

Behandelwijzer Chemotherapie

Deze behandelwijzer is o.a. ontwikkeld door oncologieverpleegkundigen:

Linda de Hoog
Helga Overbeek
Bea van der Vorm
Lisanne Lankhaar

Januari 2020

Bereikbaarheid oncologieverpleegkundigen dagbehandeling

- Telefonisch spreekuur (ma t/m vrij) van 8.15 tot 9.00 uur
en van 13.15 tot 14.00 uur
Tel 010-893 5184
- Spoedproblemen (24 uur per dag)
Tel 010-893 5185
- E-mail oncologie.vlietland@franciscus.nl
Vermeld hierbij uw naam en geboortedatum dan nemen
we contact met u op.
- Herhaalrecepten
Deze vraagt u tijdens uw poli-afspraak of via uw huisarts

Bereikbaarheid consultatief & palliatief oncologieverpleegkundigen

Team 1

- Telefonisch spreekuur (ma t/m vrij) van 8.30 tot 9.15 uur en van 13.15 tot 14.00 uur
Tel 010-8931480 (let op: bandje afluisteren)
- E-mail: oncologieverpleegkundigen@franciscus.nl
- Herhaalrecepten: bij uw poli-afspraak of via uw huisarts



**Helga Overbeek | Marieke Hanse |
Arda Baars | Kelly de Heer**

VOOR SPOED

Tel 010 - 893 9393 oproep 13013

Bereikbaarheid consultatief & palliatief oncologieverpleegkundigen

Team 2

- Telefonisch spreekuur (ma t/m vrij) van 8.30 tot 9.15 uur en van 13.15 tot 14.00 uur
Tel 010-8931485 (let op: bandje afluisteren)
- E-mail: oncologieverpleegkundigen@franciscus.nl
- Herhaalrecepten: bij uw poli-afspraak of via uw huisarts



Linda de Hoog | Anita vd Poel |

Suzanne Bot | Evelien Opdorp

VOOR SPOED

Tel 010 - 893 9393 oproep 13013

Redenen om contact op te nemen met het ziekenhuis

Spoed;	<u>NIET</u> Spoed;
<ul style="list-style-type: none">▪ Koorts boven de 38,5 graden of bij een koude rilling;▪ Vaker dan 4 x per dag overgeven▪ Langer dan 24 uur niets gegeten en gedronken▪ Meer dan 3x per dag waterdunne diarree.▪ Bloeden van een wondje (langer dan 30 minuten);▪ Bloedneus, langer dan 30 minuten.	<ul style="list-style-type: none">▪ Drie dagen niet gepoept▪ Meer pijnklachten▪ Pijn in de mond▪ Bloed in de ontlasting of urine▪ Pijnlijk of branderig gevoel bij het plassen▪ Blauwe plekken, zonder dat u gevallen bent▪ Andere vragen of twijfels

Twijfelt u of voelt u zich onzeker over bepaalde klachten die u heeft? Neem dan telefonisch of via de e-mail contact op met uw oncologieverpleegkundige.

E-mail

U mag binnen een werkdag reactie verwachten op uw e-mail. Bij geen reactie, vragen wij u om alsnog het telefonisch spreekuur te bellen.

Indien u met de oncologieverpleegkundige via de e-mail contact opneemt, dient u altijd uw achternaam en geboortedatum in de email te vermelden. Probeer zo volledig mogelijk te zijn met uw vraag. Het is niet mogelijk om via de e-mail medisch inhoudelijke vragen te stellen. Deze vragen dient u in het gesprek met uw behandelend arts te bespreken.

Inhoudsopgave	pag.
Inleiding	8
Wat is kanker?	9
Wat doet chemotherapie?	10
Bijwerkingen	11
Misselijkheid vermoeidheid en bewegen Slijmvliezen	
Uiterlijke verzorging en leefgewoonten	12
Huidverzorging Mondverzorging Haarverlies Hoofdhuidkoeling Hoofdbedekking Workshop 'look good, feel better' Roken	
Voeding	15
Aanbevolen dagelijkse hoeveelheden Extra eiwitten Vitamines en mineralen Gewichtsverlies Gewichtstoename Voeding bij specifieke klachten Veilig eten Let op bij de volgende voedingsmiddelen Relatie tussen voeding en kanker	
Waar dient u thuis rekening mee te houden?	27
Invloed op seksualiteit, intimiteit en vruchtbaarheid	28
Omgang met zwangere vrouwen en kleine kinderen	
Uw behandeling in Franciscus Vlietland	30
Polikliniekbezoek Bloedafname Dagbehandeling oncologie Behandeling op de verpleegafdeling	

	Pag.
Algemene tips	31
Parkeerbeleid Franciscus Vlietland	
Vergoeding	
Onkosten	
Patiëntenportaal	
Uitleg en begeleiding voor (klein)kinderen	33
Belangrijke adressen	35
Ondersteuning en begeleiding	
Inloophuizen	
Organisaties voor kankerpatiënten en hun naasten	
Informatiewebsites	
Persoonlijke kuurkaart	38
Uw behandeling in de IKNL regio	39
Registratie van kanker	
Eigen aantekeningen	41
Aantekeningen overige disciplines	42
Folders	

Inleiding

U heeft van uw arts gehoord dat u met chemotherapie behandeld gaat worden. Om deze behandeling zo goed mogelijk te ondersteunen, kan deze behandelwijzer een extra informatieschakel tussen u en uw behandelaars vormen.

Voordat de behandeling begint, vertellen uw arts en de verpleegkundige u over de behandeling die u krijgt. Aangezien het om veel informatie gaat, is het niet eenvoudig om alles in één keer te onthouden. Daarom staat de informatie ook in deze behandelwijzer bij elkaar, zodat u thuis alles nog eens rustig kunt lezen.

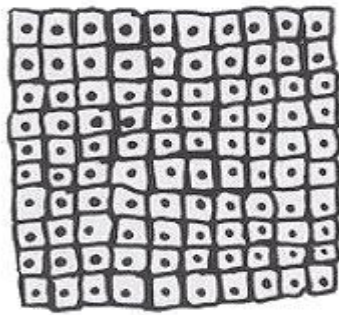
De behandelwijzer is ook bedoeld als informatie aan hulpverleners met wie u te maken heeft, thuis en in het ziekenhuis. Tijdens de behandelperiode kan het voorkomen dat u behalve met de artsen en de verpleegkundigen in het ziekenhuis, ook contact heeft met de huisarts en de wijkverpleegkundige. Het is belangrijk dat ook zij weten welke medicijnen u gebruikt en welke adviezen u krijgt. Daarom zijn in deze behandelwijzer een aantal pagina's opgenomen waarop artsen en verpleegkundigen belangrijke informatie kunnen noteren.

- Lees zelf de informatie, maar laat ook uw naasten deze informatie lezen.
- U kunt de laatste bladzijden van de behandelwijzer gebruiken om al uw vragen op te schrijven, zodat u die de volgende keer kunt stellen.

