

Oncologie

Chemowijzer Interne Geneeskunde - Pools

Przewodnik po terapii
Chemioterapia
Terapia celowana

Własność

Nazwisko _____

Adres _____

Miejscowość _____

Numer telefonu _____

Specjalista
prowadzący leczenie: _____

Lekarz rodzinny _____

W przypadku zgubienia, znalazca jest proszony o skontaktowanie się z właścicielem tej książeczki.

Treść

Cel tego przewodnika po terapii
Jak działa chemioterapia/terapia celowana?
Działania niepożądane, jak możesz im przeciwdziałać
Zmniejszony apetyt
porady dotyczące ograniczenia dolegliwości
Post i chemioterapia
Podrażnienia i/lub stany zapalne błony śluzowej jamy ustnej
Zmiany w oddawaniu stolca
Wpływ na mocz
Wpływ na funkcjonowanie szpiku kostnego
Najbardziej niebezpieczne działania niepożądane
Multiwitaminy, olej rybny, szczepionka przeciw grypie,
pedicure
Cienkie/wypadające włosy
Przebarwienia paznokci
Piekące/łzawiące oczy
Wpływ na skórę
Mrowienie rąk i stóp
Wpływ na miesiączkę
Wpływ na płodność
Wpływ na intymność i seksualność
Zmęczenie i obniżona energia

Praktyczne wskazówki

Chemioterapia/terapia celowana
i produkty wydalania
Skontaktuj się ze szpitalem (czerwona strona)

Karta wizyt (niebieska strona)

Inne leki (różowa strona)

Strona, na której możesz robić notatki i zapisywać pytania

Załącznik 1

Załącznik 2

Cel tego przewodnika po terapii

Twój specjalista wyjaśnił Ci, że będziesz leczony lekami przeciwnowotworowymi. Ten przewodnik po terapii może być pomocny wspierając Cię podczas terapii.

Kilka dni przed przystąpieniem do leczenia Ty, i ewentualnie Twój partner, odbędziecie rozmowę wstępną z pielęgniarką onkologiczną w przychodni. Otrzymasz wówczas wyjaśnienie dotyczące konkretnej terapii i praktycznego przebiegu wydarzeń.

Ponieważ w grę wchodzi wiele informacji, informacje te są ujęte na piśmie w niniejszym przewodniku po terapii, aby można było wszystko przeczytać w domu na spokojnie.

Terapia odbywa się w onkologicznym oddziale jednodniowego pobytu lub na oddziale pielęgniarskim. Pielęgniarka onkologiczna może odpowiedzieć na wszystkie Twoje pytania przed lub w trakcie terapii, a także omówić inne ważne dla Ciebie sprawy.

Przewodnik po terapii ma również służyć jako informacja dla świadczeniodawców opieki, z którymi masz do czynienia. Dlatego ten przewodnik po terapii zawiera również informacje dla nich.

Wpisz swoje dane osobowe na pierwszej stronie.

Zawsze bierz tę książeczkę ze sobą podczas wizyty w szpitalu, u lekarza rodzinnego lub u innego świadczeniodawcy opieki.

Zespół Chorób Wewnętrznych / Onkologii Płuc Centrum Medyczne VieCuri

Chemioterapia / terapia celowana

Chemioterapia (cytostatyki)

Cytostatyki to leki, które zabijają komórki lub hamują ich podział. Po podaniu leki dostają się do krwi. Lek jest rozprowadzany w krwiobiegu w całym organizmie i dociera do komórek nowotworowych niemal w każdym miejscu. Czasami leki podaje się miejscowo, np. przy płukaniu pęcherza moczowego.

Chemioterapia ingeruje w proces wzrostu komórek nowotworowych. Niektóre leki uszkadzają dzielącą się komórkę nowotworową. Inne działają wcześniej. Istnieją dziesiątki różnych rodzajów cytostatyków. W zależności od rodzaju nowotworu, do leczenia można zastosować jeden lub więcej typów

Terapia celowana

Coraz częściej cytostatyki łączy się z tzw. środkami celowanymi.

