloos, pijnlijk, gezwollen en rood zijn. Bij mensen met een donkere huidskleur kunnen handen en voeten zwart gaan zien. Tevens kunnen zij vervellen en er kunnen kloven ontstaan. Deze klachten ontstaan meestal rond de 3e of 4e kuur.

De volgende adviezen kunnen hand-/voetklachten voorkomen en kunnen verlichting geven:

- Smeer minimaal 4 x per dag de handen en/of voeten in met een vette handcrème, het liefst uit een pot.
- Probeer knellende schoenen te vermijden, maak gebruik van gel- of zachte inlegzooltjes.
- Probeer bij pijnlijke voeten zo min mogelijk de voeten te belasten.

Als u hand-/voetklachten hebt, meld deze klachten dan bij uw behandelend arts of oncologieverpleegkundige.

## Hartklachten

Het komt bijna nooit voor, maar u kunt last krijgen van pijn op de borst die uitstraalt naar de kaak en de arm. Als u hier last van krijgt, neem dan direct (ook 's avonds of 's nachts) contact op met de spoedeisende hulp van het ziekenhuis.

# Misselijkheid en braken

Misselijkheid komt bij de behandeling met Xeloda bijna nooit voor.

## **Om misselijkheid te voorkomen, kunt u het volgende doen:**

- Gebruik regelmatig kleine maaltijden, bijvoorbeeld 6 tot 8 keer per dag. Een lege maag kan een misselijk gevoel geven.
- Eet niet als u echt geen zin hebt om te eten. U kunt tussen de kuren door wel weer 'bij-eten'.
- Vermijd grote inspanningen vlak voor de maaltijd.
- Zorg ervoor dat u tijdens de kuur veel drinkt, zodat de extra afvalstoffen het lichaam via uw urine kunnen verlaten.
- Drink dagelijks zeker 2 liter vocht. Te weinig drinken kan een misselijk gevoel opwekken en een vieze smaak in de mond veroorzaken.

## **Als u misselijk bent, kunt u het volgende doen:**

- Eet op tijdstippen dat u minder misselijk bent, overdag of ook 's nachts als u wakker bent.
- Stem de grootte van de maaltijd af op uw eetlust. Een groot bord vol eten is vaak ontmoedigend.
- Eet wat u lekker vindt.
- Als u hebt overgegeven, laat uw maag dan weer langzaam wennen aan vast voedsel (bijvoorbeeld met een beschuitje).
- Vertrouw op uw medicijnen. Vaak kunt u toch eten ook al zegt uw maag iets anders. Soms is misselijkheid namelijk 'weg te eten'.

# Klachten van vermoeidheid en conditieproblemen

Veel patiënten met kanker hebben last van vermoeidheid. Dit komt door de medicijnen of door de kanker zelf. Ook misselijkheid en te weinig eten kunnen tot vermoeidheid leiden. U kunt tijdens de behandeling minder energie hebben en daardoor sneller geemotioneerd zijn. Het is belangrijk om in uw dagelijks leven rekening te houden met uw vermoeidheid. Probeer een nieuw dagritme te vinden, waardoor u het volhoudt. Een medicijn tegen vermoeidheid kunnen we niet geven.

We kunnen u wel de volgende adviezen geven:

- Verdeel uw energie over de dag.
- Bouw regelmatig rustperiodes in.
- Laat uw omgeving weten dat u vermoeidheidsklachten hebt; praat erover zodat het voor anderen duidelijk en zichtbaar wordt.
- Vraag anderen om taken van u over te nemen, zodat u uw energie aan belangrijke of prettige zaken kunt besteden.
- Zorg voor genoeg afleiding, om de vermoeidheid even te vergeten.
- Eet en drink voldoende, gezond en gevarieerd.

Om uw conditie op peil te houden, raden wij u aan om al vanaf het begin van de behandeling regelmatig aan lichaamsbeweging te doen. U kunt dat zelf doen, maar u kunt ook deelnemen aan speciale trainingsprogramma's.

# Vruchtbaarheidsproblemen

De behandeling kan uw vruchtbaarheid verminderen of leiden tot onvruchtbaarheid. Als dit voor u een belangrijk onderwerp is, spreek er dan over met uw behandelend arts. Voor mannen is het mogelijk sperma in te vriezen voordat zij met de behandeling beginnen (hiervoor wordt wel een financiële bijdrage gevraagd). Het dringende advies luidt om tijdens de behandeling tot minimaal een half jaar daarna een zwangerschap te voorkomen. Als u een kindervens hebt, vraag dan uw behandelend arts of verpleegkundig specialist om advies. De behandeling kan namelijk leiden tot afwijkingen bij het ongeboren kind.

**Problemen op seksueel gebied** Door de chemotherapie kunt u minder zin hebben in vrijen of u kan het vrijen als minder prettig ervaren. Het kan ook zijn dat u in deze periode juist meer behoefte hebt aan tederheid en knuffelen. Aandacht voor elkaar, elkaar aanraken en elkaar strelen en vasthouden, kunnen erg belangrijk zijn in deze periode.

De behandeling heeft soms een directe invloed op de geslachtsorganen. Bij vrouwen kan de vagina droger worden. Bij het vrijen kunt u dan een glijcrème gebruiken, bijvoorbeeld

Sensilube of body gliss (verkrijgbaar bij de drogist), maar er zijn nog meer mogelijkheden. Vraag hiernaar bij de behandelend arts of verpleegkundig specialist. Bij mannen is het tijdens de behandeling soms moeilijker om een erectie te krijgen. Ook kan de zaadproductie verminderen of stoppen; het sperma kan er tijdelijk wateriger uitzien.

## Menstruatieklachten

Door de behandelingskuur kan het verloop van uw menstruatie veranderen. Afhankelijk van de behandeling wisselt dit van heviger menstrueren tot een keer overslaan of tot het geheel wegblijven van de menstruatie. Na afloop van de behandeling is de kans groot dat uw menstruatie langere tijd of definitief uitblijft. Dit kan gepaard gaan met overgangsklachten, zoals opvliegers, nachtelijk zweten, moeheid, gejaagdheid en somberheid.

### Vragen?

Heeft u nog vragen over de informatie in deze folder dan kunt u op werkdagen tijdens kantooruren contact opnemen met de oncologieverpleegkundige op telefoonnummer: 780 0493.





**F**UNDASHON **M**ARIADAL

Versie 12-2022