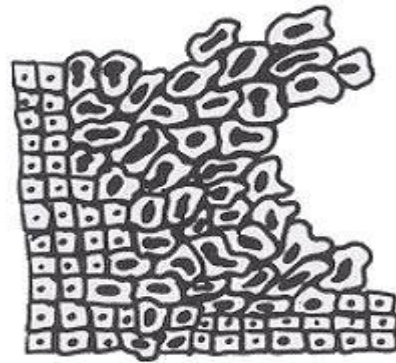
Wat is kanker?

Ons lichaam bestaat uit miljarden cellen. Iedere cel moet steeds vernieuwd worden. Dit gebeurt door celdeling. Bij die celdeling kan een fout ontstaan, waardoor een kankercel ontstaat.

Kanker is ongecontroleerde deling van lichaamscellen. De cellen kunnen niet meer stoppen met delen. Zo ontstaat een tumor. Soms zaaien kankercellen uit naar andere delen van het lichaam.



*normaal weefsel met
gezonde cellen*



*afwijkend weefsel met
normale cellen en kankercellen*

Wat doet chemotherapie?

Chemotherapie is een behandeling waarbij medicijnen worden gegeven die kankercellen doden of de deling van de kankercellen remmen. Daardoor kan de kanker genezen of kunnen tumoren kleiner worden.

Patiënten met kanker krijgen vaak een combinatie van verschillende soorten chemotherapie, omdat dit vaak beter helpt.

De chemotherapie die u krijgt, wordt via een infuus toegediend. De chemotherapie komt via de bloedbaan in het hele lichaam terecht. Op deze manier bereikt de chemo dus de kankercellen van de tumor, maar ook de eventuele uitzaaiingen op een andere plek in het lichaam.

Bijwerkingen

Chemotherapie heeft effect op het hele lichaam. Niet alleen op de kankercellen, maar ook op de gezonde cellen. Hierdoor kunnen bijwerkingen ontstaan.

De ene patiënt krijgt meer last van bijwerkingen dan de andere.

De meest voorkomende bijwerkingen bij chemotherapie zijn: misselijkheid, vermoeidheid en last van slijmvliezen.

Misselijkheid

Chemotherapie kan invloed hebben op het slijmvlies van de maag. Hierdoor kunnen misselijkheidsklachten ontstaan.

Op de dag van de chemotherapie krijgt u van de oncologieverpleegkundige een doos met medicijnen tegen misselijkheid. Deze doos noemen we de anti-emetica box.

Vermoeidheid en bewegen

Vermoeidheid en conditieverlies zijn vaak gehoorde klachten rondom de chemotherapiebehandeling. Het advies is om te (blijven) bewegen. Om uw conditie onder begeleiding te verbeteren of te behouden zijn er diverse fysiotherapeuten in de regio die oncologische fysiotherapie aanbieden. Uw oncologieverpleegkundige kan u hier meer over vertellen. Tijdens de eerste kuur ontvangt u een beweegtasje. In dit tasje zitten onder andere een folder en beweegadviezen.

Slijmvliezen

Chemotherapie kan invloed hebben op alle slijmvliezen in het lichaam. Slijmvliezen zitten onder ander in de mond, neus, ogen, slokdarm, maag, darmen en vagina. De meest gehoorde klachten zijn droogte van slijmvliezen en irritatie van slijmvliezen. Hierdoor kunnen bijvoorbeeld wondjes of diarree ontstaan.

In de persoonlijke kuurkaart van deze behandelwijzer kunt u lezen van welke bijwerkingen u nog meer last kan krijgen.

Uiterlijke verzorging en leefgewoonten

Huidverzorging

Door de chemotherapie kunt u een gevoelige en droge huid krijgen. We adviseren u bij deze klachten te smeren met een vette crème of zalf.

Uw huid kan gevoeliger zijn voor zonlicht. Zonlicht kan huiduitslag veroorzaken. We adviseren u om tijdens de behandeling en twee maanden daarna niet in de directe zon te komen. U mag wel in de schaduw zijn. Gebruik zonnebrandcrème met een factor 30 of hoger.

Mondverzorging

Door de behandeling kunt u last krijgen van irritatie, beschadiging of ontsteking van het mondslijmvlies. We adviseren u om vier keer per dag de tanden zorgvuldig te poetsen met een zachte tandenborstel. We geven daarnaast het advies om elke 4 weken een nieuwe tandenborstel aan te schaffen. Als u last krijgt van een branderig gevoel in de mond, dan is het goed om 3 a 4 keer per dag te starten met spoelen met zout water. 1 mespuntje zout in 1 glas lauw water is voldoende.

U mag tijdens uw behandeling voor controle naar de tandarts. Als de tandarts iets in uw mond moet doen, zoals boren of trekken, dan moet u hiervoor contact opnemen met het ziekenhuis.

Haarverlies

Van chemotherapie kan het haar volledig uitvallen. Niet alleen het hoofdhaar, maar ook baard, snor, lichaamsbehaarung, wenkbrauwen, wimpers, oksel en schaamhaar kunnen uitvallen. Dit is niet altijd het geval. Soms valt het haar niet uit, of wordt het alleen dunner. Uw arts of oncologieverpleegkundige kan u daarover informeren.

Haaruitval begint meestal na twee tot drie weken. Eigenlijk ontstaat er tijdens het toedienen van cytostatica een zwakke plek in de groei van de haar, in het haarzakje. Na twee tot drie weken komt de zwakke plek boven de hoofdhuid uit en kan de haar afbreken. Bij ernstige haaruitval kan het haar dan vrij

snel, in enkele dagen, met hele plukken tegelijk uitvallen. Soms gaat dat gepaard met haarpijn.

Over het algemeen is haaruitval tijdelijk. De haar groeit gewoon door, maar omdat het bij iedere kuur weer afbreekt, merkt u dat meestal niet tijdens de chemotherapie. U ziet de haren vier tot zes weken na de laatste kuur weer groeien, gemiddeld 1 tot 1,5 cm per maand.

Hoofdhuidkoeling

Het ligt aan de chemotherapie of u gebruikt kunt maken van hoofdhuidkoeling. Koeling van de hoofdhuid leidt tot bloedvatvernauwing. Hierdoor komt er minder chemotherapie in de haarwortelzakjes.

Het koelen gebeurt met een koelkap tijdens de toediening van uw chemokuur.

Patiënten met longkanker, hematologische kanker of met een chemokuur die lang duurt, komen niet in aanmerking voor hoofdhuidkoeling.

De oncologieverpleegkundige kan u hierover informeren.

Meer informatie over hoofdhuidkoeling vindt u op:

www.geefhaareenkans.info.

Hoofdbedekking

Indien u te maken krijgt met haaruitval kan hoofdbedekking prettig zijn. Dit kan in de vorm van een pruik (haarwerk), sjaaltje of mutsje.

Een pruik kan haaruitval over het algemeen goed camoufleren.