Leki te, które są coraz liczniejsze, mają inne, bardziej specyficzne działanie niż cytostatyki:

- Inhibitory przekazywania sygnału blokują sygnał, który skłania komórkę nowotworową do podziału.
- Inhibitory angiogenezy zapobiegają tworzeniu się nowych naczyń krwionośnych prowadzących do komórek nowotworowych.
- Oba leki pośrednio przeciwdziałają wzrostowi komórek nowotworowych.
- Przeciwciała monoklonalne rozpoznają komórki nowotworowe po białkach na powierzchni komórek, przyczepiają się do nich i niszczą je.

Wykazano już, że kilka celowanych środków podwyższa szansę na przeżycie w połączeniu z chemioterapią.

Gdy jest jasne, jaką chemioterapią/terapią celowaną będziesz leczony, otrzymasz szczegółowe informacje.

Działania niepożądane, które mogą wystąpić podczas leczenia
Jak możesz im przeciwdziałać?

Każdy zabieg ma swoje specyficzne działania niepożądane. Od specjalisty i pielęgniarki onkologicznej dowiesz się, jakie działania niepożądane mogą Cię dotyczyć.

Wymienione poniżej działania niepożądane są na ogół najczęstsze.

☐ **Zmniejszony apetyt, zmiana smaku/powonienia, nudności, wymioty.**

W przypadku różnych kuracji mogą wystąpić nudności i wymioty. To może być bardzo uzależnione od indywidualnego przypadku.

Zmniejszenie apetytu może być spowodowane zmianami smaku i powonienia pod wpływem zabiegu, ale może też mieć na niego wpływ strach i ból, niedostateczne przyjmowanie płynów, wpływ samej choroby na przewód pokarmowy.

Receptę na leki przeciw nudnościom i wymiotom otrzymasz od pielęgniarki onkologicznej/specjalisty. Podczas rozmowy wstępnej pielęgniarka onkologiczna poinformuje Cię, jak postępować. Otrzymasz również te informacje jako załącznik, który należy zachować w niniejszym przewodniku po terapii.

Z powodu tych działań niepożądanych możliwe jest, że nie otrzymujesz wystarczającej ilości składników odżywczych i Twój stan się pogarsza. W związku z tym możesz zostać poproszony(-a) o wypełnienie kwestionariusza w ramach kuracji. W razie potrzeby/życzenia zostaniesz skierowany(-a) do dietetyka.

Nasz dietetyk chętnie udzieli Ci porad żywieniowych. Jest to możliwe za pośrednictwem oddziału jednodniowego leczenia onkologicznego, w klinice lub w poliklinice. Z dietetykiem można skontaktować się pod numerem:

☎ (0478)-52 27 74

Porady w celu zmniejszenia dolegliwości

- Ważne jest, aby dużo pić w trakcie i po zabiegu, ponieważ produkty przemiany materii muszą zostać wydalone z organizmu.
- Wypijaj ok. 2,5 litra w ciągu dnia z zabiegiem i przez pierwsze 5 dni po nim.
- Picie zbyt małej ilości płynów może zwiększyć nudności i przyczynić się do niesmaku w ustach.
- Jeśli to konieczne, spożywaj regularnie małe posiłki. Pusty żołądek może również powodować nudności.
- Nie forsuj jedzenia, dostosuj wielkość posiłków do swojego apetytu.
- Możesz również poczuć zniechęcenie do niektórych dań, takich jak ciepłe posiłki. Alternatywą jest zimna sałatka lub kanapka.
- Jeśli nie czujesz smaku, tym bardziej ważne jest, aby jedzenie wyglądało atrakcyjnie.
- Unikaj silnych bodźców środowiskowych, takich jak tytoń i/lub perfumy.
- Kiedy zwymiotujesz, pozwól, aby żołądek ponownie przyzwyczał się do stałych pokarmów, np. zjadając sucharka.
- Imbir i mięta pieprzowa mogą pomóc złagodzić nudności i uspokoić żołądek.
- Jeśli masz metaliczny posmak, używaj plastikowych sztućców.

Więcej informacji można znaleźć na stronie: **Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.**

Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.

