

Was Sie selbst für den Therapieerfolg tun können

- Durch eine positive Haltung zur gewählten Therapie können Sie maßgeblich zur erfolgreichen Behandlung beitragen. Die Chemotherapie und Ihr Behandlungsteam sind Verbündete im „Kampf“ gegen die Erkrankung. Die innere Einstellung hilft sehr, die Behandlung besser zu ver- und ertragen.
- Die wenigsten Menschen werden durch eine Chemotherapie so beeinträchtigt, dass sie sich absolut schonen müssen. Eine gewisse Belastung kann sogar nützlich sein. Sie sollten also durchaus versuchen, Ihre allgemeinen Aktivitäten beizubehalten, sogar Sport in Maßen ist dabei möglich.
- Grundsätzlich können Sie das essen, was Ihnen schmeckt und worauf Sie gerade Lust haben. Auch ein Glas Sekt oder Wein ist möglich. Achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr von 2 – 3 l/Tag. Besonders bei Durchfall müssen Sie den Flüssigkeitsverlust ersetzen oder können einer Verstopfung vorbeugen.
- Eine sorgfältige Körperpflege ist während einer Chemotherapie noch wichtiger als zu Zeiten der Gesundheit. Haut und vor allem Hände und Füße sollten regelmäßig eingecremt werden und Sie sollten, wenn möglich, auch Nagelhärter zum Schutz der Nägel verwenden.
- Auch wenn es anfangs schwer fällt, zögern Sie nicht, Ihre Nöte, Sorgen und Probleme anzusprechen. In unserem Haus stehen Ihnen Ärzte, onkologische Fachschwestern, geschulte Psychoonkologen und Mitarbeiter des Sozialdienstes zur Verfügung, die jederzeit ein offenes Ohr für Sie haben. So können Sie schwierige Situationen vor, während und nach der Therapie meistern.



SRH Zentralklinikum Suhl gGmbH
Albert-Schweitzer-Straße 2
98527 Suhl

Telefon: 03681 35-9
Telefax: 03681 35-5001
Internet: www.srh.de/zs

Ein Unternehmen der SRH

www.formenwerk.de 05/11



Chemotherapie Das sollten Sie wissen

Patienteninformation



Die häufigsten Nebenwirkungen

Liebe Patientin, Lieber Patient,

bei Ihnen soll wegen einer Krebserkrankung eine Chemotherapie durchgeführt werden.

Die Chemotherapie hat in den letzten Jahren eine Reihe von Fortschritten gemacht und kann bei vielen bösartigen Erkrankungen Leben retten. Die dabei auftretenden Nebenwirkungen werden heute durch moderne Medikamente so gering wie möglich gehalten.

Wir möchten mit diesem Informationsblatt die häufigsten Nebenwirkungen ansprechen und Ihnen Maßnahmen zur Vorbeugung und Linderung empfehlen sowie einige allgemeine Hinweise geben.

Für die Betroffenen ist es von großer Bedeutung, die zu erwartenden Begleiterscheinungen einer Therapie mit Zytostatika zu kennen.

Die häufigsten Nebenwirkungen treten in direktem zeitlichen Zusammenhang mit der Therapie auf (nach etwa 8 – 10 Stunden) und können, wie die Wirkung der Zytostatika selbst, bis zu 72 Stunden anhalten, individuell auch etwas länger.

1. Übelkeit und Erbrechen

- Je nach verabreichtem Chemotherapeutikum sind Dauer und Intensität sehr unterschiedlich. Nicht jeder Patient hat mit Übelkeit/Erbrechen zu rechnen.
- Vor einer Chemotherapie sind vorbeugende Medikamente notwendig, die Übelkeit und Erbrechen unterdrücken oder lindern können. Heute verfügen wir über sehr effektive Medikamente zur Behandlung.