Pruiken bestaan in veel soorten en prijsklassen. Van uw oncologieverpleegkundige krijgt u een pruikenmachtiging.

Informeer bij uw zorgverzekeraar naar de hoogte van de vergoeding en de voorwaarden vóórdat u een pruik aanschaft.

Pruiken kunt u kopen bij haarwerkspecialisten. Sommige haarwerkers bieden een thuiservice. Er zijn meerdere leveranciers van haarwerken in de regio.

Workshop 'Look Good Feel Better'

Franciscus Oncologiecentrum organiseert in samenwerking met stichting 'Look Good Feel Better' een aantal keer per jaar een gratis workshop over uiterlijke verzorging. In een ontspannen sfeer krijgt u professionele tips en adviezen over huid- en

haarverzorging. U ontvangt een folder van uw oncologieverpleegkundige.

Roken

Er zijn verschillende onderzoeken gedaan naar het effect van roken op de behandeling. Het advies is om te stoppen met roken. Roken in combinatie met chemotherapie kan schadelijke gevolgen hebben en het effect van de behandeling negatief beïnvloeden.

Het is niet toegestaan om in en rond het Franciscus Gasthuis & Vlietland te roken.

In Franciscus Vlietland is een 'stoppen met roken' poli, indien u begeleiding wilt bij het stoppen met roken. Voor meer informatie hierover kunt u terecht bij de oncologieverpleegkundige.






Voeding

Kanker en de behandeling met chemotherapie vergen veel van het lichaam. Chemotherapie kan bijwerkingen veroorzaken zoals misselijkheid, braken, diarree en gewichtsverlies. Goede voeding is belangrijk tijdens de behandeling voor het opbouwen en het behouden van de conditie en het beperken van gewichtsverlies.

Het is goed om daarvoor de Schijf van Vijf te volgen en dagelijks gebruik te maken van de voedingsmiddelen in de tabel op de volgende bladzijde.



Aanbevolen dagelijkse hoeveelheden voedingsmiddelen per leeftijdscategorie

		Leeftijd		
		19-50 jaar	51-69 jaar	70 jaar en ouder
	Groente	250 gram	250 gram	250 gram
	Fruit	2 stuks	2 stuks	2 stuks
	Boterhammen (bij voorkeur bruin/ volkoren)	Vrouwen: 4-5 sneetjes Mannen: 6-8 sneetjes	Vrouwen: 3-4 sneetjes Mannen: 6-7 sneetjes	Vrouwen: 3-4 sneetjes Mannen: 4-6 sneetjes
	Opscheplepels volkoren graanproducten of aantal aardappelen	4-5 (opscheplepel s/ stuks)	Vrouwen: 3-4 opscheplepel s/ stuks Mannen: 4 opscheplepel s/ stuks	Vrouwen: 3 opscheplepel s/ stuks Mannen: 4 opscheplepel s/ stuks
	Vis/ vlees of Peulvruchten	100 gram vlees/ vis of 2-3 opscheplepels peulvruchten	100 gram vlees/ vis of 2-3 opscheplepels peulvruchten	100 gram vlees/ vis of 3 opscheplepels peulvruchten
	Ongezouten noten	25 gram	Vrouwen: 15 gram Mannen: 25 gram	15 gram
	Porties zuivel	2-3 porties	Vrouwen: 3-4 porties Mannen: 3 porties	4 porties
	Kaas	40 gram	40 gram	40 gram
	Smear- en bereidingsvetten	Vrouwen: 40 gram Mannen: 65 gram	Vrouwen: 40 gram Mannen: 65 gram	Vrouwen: 35 gram Mannen: 55 gram
	Vocht	1.5-2 liter	1.5-2 liter	1.5-2 liter

Bron: www.voedingscentrum.nl

Extra eiwitten

De belangrijkste bouwstof voor onze spieren zijn de eiwitten in onze voeding. Daarom heeft u extra eiwitten nodig om uw spieren te behouden of weer op te bouwen. Er zijn zowel dierlijke als plantaardige eiwitten. Dierlijke eiwitten komen vooral voor in vlees en vleeswaren, kip, en ander gevogelte, vis, kaas, eieren, melk en melkproducten zoals karnemelk, yoghurt, kwark en vla.

Plantaardige eiwitten zitten voornamelijk in brood, graanproducten, soja, peulvruchten (kapucijners, bruine bonen, linzen), noten en paddenstoelen.

Er is wel verschil in de kwaliteit van eiwit. Uit eiwit van hoge kwaliteit worden beter spieren opgebouwd dan uit eiwit van gemiddelde of lagere kwaliteit. Eiwit uit melk en eieren heeft de hoogste kwaliteit. De kwaliteit van soja en rundvlees-eiwit is weer beter dan tarwe-eiwit.

Eiwitten na training, bij de maaltijd en voor het slapen

Omdat lichaamsbeweging de opname van eiwitten in het spierweefsel stimuleert, worden méér eiwitten omgezet in spieren als ze direct na training worden gegeten. Met een eiwitrijke voeding heeft uw training dus meer resultaat. Overdag is het beter om 3 tot 4 keer een grotere portie (20-30 gram) eiwit te eten, dan veel kleine porties verdeeld over de dag. Dat gaat het beste door bij iedere maaltijd royaal eiwitrijke producten te eten, dus zowel bij het ontbijt, de lunch als bij het avondeten. 's Nachts gaat de spieropbouw door als u een half uur vóór het slapen gaan eiwitrijke voeding eet. Op de volgende pagina's ziet u voorbeelden van eiwitrijke maaltijden.

Eiwitrijke producten

Onderstaande voedingsmiddelen leveren 10 gram eiwit:

- 1 beker (250 ml) melk of karnemelk
- 1 beker (250 ml) drinkyoghurt of chocolademelk
- 2 glazen (150 ml) Goedemorgen drinkontbijt
- 1 bord (250 ml) pap, vla of yoghurt
- 1 knijpzakje (ml) Breaker high protein
- 1 schaaltje (150 ml) Griekse of Bulgaarse yoghurt
- 1 snee brood royaal besmeerd met pindakaas
- 1 croissant (ham)kaas
- 2 bierworstjes (25 gram per stuk)
- 2 toastjes met roomkaas of zalm/tonijn/krab (salade)
- 1 minipizza
- 1 stokje kip of varkenssaté met saus
- 1 kipcorn, fricandel of loempia
- 40 gram noten of pinda's
- 1 glas vruchtensap met 4 maatschepjes eiwitpoeder*
- 1 schaaltje vruchtenmoes met 4 maatjes eiwitpoeder*
- 1 knijpzakje (200 ml) Breaker High protein

U kunt ook 4 maatschepjes eiwitpoeder* toevoegen aan een portie soep, aardappelpuree, stampot, pastasaus, huzarensalade of vleesragout.