Post i chemioterapia

Nie wiadomo jeszcze, czy post jest bezpieczny lub korzystny u osób poddawanych chemioterapii. Nie ma dowodów na to, że post pomaga w lepszym działaniu chemioterapii lub że zmniejsza jej niepożądane działania.

Ponadto pojawia się wiele pytań dotyczących sposobu i czasu trwania postu. Dopóki wszystkie te pytania pozostają bez odpowiedzi, NIE zalecamy postu podczas chemioterapii.

Jeśli jednak chciał(-a)-byś pościć podczas chemioterapii, poproś o poradę dietetyka.

Jeśli pomimo porad i leków nadal pojawiają się problemy, skontaktuj się z pielęgniarką onkologiczną (patrz lista telefonów na czerwonej stronie).

□ Podrażnienia i/lub stany zapalne błony śluzowej jamy ustnej

Błona śluzowa jamy ustnej zmienia się w wyniku leczenia chemioterapią. Staje się bardziej wrażliwa na podrażnienia i stany zapalne. Dlatego dobra higiena jamy ustnej jest ważna w zapobieganiu problemom.

Porady dotyczące zapobiegania podrażnieniom i/lub stanom zapalnym W

przypadku własnego uzębienia:

- Szczotkuj zęby 4 razy dziennie (po posiłkach i przed snem) miękką szczoteczką do zębów i pastą zawierającą fluor o łagodnym smaku, np. Elmex bez mentolu, Biotène lub Zendium classic.
- W razie potrzeby wyczyść przestrzeń między zębami wykałaczkami (Lactona lub Jordan), szczoteczką międzyzębową (TePe extra soft) lub taśmą dentystyczną (Johnson).
- Oczyszcz język szpatułką lub miękką szczoteczką.
- Płukaj 4 razy dziennie solą fizjologiczną (3 łyżeczki soli na 1 litr przegotowanej wody), herbatą rumiankową lub sokiem z jagód. Codziennie stosuj świeży środek do płukania.
- Nasmaruj usta białą wazeliną, Labello lub innym balsamem do ust 4 razy dziennie.

W przypadku protezy dentystycznej:

- Myj protezę 4 razy dziennie mydłem w płynie lub Ecosym i szczoteczką do protez.
- Płukaj usta 4 razy dziennie słoną wodą (3 łyżeczki soli na 1 litr przegotowanej wody), herbatą rumiankową lub sokiem z jagód.
- Smaruj usta 4 razy dziennie białą wazeliną, Labello lub innym balsamem do ust. – Wyjmij protezę dentystyczną na noc.

Po spożyciu produktów mlecznych, słodkich lub kwaśnych przepłucz usta wodą, aby zapobiec tworzeniu się śluzu.

Podczas wizyty u dentysty lub higienistki stomatologicznej należy również wspomnieć, że przechodzisz terapię. Odnośnie czasu takiej wizyty najlepiej

skonsultować się z onkologiem lub z pielęgniarką onkologiczną. Jeśli pomimo tych zaleceń pojawiają się jednak problemy, skontaktuj się z pielęgniarką onkologiczną (patrz czerwona strona). Otrzymasz od niej nowe porady.

☐ Zmiany w oddawaniu stolca / wpływ na mocz.

Zmiany w oddawaniu stolca

Biegunka i zaparcia mogą wystąpić przy różnych kuracjach. To może być bardzo uzależnione od indywidualnego przypadku i zależy od przebiegu kuracji, staroego sposobu oddawania stolca i czy ewentualnie masz stomię.

W przypadku niektórych zabiegów, w których ryzyko biegunki jest największe, pielęgniarka onkologiczna/specjalista wystawi receptę na lek przeciw biegunce.

Podczas rozmowy wstępnej pielęgniarka onkologiczna poinformuje Cię, jak sobie z tym poradzić w konkretnym przypadku. Otrzymasz również te informacje jako załącznik, który należy zachować w niniejszym przewodniku po terapii.