Hinweise

- Ihnen werden bereits vor und während der Therapie Medikamente gegen Übelkeit und Erbrechen verabreicht. Halten Sie sich an die Verordnung Ihres Arztes, falls Ihnen weitere Medikamente über 2 bis 3 Tage empfohlen oder rezeptiert wurden und nutzen Sie die Arzneimittel, die Ihnen im Bedarfsfall zur Seite gestellt werden (z. B. Ondansetron).
- Morgendliche Übelkeit lässt sich mit einer Scheibe Toastbrot vor dem Aufstehen umgehen. Meiden Sie süße, fette und blähende Speisen.
- Langsames Essen, gut Kauen und kleine Portionen können hilfreich sein. Frischer Ingwer- und Salbeitee lindern Übelkeit und können sogar Schleimhautentzündungen im Mund vorbeugen. Bei Geschmacksveränderungen hilft: Bonbons lutschen, Kaugummi kauen sowie alkoholfreie Mundspülungen zwischen den Mahlzeiten, um den schlechten Geschmack zu lindern.

2. Veränderungen des Blutbildes

- Die Wirkung auf blutbildende Zellen tritt immer mit einer gewissen Verzögerung ein. Betroffen sind vor allem die weißen Blutkörperchen (Leukozyten) und die Blutplättchen (Thrombozyten).
- Etwa 7 bis 10 Tage nach erfolgter Chemotherapie ist der niedrigste Stand von Leukozyten und Thrombozyten erreicht. Während dieser Zeit ist die Abwehrkraft, vor allem gegenüber Infektionen, eingeschränkt. Daher sollte die Kontrolle des Blutbildes erfolgen.
- Auch hier gibt es vorbeugende Medikamente, die, falls notwendig, eine zu starke Verminderung der weißen Blutkörperchen wieder beheben können.

Hinweise

Lassen Sie das Blutbild nach ärztlicher Anordnung zwischen den einzelnen Therapie-Zyklen kontrollieren, z. B. beim Hausarzt. Bitte bringen Sie diesen Befund zum nächsten Therapiezyklus mit. Wenn die weißen Blutkörperchen vermindert sind, sollten Sie wegen der Infektgefährdung öffentliche Veranstaltungen, Verkehrsmittel und Kontakt zu Personen mit Erkältungskrankheiten meiden. Bei Fieber müssen Sie sofort in ärztliche Behandlung! Wenn die Blutplättchen vermindert sind, sollten Sie wegen der erhöhten Blutungsneigung Arbeiten mit Verletzungsgefahr meiden.

3. Schleimhautentzündungen

- Die Chemotherapie greift schnell wachsendes Gewebe an, dazu gehört auch die Schleimhaut in Mund und Rachen.
- Zur Behandlung und Vorbeugung ist eine konsequente und sorgfältige Schleimhautpflege sehr wichtig.
- Auch hier können prophylaktische Maßnahmen vorbeugend wirken, z. B. Eiswürfel lutschen während der Therapie.

Hinweise

- Achten Sie auf ausreichende Mundhygiene und benutzen Sie eine weiche Zahnbürste und alkoholfreie Mundspüllösungen.
- Vermeiden Sie bei Problemen saure, scharfe und sehr heiße Speisen.
- Verzichten Sie, wenn möglich, auf das Rauchen.
- Fragen Sie uns nach Eiswürfeln zur Therapie oder geeigneten Medikamenten zur Behandlung von Entzündungen!

4. Haarausfall

- Ebenso wie die Schleimhäute gehören die Haarbälge zum schnell wachsenden Gewebe und können auf die Chemotherapie mit Haarausfall reagieren.
- Allerdings ist die Schwere des Haarausfalls, je nach Art der Behandlung, sehr unterschiedlich und tritt bei manchen Substanzen gar nicht auf. Ihr behandelnder Arzt wird Sie vor der Therapie über das Risiko aufklären.

Hinweis

- Die Versorgung mit einer Perücke kann durch uns über ein spezialisiertes Sanitätshaus vermittelt werden.

Allgemeine Hinweise

- Sprechen Sie mit Ihrer Krankenkasse über die Notwendigkeit der Kostenübernahme bei Transportfahrten mit Taxi, Privat-Pkw oder Fahrdienst.
- Wir benötigen einen
- Einweisungsschein für die stationäre Behandlung/Aufenthalt
- Überweisungsschein für die ambulante Behandlung/Quartal
- Bringen Sie bitte zu jeder Behandlung Ihre Chipkarte und den Nachsorgepass mit.

Wir wünschen Ihnen gute Besserung und viel Erfolg bei der Behandlung und sind

JEDERZEIT FÜR SIE DA!