Onderstaande voedingsmiddelen leveren 15 tot 20 gram eiwit:

- 1 schaaltje (150 ml) vruchten(kwark)
- 1 haring
- 5 blokjes kaas of worst
- 1 saucijzenbroodje
- vlees- of visgerecht van ongeveer 100 gram, bijvoorbeeld: gehaktbal, saté, verse worst, een lekkerbekje of 2 kroketten
- 1 glas (150 ml) melk, karnemelk, chocolademelk of drinkyoghurt met 4 maatschepjes eiwitpoeder*
- 1 schaaltje (150 ml) vla of (vruchten)yoghurt met 4 maatschepjes eiwitpoeder*
- 1 flesje (125 ml) Protino

*Om uw voeding eiwitrijker te maken, kan een smaakloos eiwitpoeder worden toegevoegd aan uw voeding. Hiervoor kunt u uw diëtist raadplegen.

Onderstaande maaltijden leveren 20-30 gram eiwit:

Voorbeeld	Maaltijd	Eiwit gram
1. Totaal 23 gr eiwit	2 sneetjes brood met halvarine	6
	1 plakje kaas	5
	1 plakje vleeswaar	3
	1 plak ontbijtkoek	1
	1 beker (250 ml) melk	8
2. Totaal 28 gr eiwit	1 schaaltje (250 ml) kwark	28
	Fruit voor in de kwark	
3. Totaal 28 gr eiwit	2 sneetjes brood met halvarine	6
	omelet van 1 ei	7
	1 plak kaas	5
	1 beker (250 ml) (soja)melk	7
4. Totaal 24 gr eiwit	1 bordje (250 ml) pap	10
	1 sneetjes brood met halvarine	3
	pindakaas	4
	1 glas (200 ml) karnemelk	7
5. Totaal 26 gr eiwit	3 sneetjes brood met halvarine	9
	1 x jam	
	2 x kaas	10
	1 beker (250 ml) chocolademelk	7
Voorbeeld	Maaltijd	Eiwit gram
6. Totaal: 28-33 gr eiwit	1 kop (250 ml) soep	1-15
	2-3 gekookte aardappelen	2-3
	100 gram vlees of vis	20
	1 schaaltje (150 ml) vla	5
7. Totaal: 30-34 gr eiwit	3-4 opscheplepels lasagne	13-17
	1 schaaltje (150 ml) kwark	17
8. Totaal: 29-30	2 opscheplepels pasta	3
	3-4 (150-200 gram) opscheplepels groente	3-4
	100 gram vlees of vis	Ca. 20
	2 bolletjes ijs	3

bron: www.voedingenkankerinfo.nl

Adviezen voor eiwitrijke voeding

- Plan uw lichamelijke activiteit vóór het nuttigen van een (eiwitrijke) maaltijd. Bijvoorbeeld: boodschappen doen, tuinieren, stevig wandelen, trainen of fietsen.
- Gebruik eiwitrijke producten voor het slapen gaan, zoals een bordje (vruchten)kwark, blokjes kaas of vleeswaren, een beker (karne)melk of yoghurt, milkshake, smoothie, chocolademelk, handje pinda's of noten of een schaalte pap.
- Gebruik een melkproduct bij elke maaltijd, zoals een glas (soja)melk, karnemelk of yoghurt bij het brood en een schaalte (soja)vla, yoghurt of kwark bij de warme maaltijd.
- Neem royaal hartig beleg op uw boterham, zoals kaas, smeerkaas, vleeswaar, paté, vis zoals haring of makreel, vissalade, eiersalade, notenpasta of ei.
- U kunt ook een (smaakloos) eiwitpoeder gebruiken dat kan worden toegevoegd aan bijvoorbeeld pastasaus, aardappel-puree, yoghurt, kwark of vla. Soms is het gebruik van eiwitrijke drinkvoeding (speciale medische voeding) nuttig. Uw diëtist bespreekt dit dan met u.

Vitamines en mineralen

Zeker wanneer u een tijdje niet goed kunt eten, kunnen extra vitamines en mineralen een nuttige aanvulling zijn. Misschien vindt u het prettig om iets extra's te gebruiken. Vitamine- en mineralentabletten kunnen echter nooit een goede voeding vervangen. Bij het gebruik van vitamines en mineralen is de dosering en het soort belangrijk.

Een multivitamine tot 100% van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH) is over het algemeen veilig om te gebruiken. Het gezegde 'baat het niet, dan schaadt het niet' gaat echter niet op. Supplementen met teveel vitamines en mineralen kunnen namelijk de werking van bestraling en chemotherapie tegengaan. Bespreek dus met uw behandelend arts en diëtist als u voedings- of kruidensupplementen gebruikt.

Vitamine D

Vitamine D heeft invloed op spierkracht. Een tekort aan vitamine D kan zwakke spieren en spierkrampen veroorzaken. Vitamine D helpt bij de opname van mineralen uit onze voeding, zoals calcium en fosfor. Vitamine D is daarom hard

nodig voor sterke botten en tanden. Met genoeg vitamine D is de kans op botontkalking en botbreuken op latere leeftijd kleiner.

Als je gezond eet, krijg je normaal gesproken alle vitaminen en mineralen binnen die je nodig hebt. Dit geldt echter niet voor vitamine D. De hoeveelheid vitamine D in ons lichaam is niet alleen afhankelijk van de voeding, maar ook van de hoeveelheid zonlicht op je huid. Zonlicht is de belangrijkste bron voor het aanmaken van vitamine D. Als u weinig buiten komt, kan een tekort aan vitamine D ontstaan. Tekorten treden ook op bij het ouder worden en/of als de huid getint is.

In de onderstaande tabel staat wanneer het nodig is om elke dag een vitamine D supplement te nemen.

Geslacht	Leeftijdsgroep	Wie	Vitamine D (in µg*)
Vrouwen	4 t/m 49 jaar	Donkere (getinte) huidskleur en/of niet genoeg buitenkomen	10 µg
	50 t/m 69 jaar	Iedereen	10 µg
	70 jaar en ouder	Iedereen	20 µg
Mannen	4 t/m 69 jaar	Donkere (getinte) huidskleur en/of niet genoeg buitenkomen	10 µg
	70 jaar en ouder	Iedereen	20 µg

*µg = mcg = microgram

Gewichtsverlies

Gewichtsverlies door kanker, of de behandeling hiervan, kan het gevolg zijn van te weinig eten, bijwerkingen van de behandeling of een verstoorde stofwisseling. Ook is het mogelijk dat uw eetlust verandert. Gewichtsverlies voor of tijdens een behandeling is niet wenselijk. Uw conditie wordt slechter en het herstel kan langer duren.

Om na te gaan of uw gewicht wijzigt, kunt u uzelf wegen. Weeg uzelf het liefst regelmatig (niet meer dan een keer per week), op dezelfde weegschaal, dezelfde dag van de week, hetzelfde tijdstip en met dezelfde kleding aan. Zo kunt u een goede vergelijking maken met andere meetmomenten.