Porady dotyczące biegunki

- W przypadku biegunki pij wystarczająco dużo, co najmniej 2,5 litra dziennie.
- Używaj sporej ilości soli, na przykład w postaci wywaru.
- Regularnie jedz małe posiłki.
- Podziel ilość owoców i soków owocowych w ciągu dnia.
- Ogranicz stosowanie produktów zawierających substancje słodzące sorbitol i ksylitol.
- Unikaj dużych, tłustych posiłków, gruboziarnistego błonnika, napojów gazowanych.
- Pij kawę i napoje alkoholowe z umiarem.

Zalecenia w razie zaparcia

- W przypadku zaparcia upewnij się, że pijesz wystarczająco dużo, co najmniej 2,5 litra dziennie.
- Stosuj regularną dietę, najlepiej obfite śniadanie.

patrz na odwrocie

Jedz pokarmy bogate w błonnik, takie jak ciemny lub pełnoziarnisty chleb, owoce i warzywa.

- Jeśli to możliwe, staraj się zachować umiarkowaną aktywność fizyczną.

Wpływ na mocz

Niektóre kuracje mogą na krótki czas przebarwić mocz. Wynika to z barwnika w niektórych cytostatykach. To minie samo.

Niektóre leki stosowane w chemioterapii mogą powodować podrażnienie pęcherza. Ogólnie dobrze jest pić 2,5 litra dziennie.

Jeśli pomimo porad i leków nadal pojawiają się problemy, skontaktuj się z pielęgniarką onkologiczną (patrz lista telefonów na czerwonej stronie), która udzieli Ci wtedy nowej porady.

☐ Wpływ na funkcjonowanie szpiku kostnego.

Szpik kostny pełni ważną funkcję w produkcji komórek krwi. Takimi komórkami krwi są krwinki czerwone, krwinki białe i płytki krwi. Chemioterapia zmniejsza funkcjonowanie szpiku kostnego

Aby sprawdzić funkcjonowanie szpiku kostnego, przed każdą nową kuracją pobierana jest krew, aby sprawdzić, czy szpik kostny poradzi sobie z kolejną kuracją. Częstotliwość, z jaką podawane są kuracje, jest odpowiednio dostosowana na podstawie badań i doświadczenia.

Wpływ chemioterapii na funkcjonowanie określonych komórek krwi

- Zmniejszona ilość **białych** krwinek (leukocytów) zwiększa prawdopodobieństwo obniżenia odporności / infekcji. Czasami może powodować gorączkę/dreszcze.
- Zmniejszona ilość **płytek krwi** (trombocytów) powoduje zwiększone ryzyko krwawienia lub siniaków. Czasami dochodzi do krwawienia z nosa lub dziąseł. Istnieje również możliwość wystąpienia krwi w moczu i kale.
- Zmniejszona ilość **czerwonych** krwinek (erytrocytów) powoduje anemię. Może być to zauważalne w postaci zmęczenia, duszności i bladości.

Najbardziej niebezpieczne niepożądane działania to:

- **Gorączka powyżej 38,5°C (lub 38,0°C przez ponad 24 godziny) – Zasinienia lub krwawienia.**

W takiej sytuacji natychmiast należy skontaktować się ze szpitalem. Również wieczorem i w nocy oraz w weekend (patrz lista telefonów na czerwonej stronie).

Być może zostaniesz skierowany(-a) do oddziału ratunkowego w Venlo w celu dalszego zbadania.

Jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości co do powagi dolegliwości lub innych niewymienionych problemów, skontaktuj się ze szpitalem.

Stosowanie dodatkowych witamin, minerałów i suplementów odżywczych
Jeśli jesz i pijesz zgodnie z zaleceniami Centrum Żywienia, otrzymujesz wystarczającą ilość witamin i minerałów. Nie ma wtedy konieczności przyjmowania suplementów witaminowych i mineralnych. Ponadto przyjmowanie suplementów podczas terapii może być niebezpieczne. Suplementy witaminowe i mineralne mogą przeciwdziałać efektom radioterapii i chemioterapii. Suplement należy przyjmować wyłącznie za radą dietetyka/lekarza, jeśli masz niedobór niektórych witamin i minerałów. Wybierz suplement zawierający maksymalnie 100% ZDS (zalecanego dziennego spożycia). Na etykiecie można przeczytać, ile danej witaminy zawiera kapsułka lub tabletkę i jaka jest bezpieczna dawka. Dietetyk może ocenić przyjmowane przez Ciebie wartości odżywcze i na tej podstawie udzielić porady.