Bent u ongewenst in één maand meer dan 5% of in 6 maanden meer dan 10% van uw normale gewicht afgevallen, dan heeft u een verhoogd risico op een verslechterde conditie. Het is verstandig dit tijdig aan uw arts of verpleegkundige te melden, zij kunnen u zo nodig in contact brengen met een diëtist. (N.B: 5% gewichtsverlies kan voor kleine mensen, die niet zoveel wegen maar 2.5 kilo betekenen).

Als u ongewenst bent afgevallen is dat reden om extra aandacht aan uw voeding te besteden. Probeer dagelijks de aanbevolen hoeveelheden voedingsmiddelen te gebruiken. Probeer daarnaast uw gewicht te verbeteren met behulp van de volgende tips:

- Gebruik geen magere of "light"- producten maar kies volvette producten zoals volle melk, volle yoghurt, volle kwark of volvette kaas (48+).
- Smeer royaal boter of margarine op brood, beschuit en (ontbijt)koek.
- Gebruik een ruime portie beleg op brood (b.v. ham en kaas, kaas en ei, meerdere dun gesneden plakjes vleesbeleg).
- Smelt een klontje boter door de groente, aardappelpuree of pap.
- Schenk een scheutje ongeklepte slagroom, zure room of crème fraîche in koffie, vla, pap, yoghurt, vruchtenmoes, soep en saus.

- Gebruik een extra schaalpje pap, vla, (room)toetje, roomijs, drinkyoghurt of (chocolade)melk.
- Drink geen grote hoeveelheden water, thee, zwarte koffie, bouillon of soep vlak voor of bij de maaltijd. Dit vult de maag en zorgt ervoor dat u weinig ruimte houdt voor de rest van de maaltijd.
- Warme gerechten kunnen tegen staan, koude gerechten (b.v. een paar plakjes vleesbeleg i.p.v. gebraden vlees) smaken vaak beter en zijn even gezond.

Gewichtstoename

Het kan soms voorkomen dat mensen tijdens de behandeling en/of daarna ongewenst aankomen in gewicht. Als u ongewenst bent aangekomen in gewicht, is het niet verstandig om tijdens de behandeling gewichtsverlies na te streven. Probeer verdere gewichtstoename te voorkomen en of te beperken met behulp van de volgende tips:

- Sla geen maaltijden over, maar gebruik niet te grote porties.
- Neem tijd voor uw maaltijden en ga daarvoor zo mogelijk aan tafel zitten.
- Laat zoete en hartige tussendoortjes zo veel mogelijk staan.
- Gebruik halfvolle, magere of "light"- producten in plaats van volle producten.
- Voeg geen suiker toe; gebruik eventueel zoetstof.
- Kies bij voorkeur volkorenbrood, zilvervliesrijst, volkorenpasta. Deze voedingsmiddelen gaan een hongergevoel tegen.
- Gebruik een ruime portie groente (gedeeltelijk ook als rauwkost) en tenminste 2 stuks fruit of drink naast het fruit nog vruchtensap.
- Drink veel, b.v. water, thee of koffie zonder suiker of vervang suiker door zoetstof.
- Let wel erop dat u voldoende eiwitrijke producten blijft gebruiken.

Mocht u aanvullende adviezen willen hebben, dan kunt u contact opnemen met een gespecialiseerde oncologiediëtist in uw eigen omgeving. U kunt deze vinden via:
<https://www.verwijsgidskanker.nl>

Voeding bij specifieke voedingsklachten

Kanker en de behandeling kunnen specifieke voedingsklachten veroorzaken, zoals een verminderde eetlust, een pijnlijke mond, diarree, misselijkheid, een droge mond, etc. Hieronder staan een aantal adviezen bij misselijkheid, braken en smaakverandering.

- Misselijkheid en braken kwamen vroeger veel voor; met de huidige beschermende medicijnen is dit gelukkig meestal goed te voorkomen. Als u er toch last van heeft, dit graag melden, zodat u (extra) medicijnen kunt krijgen.
- Forceer het eten niet, haal de 'schade' in door tussen de kuren door goed te eten.
- Eet op tijdstippen dat u minder misselijk bent, zelfs 's nachts als u wakker bent.
- Het is belangrijk dat u tijdens de kuur veel drinkt omdat er extra afvalstoffen uit het lichaam moeten worden verwijderd. Drink dagelijks 1,5 liter vocht. Te weinig drinken kan een misselijk gevoel vergroten en bijdragen aan een vieze smaak in de mond.
- De aanblik van een groot bord vol eten is vaak ontmoedigend. Stem de grootte van de maaltijd af op uw eetlust.
- Gebruik regelmatig kleine maaltijden. Een lege maag kan namelijk ook een misselijk gevoel geven.
- Warme gerechten kunnen tegenstaan. Een alternatief is bv. een koude maaltijdsalade. Deze smaakt vaak beter en is even 'gezond'. U kunt uw eten ook af laten koelen, bijvoorbeeld in de keuken om geurende dampen te voorkomen en dan nuttigen.
- Als u heeft overgegeven, laat de maag dan weer langzaam wennen aan vast voedsel (biscuitje).
- Als u weinig proeft, is het extra belangrijk dat het eten er aantrekkelijk uitziet.
- Smaakverandering kan leiden tot verminderde eetlust. Smaakveranderingen kunnen komen door ziekte en medicijngebruik. Hierdoor is het vaak zoeken naar welke smaken voor u de voorkeur hebben. Om te achterhalen welke smaakvoorkeuren u heeft, kunt u een smaaktest laten doen. Voor meer informatie kunt u terecht bij uw diëtist of uw oncologieverpleegkundige.

Veilig eten

Door uw behandeling kan uw weerstand verminderd zijn. Daarom is het verstandig om sommige risicovolle producten niet te eten, zoals rauw vlees, rauwe vleeswaren, rauwe melk, gerookte vis en rauwe kiemgroente.

Daarnaast is het belangrijk dat u hygiënisch met uw voeding omgaat. Dit kunt u doen door met onderstaande 5 punten rekening te houden:

1. Kopen:

- Let op de houdbaarheidsdatum. Eet zeker de bederfelijke producten niet na de houdbaarheidsdatum of de TGT-datum (Te Gebruiken Tot).

2. Wassen

- Was uw handen vaak en goed met zeep. Was ze altijd voor het eten en voor het bereiden van eten, maar ook na het aanraken van rauw vlees en na een toiletbezoek.
- Was groente en fruit grondig onder stromend water, zeker al ze rauw gegeten worden.

3. Scheiden

- Zorg dat klaargemaakt eten niet in contact komt met producten die nog rauw zijn.
- Gebruik keukengerei dat in aanraking is geweest met rauw vlees of vis, niet meer voor andere producten.

4. Verhitten

- Verhit warm eten goed door totdat het gaar is. Vooral vlees, kip, eieren, vis en schaal- en schelpdieren.
- Verhit restjes eten en soep door en door. Roer dit goed door, ook bij het verwarmen in de magnetron.

5. Koelen

- Bewaar bederfelijke producten in de koelkast op 4°C. Gooi bederfelijke producten weg als deze langer dan 2 uur buiten de koeling hebben gestaan.
- Bewaar restjes in een afgesloten bakje in de koelkast en eet deze binnen twee dagen op.