Jedzenie tłustych ryb i stosowanie suplementów oleju rybiego.

Podczas chemioterapii możesz jeść tłuste ryby.

Tłuste ryby są ważnym źródłem białka i energii.

Kwasy tłuszczowe ryb są dobre na serce i naczynia krwionośne.

Suplementy oleju rybiego nie są zalecane od 24 godzin przed do 24 godzin po podaniu środków takich, jak irynotekan, karboplatyna, cisplatyna i oksaliplatyna. Powodem tego jest fakt, że suplementy z olejem rybim mogą zawierać wysokie stężenia określonego kwasu tłuszczowego (PIFA), co może mieć negatywny wpływ na terapię.

Szczepionka przeciw grypie

Jeśli zostaniesz zaproszony na szczepionkę przeciw grypie, porozmawiaj ze specjalistą lub pielęgniarką onkologiczną, który moment w trakcie terapii będzie najkorzystniejszy, aby się zaszczepić.

Pedicure

Moment wizyty u kosmetyczki najlepiej omówić z pielęgniarką onkologiczną.

Cienkie lub wypadające włosy.

Włosy bardzo cierpią podczas chemioterapii. Mogą stać się przerzedzone, a nawet całkowicie wypaść. Przy niektórych kuracjach można z góry przewidzieć, że całkowicie stracisz włosy. W przypadku innych kuracji jest to trudniejsze do przewidzenia i zależy od indywidualnego przypadku.

Powyższe ogólnie dotyczy skóry głowy.

Jednak wypadanie włosów może wystąpić również w innych miejscach.

Wypadanie włosów może powodować ból.

Przed rozpoczęciem zabiegu zostanie omówione z Tobą, czy potrzebna będzie treska/peruka lub inne alternatywne rozwiązanie i jak należy to zorganizować.

Warto wcześniej (zanim wypadną włosy) umówić się na wizytę u wyspecjalizowanego fryzjera. Otrzymasz również od nas zaświadczenie, aby zwrot kosztów treski/peruki można było uzyskać z ubezpieczenia zdrowotnego. Na następnej stronie znajdziesz wykaz miejsc, gdzie możesz kupić perukę lub treskę. Twoje włosy odrosną po zakończeniu chemioterapii.

W naszym szpitalu możliwe jest zastosowanie chłodzenia skóry głowy podczas niektórych kuracji. Zwiększa to możliwość zachowania włosów.

Specjalista określi, w jakich przypadkach jest to możliwe.

Pielęgniarka onkologiczna poinformuje Cię o tym później.

Przebarwienia paznokci.

Niektóre zabiegi mogą powodować przebarwienia paznokci. W przypadku specyficznych cytostatyków może dojść nawet do zapalenia skórek i odrywania się paznokcia. Podczas tej kuracji stosuje się chłodzenie paznokci. Zaleca się stosowanie utwardzacza do paznokci.

Piekące/łzawiące oczy

Jeśli cierpisz na pieczenie i/lub łzawienie oczu, najlepiej zgłosić to onkologowi lub pielęgniarce onkologicznej. Onkolog może przepisać Ci krople do oczu. Krople

Optrex Systance Balance można kupić w aptece bez recepty. Mają często korzystny efekt.

☐ **Wpływ na skórę**

Pod wpływem chemioterapii/terapii celowanej skóra może stać się sucha i/lub łuszcząca się. Regularnie używaj balsamu/kremu do ciała, aby jak najbardziej temu przeciwdziałać. Twoja skóra jest bardziej wrażliwa niż zwykle. W czasie trwania kuracji Twoja skóra może szybko ulec poparzeniu słonecznemu. Nie należy zatem przebywać na słońcu. Nie należy również korzystać z solarium. Zaleca się stosowanie wysokiego współczynnika ochrony przeciwsłonecznej nie przebywając na słońcu.

☐ **Mrowienie rąk i stóp**

Pod wpływem niektórych cytostatyków zakończenia nerwowe rąk i stóp mogą ulec uszkodzeniu. Może to powodować mrowienie, a czasami uczucie bólu lub drętwienia rąk i stóp. Poinformuj o tym specjalistę lub pielęgniarkę onkologiczną.

☐ **Wpływ na miesiączkę**

Miesiączka może być zmienna w trakcie kuracji: od cięższego i dłuższego krwawienia do pominięcia któregoś razu lub braku miesiączki. Mogą temu towarzyszyć objawy menopauzy.

Miesiączka zwykle powraca po zakończeniu kuracji.

Wykaz dostawców peruk i tresek Region Północnej Limburgii

Peels Pruiken en Haarwerken
Strijpsestraat 158, 5616 GT Eindhoven
☎ 040-2518029 www.peelshaarmode.nl

Natural Hair Solutions Pruiken & Haarwerken
☎ 0900 - 255 00 00 (5ct za/m) GSM: 06 - 17 585 920 Obsługuje również
Venlo i Venray ☎ 077-7113360 www.pruik.nl

Huizenaar Haarwerk Specialisten

Zorgboulevard VieCuri Venlo Tegelseweg 210, 5912 BL Venlo

☎ 077-3512076 **Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.**✉

venlo@haarwerken.info

VieCuri Venray Merseloseweg 130 5801 CE Venray

☎ 0478-522794 **Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.**

✉ venray@haarwerken.info

Chantal's Hairstyling

Op de Leues 37 5926 VJ Hout-Blerick (Venlo)

☎ 06 10 81 98 25 **Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.** ✉

info@haarwerken-venlo.nl

Change

Venlo: Vleesstraat 79 5911 CP Venlo ☎ 077-3513603

Panningen: Markt 46 5981 AP Panningen ☎ 077 - 3071203 Venray: Grote Markt 42 5801 BL Venray ☎ 0478-516708 www.changeyourself.nl

Toine Kapsalon

Bergkampweg 2, 5825 AD Overloon

Obsługuje również Venlo ☎ 0478-641584 www.salontoine.nl

Haarwerken MP

Raadhuisstraat 2, 6042 JL Roermond ☎ 0475-329616

www.haarwerkenmp.nl

Radzimy, aby zawsze zwrócić się z zapytaniem do swojego ubezpieczyciela zdrowotnego o zwroty kosztów i wykaz dostawców, z którymi ubezpieczyciel zawarł umowę.

Nuance Kapsalon

Willem II Singel 2/A, 6041 HS Roermond ☎ 0475-336211

Brias Haarwerken

Rijksweg 6 6095 NB Baexem

Marijkelaan 15 6074 Melick

☎ (0475) 45 21 08 / 06 20 41 58 71 ✉ info@brias-haarwerken.nl

Haarstudio Marion

Steeegstraat 11 5921 GJ Blerick ☎ 077-8795222 / 06 30039160 **Fout! De**

hyperlinkverwijzing is ongeldig.Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig. ✉

Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.

Haarinstituut Heel

Sterplein 15/B 6097 EA Heel ☎ 06-46086200 www.haarinstituutheel.nl

Cabello Haarspecialzaak

Schuitenbergh 35 6041 JH Roermond ☎ 0475-317133

www.haarspecialzaakcabello.nl

Haarstudio Arits

Past. Greymanstraat 1 6039 GG Stramproy ☎ 0495-561663 www.hair4you.nl

Ancha Haarwerken Will Steenbakkers
Kampweg 11, 5986 NP Beringe ☎ 077-3071114 ✉
info@taritakleeven.nl

Kleeven Haarwerkspecialist

Vrouwboomweg 5, 5961 PM Horst lb ☎ 06-49055325

Leonie Haarwerkstudio
Antoniusplein 18/A, 5943 AJ Lomm ☎ 06-29112340 www.haarwerkstudioleonie.nl

Haarinstituut Helmond
Gooisehof 147 5709 LS Helmond ☎ 0492-516238 / 06-17572360
www.haarinstituuthelmond.nl

Radzimy, aby zawsze zwrócić się z zapytaniem do swojego ubezpieczyciela zdrowotnego o zwroty kosztów i wykaz dostawców, z którymi ubezpieczyciel zawarł umowę.