Let op bij de volgende voedingsmiddelen;

- Vette vis / visolie: Bij de kuren Irrinotecan en Platina bevattende chemotherapie (Cisplatin/Oxaliplatin) wordt het afgeraden de dag *voor*, de dag *van* en de dag *na* de kuur vette vis en visolie supplementen te gebruiken.
- Grapefruit: Gedurende de behandeling met alle soorten chemotherapie wordt het afgeraden om grapefruit te nuttigen. Dit geldt ook voor de kruisingen van grapefruit: Pomelo, ugli, mineola, tangelo en de zure sinaasappel (ook wel Sevilla sinaasappel genoemd)

Relatie tussen voeding en kanker

Er is op internet veel informatie te vinden over de relatie voeding en kanker. Om de juiste en meest up-to-date informatie te vinden, kunt u het beste kijken op www.voedingenkankerinfo.nl.

Voedingenkankerinfo.nl is een programma van het Wereld Kanker Onderzoek Fonds. Op deze website worden vragen beantwoord over voeding en de preventie van kanker, voeding rondom de behandeling van kanker en voeding ná de behandeling van kanker.

Waar dient u thuis rekening mee te houden?

Het beroepsmatig, dagelijks werken met chemotherapie kan schadelijk zijn voor de gezondheid. Daarom nemen medewerkers van de afdeling Hematologie & Oncologie persoonlijke beschermingsmaatregelen, zoals het dragen van handschoenen.

Op de deur van de afdeling hangt een waarschuwingsbordje om aan te geven dat er binnen de afdeling gewerkt wordt met chemotherapie.

Urine, ontlasting en braaksel kunnen resten van chemotherapie bevatten. Om uw omgeving hiertegen te beschermen adviseren wij:

- dat mannen zittend plassen, om het spatten van de urine te voorkomen;
- het toilet twee keer achter elkaar door trekken met gesloten deksel, ook dit is om het spatten van urine te voorkomen;
- nadat u naar het toilet bent geweest, wast u altijd goed uw handen met water en zeep;
- het toilet moet eenmaal per dag huishoudelijk gereinigd worden (hoeft niet met chloor)
- afvalmateriaal, zoals incontinentiemateriaal of stomamateriaal, verzamelt u in een aparte afvalzak. Sluit deze goed af en doe deze bij het gewone huisafval;
- op de dagen dat de chemotherapie zich nog in uw lichaamsvocht bevindt, vrijt u met een condoom;
- kleding die bevuild is door urine, ontlasting of braaksel kunt u het beste direct wassen.

Meer informatie, onder andere over de periode dat bovenstaande punten van toepassing zijn, kunt u lezen op de persoonlijke kuurkaart.

Invloed op seksualiteit, intimiteit en vruchtbaarheid

Tijdens de behandeling met chemotherapie kan de menstruatie overslaan en zelfs wegblijven. Het wegblijven van de menstruatie kan gepaard gaan met overgangsklachten. Na het beëindigen van de behandeling kan de menstruatie terugkomen, maar dit is nooit van tevoren te voorspellen.

Chemotherapie kan invloed hebben op uw seksuele gevoelens. Tijdens een behandeling met chemotherapie kunnen de seksuele gevoelens verminderen. Vaak is dit niet een direct, maar een indirect gevolg van de werking van de chemotherapie. De bijwerkingen en de gevoelens die ziekte en behandeling oproepen, kunnen zorgen dat u niet veel zin heeft in vrijen.

Vanuit medisch oogpunt mag u seksueel contact hebben. Tijdens de dagen dat de chemotherapie zich in uw lichaamsvocht bevindt, adviseren we om te vrijen met een condoom.

Door de chemotherapie kunnen de slijmvliezen van de vagina droger worden (u kan en mag een glijmiddel gebruiken). Mannen kunnen vlak na een chemokuur last krijgen van erectieproblemen. Daarnaast kan de zaadproductie verminderd zijn. Bij het vrijen merkt een man daar niets van. Meestal herstelt de zaadproductie zich op den duur.

Naast bovenstaande klachten kan het zijn dat u als gevolg van de ziekte en/of de behandeling problemen ervaart met betrekking tot seksualiteit. Een gesprek met een seksuoloog kan dan zinvol zijn. Als u behoefte heeft aan een verwijzing naar de seksuoloog, dan kan de oncologieverpleegkundige hiervoor zorgen.

Indien u in de vruchtbare leeftijd bent, bespreek dan met uw behandelend specialist welke consequenties de chemotherapie hierop heeft. Overleg ook over het gebruik van anticonceptiemiddelen. Gedurende de chemotherapie tot enkele maanden daarna dient u een zwangerschap te voorkomen: chemotherapie kan in die periode tot aangeboren afwijkingen leiden. Mocht u op dit moment (voor de start van de

behandeling) twijfelen over een mogelijke zwangerschap, bespreek dit dan met uw behandelend arts.

Omgang met zwangere vrouwen en kleine kinderen

Er is geen enkel bezwaar in de omgang met zwangere vrouwen en kleine kinderen als u chemotherapie gebruikt. U mag bijvoorbeeld gerust uw (klein)kind op schoot nemen en knuffelen.

Behandeling in Franciscus Vlietland

Polikliniekbezoek

Voorafgaand aan de behandeling en in de rustperiode tussen de kuren, komt u op het spreekuur bij uw behandelend arts of de verpleegkundig specialist.

Belangrijk is dat u opschrijft welke recepten voor medicatie u voor de komende periode nodig heeft. De arts kan deze dan tijdens het spreekuur voor u uitschrijven.

U ontmoet de oncologieverpleegkundige met regelmaat op de polikliniek of dagbehandeling voor de begeleiding van u en uw naasten in uw hele behandelingstraject en uw ziekte. U kunt tijdens het polikliniekbezoek aan de oncologieverpleegkundige alle denkbare vragen stellen over de bijwerkingen van de chemokuur en over problemen waar u tegenaan loopt tijdens het traject.

De oncologieverpleegkundige zal u ook vragen naar uw draaglast en draagkracht. U krijgt een formulier mee, een lastmeter, om in te vullen. In de lastmeter kunt u aangeven waar u tegenaan loopt in uw dagelijks leven. De oncologieverpleegkundige gaat hierover met u in gesprek.

Bloedafname

Een uur voorafgaand aan het polikliniekbezoek laat u bloed afnemen bij het laboratorium. Bij het laboratorium moet u gebruik maken van de 'cito-knop'. De uitslagen zijn bekend als u een uur later bij uw behandelend arts bent.

Dagbehandeling oncologie

Indien u uw chemotherapiebehandeling op de dagbehandeling oncologie krijgt, vindt u op uw afsprakenkaart de datum en tijd waarop u verwacht wordt. U gaat met de B-lift naar de 2^e etage, daar is aan uw linkerhand het Oncologiecentrum met de dagbehandeling Oncologie. U meldt zich bij de afdelingssecrетаresse waarna u plaats neemt in de wachtruimte. De oncologieverpleegkundige roept u binnen. De verpleegkundige wijst u de plek en zal het infuus bij u inbrengen.