Tilly Suntjens
Wilhelminalaan 42 5953 HB Reuver ☎ 077-8513660 telefon komórkowy 06
54732908

Arti Coupe
Heuvelplein 87 5741 JJ Beek en Donk ☎ 0492-820152 / 06
53734270 www.articoupe.nl

Pruik bij u thuis haarwerken
Angelique van Heugten
Molenaarweg 24 5768EG Meijel ☎ 06-83775277 **Fout! De
hyperlinkverwijzing is ongeldig.**ijuthuis.nl
✉angeline@pruikbijuthuis.nl

Francis
Gebr. van Doornlaan 74 5961 BD Horst ☎ 077-3984702 **Fout! De
hyperlinkverwijzing is ongeldig.****Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.**

LiVage Haarwerken Roermond
Pea Muisers
Rijksweg 63 5953 AB Reuver ☎06-29576655 ✉
pea.muisers@livage.nl

Radzimy, aby zawsze zwrócić się z zapytaniem do swojego ubezpieczyciela zdrowotnego o zwroty kosztów i wykaz dostawców, z którymi ubezpieczyciel zawarł umowę.

□ **Wpływ na płodność**

Jeśli jesteś w wieku rozrodczym, skonsultuj się z onkologiem na temat wpływu terapii na płodność. Omów także stosowanie środków antykoncepcyjnych

Porozmawiaj również na temat chęci posiadania dzieci.

Możliwe, że na skutek terapii menopauza zacznie się u Ciebie wcześniej lub w trakcie terapii.

□ **Wpływ na intymność i seksualność**

Może osłabnąć pragnienie kochania się. Często wzrasta potrzeba czułości, rzewności i wzajemnego przytulania. Pod wpływem chemioterapii błony śluzowe zewnętrznych narządów płciowych również zmieniają się i są mniej wilgotne. Lubrykant stanowi dobre rozwiązanie. Niezależnie od tego, który z partnerów otrzymuje chemioterapię; podczas stosunku płciowego należy używać prezerwatywy. Pamiętaj o tym w okresie zwiększonego ryzyka.

Nie wahaj się zadać wszelkich pytań w tym zakresie swojemu specjalście lub pielęgniarce onkologicznej.

□ **Zmęczenie i obniżona energia.**

Zauważysz, że podczas chemioterapii i przez dłuższy czas po niej będziesz mieć mniej energii i szybciej się męczyć. Nie unikaj aktywności fizycznej i zadбай o dobrą równowagę. Pamiętaj o aktywności fizycznej każdego dnia. Poproś o pomoc, jeśli chcesz wiedzieć więcej na dany temat.

Praktyczne wskazówki

Pierwsza kuracja zawsze jest poprzedzona wywiadem informacyjnym/rozmową wstępną. Podczas tego spotkania pielęgniarka onkologiczna omówi wszystkie aspekty konkretnej kuracji. Zawsze zabieraj kogoś ze sobą, kiedy tylko jest to możliwe.

- W oddziale onkologicznym jednodniowego pobytu istnieje możliwość skorzystania z krzesła lub łóżka, w zależności od sytuacji i terapii. Możesz nosić swoje normalne ubrania.
- Oczywiście zawsze możesz zabrać ze sobą swojego partnera lub jedną z osób bliskich.
- Po południu w oddziale onkologicznym jednodniowego pobytu pacjent może zjeść lunch, jeśli zajdzie taka potrzeba. Osoba towarzysząca nie ma takiej możliwości. Można skorzystać za to z restauracji.
- Zdecydowanie odradza się samodzielne prowadzenie pojazdu bezpośrednio po kuracji.

- Za każdym razem, gdy odwiedzasz szpital, zabierz ze sobą kartę szpitalną i niniejszy przewodnik po terapii.
- Jeśli przyjmujesz leki, możesz normalnie je stosować. Jeśli masz wątpliwości lub zażywasz leki rozrzedzające krew lub leki na cukrzycę, skonsultuj się ze swoim specjalistą lub pielęgniarką onkologiczną.
- Po kuracji otrzymasz termin kolejnej i skierowanie na badanie krwi.
- W razie potrzeby masz możliwość omówienia z pielęgniarką onkologiczną delikatnych informacji o charakterze prywatnym dotyczących każdego cyklu leczenia.
- Na oddziale znajdują się trzy odtwarzacze DVD, z których można korzystać. Dostępny jest również laptop, z którego można korzystać. W całym szpitalu dostępne jest bezpłatne WiFi.

Chemioterapia / terapia celowana i produkty wydalania

Bezpośrednio po terapii produkty wydalania pacjenta mogą nadal zawierać substancje resztkowe. (aczkolwiek około 1000 razy rozcieńczone w porównaniu do pierwotnie podanego roztworu).

Podczas usuwania wymiocin, kału, moczu i innych płynów ustrojowych konieczne jest zatem unikanie kontaktu z tymi produktami przez inne osoby nie będące pacjentem.

Okres ryzyka dla tego konkretnego cyklu leczenia to:
_____ dni

Dlatego w celu ograniczenia ryzyka obowiązuje szereg zasad:

Dla profesjonalnych świadczeniodawców opieki przydatne informacje można znaleźć pod adresem:

www.betermetarbo.nl

- Ważne jest, aby w okresie ryzyka pacjent sam dbał o siebie tak bardzo, jak to możliwe.
- Jeśli to możliwe, pozwól pacjentowi samodzielnie chodzić do toalety.
- Mężczyznom zaleca się oddawanie moczu w pozycji siedzącej.
- Spłucz toaletę dwa razy po każdym jej użyciu, z zamkniętą pokrywą. Sprzątaj toaletę raz dziennie.
- Jeśli jako partner lub bliski krewny pacjenta masz kontakt z produktami wydalania w okresie ryzyka, zakładaj wówczas rękawiczki jednorazowe.
- Wszystkie materiały jednorazowego użytku wyrzucaj do odpadów domowych w podwójnym worku na odpady.
- Rzeczy pacjenta można prać razem z innymi rzeczami. Bardzo zabrudzone pranie (wymiociny / kał) należy prać oddzielnie i najpierw w zimnej wodzie.

Notatki i/lub pytania

Te pytania i/lub notatki możesz omówić na kolejnym spotkaniu z prowadzącym leczenie.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Rode pagina: contactpagina

Powody, dla których należy skontaktować się ze szpitalem

Dla wszystkich pacjentów internisty onkologa

W przypadku pytań ogólnych lub pytań dotyczących działań niepożądanych leczenia można dzwonić w dni robocze w godzinach 08:00-16:30 do oddziału jednodniowego pobytu w Venlo

☎ (077) 320 66 20

W przypadku pytań lub problemów, które nie mogą czekać, można zadzwonić do szpitala w Venlo wieczorem / w nocy oraz w weekend.

☎ (077) 320 55 55

poprosić lekarza stażystę chorób wewnętrznych.

W soboty, niedziele i święta można z problemami dzwonić między 13:30 - 15:00 pod numer

☎ 06 55 92 65 86.

Pomocy udzieli pielęgniarka onkologiczna.

Kilka powodów, aby się z nami skontaktować:

- Gorączka powyżej 38,5°C (lub 38,0°C przez ponad 24 godziny)
- Dreszcze
- Uporczywe krwawienie lub siniaki bez uderzeń.
- Krew w moczu lub kale
- Ciężka biegunka, która nie ustępuje pomimo porad i leków
- Uporczywe wymioty, które nie ustają pomimo porad i leków

Blauwe pagina: afspraken

--	--	--	--	--

Przekreśl w przypadku zmian; wprowadź dane w nowej linijce.

Data początku stosowania	Nazwa leku	Dawka	Data zmiany/zaprzestania stosowania	Nazwisko/ stanowisko

VieCuri Medisch Centrum

Locatie Venlo
Tegelseweg 210
5912 BL Venlo
☎(077) 320 55 55

Locatie Venray

Merseloseweg 130

5801 CE Venray

☎ (0478) 52 22 22

Meer informatie www.viecuri.nl

Bekijk uw medische gegevens op www.mijnviecuri.nl