Tijdens de chemokuur mag er 1 familielid of naaste aanwezig zijn. Als u rond het middageten op de dagbehandeling bent, dan krijgt u en uw naasten een maaltijd aangeboden. U kunt tijdens de toediening van de chemokuur gratis gebruik maken van internet en/of televisie.

Behandeling op de verpleegafdeling

Indien u uw chemotherapiebehandeling op de verpleegafdeling krijgt, vindt u op uw afsprakenkaart de datum en tijd waarop u verwacht wordt. U gaat met de B-lift naar de 2^e etage. Aan uw linker hand ziet u het Oncologiecentrum. U meldt zich bij de afdelingssecretaresse waarna zij u verder de weg zal wijzen. Als u aankomt op de afdeling krijgt u eerst de gelegenheid om uw spullen op te bergen en gemakkelijke kleding aan te trekken.

Na het opnamegesprek wordt uw infuus geprikt en start u met de chemotherapie. U mag 1 persoon meenemen die hierbij aanwezig kan zijn.

Op de afdeling kunt u kosteloos gebruik maken van de televisie en internet.

Algemene tips

Parkeerbeleid Franciscus Vlietland

Naast het normale parkeertarief is er een speciale parkeerregeling voor mensen die een maand of langer, meerdere malen per week het Franciscus Vlietland bezoeken. Zij kunnen tegen een gereduceerd tarief een parkeerpas aanschaffen die gedurende een bepaalde periode toegang verleent tot de parkeerplaats. Als u hierover vragen heeft, dan kunt u ze stellen bij de Receptie in de Centrale Hal.

Vergoeding

Een taxivergoeding wordt gebruikt als u voor een behandeling met chemotherapie of radiotherapie naar het ziekenhuis komt. Voor een doktersbezoek mag deze vergoeding niet worden gebruikt. De oncologieverpleegkundige kan voor u een vervoersmachtiging invullen. Raadpleeg uw zorgverzekeraar naar de mogelijkheden.

Onkosten

Vervoerskosten en voedingskosten kunt u in sommige gevallen terugkrijgen via uw belastingaangifte. Meer informatie hierover kunt u vinden in de brochure 'Als u of uw fiscale partner ziektekosten of andere buitengewone uitgaven hebt' van de Belastingdienst.

Patiëntenportaal

Als patiënt van Franciscus Gasthuis & Vlietland heeft u toegang tot het patiëntenportaal MijnFranciscus. In MijnFranciscus kunt u een aantal zaken zelf regelen en bekijken zoals lab uitslagen en poli afspraken.

<https://www.franciscus.nl/mijnfranciscus>

Uitleg en begeleiding voor (klein)kinderen

Praten met een kind, het klinkt zo eenvoudig. Maar hoe leg je uit dat je kanker hebt? Hoe moet je zeggen wat er aan de hand is? Moet je het trouwens wel vertellen? Moet je wel eerlijk zijn? Kinderen hebben voelsprietten op hun hoofd, hoe jong ze ook zijn. Ze hebben razend snel in de gaten dat er iets mis is. Een vader die plotseling huilend thuis zit, een moeder die fluistert aan de telefoon, het zijn voor een kind duidelijke signalen dat er iets geheimzinnigs aan de hand is waar ze niet bij betrokken worden. Het achterhouden van informatie of het verstrekken van gedeeltelijke informatie kan leiden tot angstige fantasieën bij het kind. Als kinderen weten wat er aan de hand is, dan zijn veel reacties heel normaal. Ze zijn verdrietig, angstig of boos en kunnen zich soms schuldig voelen.

Door met een kind open en eerlijk over de ziekte te praten en over de eventuele gevolgen ervan, krijgen zowel uw kind en u als (groot)ouder de kans gevoelens te uiten. Op deze manier voelt het kind zich vrij om vragen te stellen. Problemen worden bespreekbaar en er kan samen worden gezocht naar oplossingen. De onderlinge band tussen (groot)ouder en het kind wordt versterkt door gevoelens uit te wisselen en te delen.

Belangrijke tips:

- Zoek een rustig moment om met uw kind te praten.
- Moedig het kind aan vragen te stellen.
- Vertel niet teveel tegelijk.
- Ook als ouder heb je niet alle antwoorden, wees daar eerlijk in.
- Het kind mag het verdriet van de ouder zien, verberg uw verdriet niet. Samen huilen kan erg opluchten.
- Let op afwijkend gedrag van uw kind.
- Licht de school in, de leerkracht begrijpt dan beter waarom uw kind zich anders gedraagt. De leerkracht kan zo in de klas ook aandacht besteden aan de begeleiding van uw kind.

Er zijn veel boeken voor kinderen en op internet is veel informatie te vinden.

- Voor jongere kinderen is er het boekje 'Chemokasper en zijn jacht op de slechte kankercellen' waarin aan kinderen wordt uitgelegd wat chemotherapie doet. U kunt het boekje lenen van de oncologieverpleegkundige, bij de bibliotheek of bestellen op internet.
- Website www.kankerspoken.nl geeft veel informatie over kinderen die in aanraking komen met kanker. Er is informatie te vinden voor o.a. ouders, leerkrachten en andere professionals. Kinderen kunnen met elkaar chatten en ook zelf op zoek kunnen gaan naar informatie.



Wilt u meer informatie over de begeleiding van uw (klein)kinderen? Neemt u dan contact op met de oncologieverpleegkundige.

Belangrijke adressen waar u en uw naasten tijdens en na de behandeling terecht kunnen

Ondersteuning en begeleiding

De Vruchtenburg is een centrum voor ondersteuning van mensen met kanker en hun naasten.

Locatie Straatweg
Straatweg 171, 3054 AD Rotterdam
Telefoonnummer: 010 – 285 9594

Locatie Roparun centrum
Maasstadweg 90 (Zorgboulevard ingang 3), 3079 DZ Rotterdam
Telefoonnummer: 010 – 292 3620

Of via: www.devruchtenburg.nl

Het Helen Dowling Instituut geeft begeleiding met als doel het omgaan met en het verwerken van kanker.
www.hdi.nl

Inloophuizen

Een inloophuis is een ontmoetingscentrum voor mensen met kanker en hun naasten.

De Vlaardingse Boei
Hoogstraat 168, 3131 BR, Vlaardingen
Telefoonnummer: 0643740072
www.devlaardingseboei.nl

Inloophuis De Boei, dependance Schiedam
Dam 30, 3111 DB, Schiedam
Telefoonnummer: 0617854461
www.inloophuisdeboei.nl

Inloophuis De Boei Rotterdam
Weimansweg 70-72, 3075 MP Rotterdam
Telefoonnummer: 010 – 215 2855
www.inloophuisdeboei.nl

Inloophuis Carma
Dijkweg 21, 2671 GA Naaldwijk
Telefoonnummer: 0614237791
www.inloophuiscarma.nl

Organisaties voor kankerpatiënten en hun naasten

KWF Kankerbestrijding
Delflandlaan 17, 1062 EA Amsterdam
Telefoon: 0800 - 022 66 22
www.kwfkankerbestrijding.nl

Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenverenigingen (NFK)
Telefoon: 030 - 291 60 91
www.kankerpatient.nl

Informatie over borstkanker, lymfoedeem, protheses en zenuwpijn.
www.borstkankerverenigingnederland.nl

Stichting Hematon. Informatie over hematologische kanker.
www.hematon.nl

Patiëntenvereniging voor mensen met longkanker.
www.stichtinglongkanker.nl

Stichting Jongeren en Kanker is er voor jonge mensen die te maken hebben gekregen met kanker. Stichting Jongeren en Kanker organiseert actieve weekends, publiceert verhalen van lotgenoten en brengt jongeren met elkaar in contact.
<https://ayazorgnetwerk.nl/>

De Prostaat Kanker Stichting is de patiëntenorganisatie die lotgenotencontact biedt, voorlichting geeft en de belangen behartigt van prostaat kankerpatiënten en hun naasten.
www.prostaatkankerstichting.nl

Informatiewebsites

Hieronder vindt u betrouwbare informatiewebsites van onafhankelijke instanties die gespecialiseerd zijn in zorg en informatieverstrekking over kanker.

Algemene informatie over kanker en chemotherapie.
www.kanker.nl

Algemene informatie over kanker, met linken naar diverse specifieke informatie pagina's. Ook info over onderzoeken, erfelijkheid en activiteiten van het KWF. U kunt via het KWF ook doorlinken naar de verschillende ziektebeelden en patiëntenverenigingen.
www.kwf.nl of www.kwfkankerbestrijding.nl

Informatie over medische, emotionele en sociale aspecten rondom borstkanker. De mogelijkheid om met een deskundige te chatten.
www.borstkanker.nl

Informatie over darmkanker.
www.darmkankernederland.nl

Specifieke informatie voor vrouwen die versneld in de overgang zijn. Met tips om klachten te verminderen.
www.careforwomen.nl

Informatie over de diverse vrijwilligersinstanties zoals o.a. De zonnebloem, het U.V.V., het Rode Kruis, de Oproepcentrale. Op deze site van 9 verschillende organisaties die vrijwilligers kunnen inzetten voor bijv. begeleiding bij doktersbezoek, het doen van een boodschap thuis, hulp bij een activiteit of gezelschap thuis of in het ziekenhuis.
www.vrijwilligehulpthuis.nl

Persoonlijke kuurkaart

Uw behandeling in de IKNL regio

Integraal Kankercentrum Nederland (IKNL) is het kennis en kwaliteitsinstituut voor zorgverleners in de oncologische zorg. Het IKNL draagt bij aan het verbeteren van de zorg rond kanker door het verzamelen van gegevens, het opstellen van richtlijnen, het bewaken van kwaliteit en het faciliteren van samenwerkingsverbanden.

In Zuidwest Nederland, de regio Rotterdam, werken alle ziekenhuizen samen om optimale zorg voor patiënten met kanker te realiseren. In dit samenwerkingsverband zijn er afspraken tussen alle specialisten die bij de behandeling en begeleiding van patiënten met kanker zijn betrokken. Hierbij gaat het zowel over de behandelmogelijkheden als over het ziekenhuis waar de behandeling het beste gegeven kan worden.

De standaard behandelmogelijkheden worden door de specialisten in de regio Rotterdam in het samenwerkingsverband met elkaar besproken en deze afspraken zijn zoveel mogelijk vastgelegd in richtlijnen. Daarnaast wordt in de ziekenhuizen de behandeling van individuele patiënten, door middel van videoconferencing in aanwezigheid van een specialist en een radiotherapeut uit het Erasmus MC, besproken. Hierbij worden ook de nieuwe behandelingen besproken die in het kader van wetenschappelijk onderzoek geboden kunnen worden.

De aard en uitgebreidheid van uw ziekte zijn bepalend voor het ziekenhuis waar u behandeld wordt. Er wordt altijd gestreefd naar optimale kwaliteit van de behandeling, bij voorkeur zo dicht mogelijk bij uw woonomgeving. Voor de meeste vormen van kanker is het heel goed mogelijk om te worden behandeld in het ziekenhuis in uw directe omgeving, mede door de boven genoemde afspraken.

Voor sommige relatief zeldzame soorten kanker of voor speciale vormen van behandeling, kan het nodig zijn dat u in het Erasmus MC of in een ander ziekenhuis met bepaalde voorzieningen wordt behandeld. Indien de behandeling in dat betreffende ziekenhuis is afgerond, wordt u in principe weer

naar uw regionale ziekenhuis terug verwezen. Het blijft mogelijk dat, bijvoorbeeld door verandering in uw medische situatie, u naderhand (opnieuw) in aanmerking komt voor beoordeling en eventuele behandeling in het Erasmus MC. Dit vindt altijd plaats in overleg met u en uw specialisten.

Indien u hier vragen over heeft of meer informatie wenst, kunt u dit bespreekbaar maken bij uw specialist.

Registratie van kanker

Naast de samenwerkingsverbanden die mogelijk worden gemaakt door het IKNL heeft het IKNL ook een rol in de registratie van kanker.

Om kanker te kunnen bestrijden, willen we er alles over weten. Artsen en onderzoekers hebben daarom zoveel mogelijk gegevens nodig over patiënten met kanker. Het IKNL verzamelt alle gegevens over kanker in Nederland. De ziekenhuizen en het IKNL hebben daar afspraken over gemaakt. Het Franciscus Vlietland legt uw gegevens vast in een medisch dossier. Medewerkers van het IKNL mogen deze dossiers volgens afspraak met het ziekenhuis inkijken. De gegevens die van belang zijn, verzamelen zij in een digitale databank; de Nederlandse Kankerregistratie.

Elk jaar worden algemene overzichten van de verzamelde gegevens gemaakt. Deze overzichten staan op www.cijfersoverkanker.nl. Iedereen kan ze inkijken. De overzichten laten bijvoorbeeld zien hoeveel mensen in Nederland kanker hebben en hoe oud mensen zijn. De digitale databank is goed beveiligd. Alleen daartoe bevoegde medewerkers van het IKNL hebben toegang. Omdat ze een geheimhoudingsplicht hebben, mogen ze daar met niemand over praten. Bij de gegevens voor artsen en onderzoekers worden de namen en adressen vervangen door een cijfercode. Zij weten dus niet van wie de gegevens zijn.

Wilt u niet dat uw gegevens geregistreerd staan in de databank? Vertel dit dan aan uw behandelend arts. Hij zet dat in uw medisch dossier, waarna uw gegevens uit de databank worden verwijderd door de registratiemedewerker.

Eigen aantekeningen
