



Patiënteninformatie

Misselijkheid en braken bij chemotherapie

Inhoudstafel

Inhoudstafel	2
Inleiding	3
Preventie en controle	4
Wat kan u zelf doen tegen misselijkheid en braken?	5
Wat zeker te vermijden?	6
Eten vlak voor de behandeling?	6
Tot slot	6
Wie contacteren bij vragen of problemen?	6
Persoonlijke notities/ vragen	7

AZ Turnhout heeft deze informatiefolder met de grootste zorg opgemaakt. De inhoud ervan is echter algemeen en indicatief. De folder omvat niet alle medische aspecten. Hij vervangt de raadpleging bij je zorgverlener niet. Mocht deze folder vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden bevatten dan zijn AZ Turnhout, personeel en artsen hiervoor niet aansprakelijk.

Inleiding

Misselijkheid en braken is één van de bijwerkingen van chemotherapie. Met deze brochure willen wij u helpen omgaan met deze verschijnselen. Misselijkheid en braken is meestal het ergst de eerste 24 uur na uw behandeling en soms kunnen de verschijnselen enkele dagen blijven duren. De ernst en de duur van deze bijwerkingen is van persoon tot persoon zeer verschillend. Sommige ervaren weinig of geen hinder en anderen ervaren bijwerkingen als zeer lastig en onaangenaam.

Klachten die gepaard kunnen gaan met misselijkheid en braken zijn:

- Verminderde eetlust
- Een vol gevoel
- Opboeren of kokhalzen
- Zuurbranden

Preventie en controle

Meestal is misselijkheid en braken goed te controleren met medicatie.

Om misselijkheid en braken te voorkomen, krijgt u altijd aangepaste medicatie voor de toediening van uw chemotherapie. Zo nodig schrijft uw arts extra medicatie voor om thuis te gebruiken. Neem in uw belang de medicatie zoals voorgeschreven en op de juiste tijdstippen in.

Hieronder vindt u uitleg over de medicatie die tegen misselijkheid en braken kan voorgeschreven worden.

Medicament/ vorm	Tijdstip van innemen	Mogelijke bijwerkingen
Dexamethasone Tablet	Tijdens het ontbijt	<ul style="list-style-type: none">• Slapeloosheid• Stemningswisselingen• Indigestie• Gewichtstoename
Methylprednisone (= Medrol®) tablet	Tijdens het ontbijt	<ul style="list-style-type: none">• Slapeloosheid• Stemningswisselingen• Indigestie• Gewichtstoename
Netupitant/Palonosetron (= Akynzeo®) Capsule		<ul style="list-style-type: none">• Hoofdpijn• Constipatie• Vermoeidheid
Olanzapine (= Zyprexa®) Tablet	's avonds voor het slapen gaan	<ul style="list-style-type: none">• Gewichtstoename• Toegenomen eetlust• Slaperigheid• Droge mond
Ondansetron Tablet of suppo	30 min voor de maaltijd	<ul style="list-style-type: none">• Hoofdpijn• Obstipatie
Metoclopramide (= Primperan®) Tablet of suppo	30 min voor de maaltijd	Zelden <ul style="list-style-type: none">• Duizeligheid• Lusteloosheid• Ongecontroleerde spiertrekkingen

Andere mogelijke bijwerkingen van deze medicatie tegen misselijkheid zijn:

- Ontstaan van acne of het verergeren van bestaande acne
- Onrust, stijf gevoel in de kaak, de tong of de nekspieren

Laat aan uw arts weten wanneer u hinder ondervindt van de hierboven beschreven bijwerkingen of andere klachten, mogelijks ten gevolge van de medicatie.

Wat kan u zelf doen tegen misselijkheid en braken?

- Neem zeker uw medicatie tegen misselijkheid en braken in overleg met uw arts.
- Eet wanneer u trek hebt en probeer altijd iets in je maag te hebben. Eet meermaals per dag een kleine hoeveelheid (meer dan 3 maal per dag).
- Bij erge misselijkheid en braken is het beter om even niet te eten, drinken is dan belangrijker (cola, appelsap, bouillon, ...). Als u een lange tijd niets meer hebt gegeten, start dan eerst met beschuit en heldere bouillon.
- Wanneer u weinig drinkt, kunt u meer last krijgen van een ziek en misselijk gevoel. Het is daarom heel belangrijk dat u voldoende drinkt: 1,5 tot 2 liter per dag. Dit is ongeveer 12 kopjes of 10 bekertjes. Probeer niet alleen water te drinken, maar wissel dit af met bijvoorbeeld bouillon, limonade, melkproducten, vruchtensap of groentesap.
- Als u misselijk wordt van geurtjes kan het raam opengezet worden tijdens het koken. Ook kunt u eventueel afgekoelde gerechten gebruiken. Hierbij komen minder geuren vrij.
- Drink vooral voor of na de maaltijden, want tijdens de maaltijden kan dit een opgeblazen gevoel geven.
- Kauw goed, eet traag en neem wat rust na de maaltijd (niet plat liggen). Dit bevordert de vertering.
- Zoek wat afleiding als u misselijk bent of concentreer u op een trage diepe ademhaling.

Wat zeker te vermijden?

- Te sterk gekruid/ gezouten/ geurende en vette (gefrituurde) spijzen.
- Te warme/ te koude spijzen of dranken
- Uw lievelingseten blijven proberen terwijl u er toch misselijk van wordt.

Eten vlak voor de behandeling?

- Een lichte maaltijd voor de behandeling kan helpen.
- Als erge misselijkheid een probleem is, dan kan u best vooraf niet eten.

Tot slot

Hebt u na het lezen van deze brochure nog vragen of opmerkingen, dan kunt u terecht bij uw behandelend arts of de verpleegkundigen. Wij hopen van harte dat deze brochure u tips kan geven om het misselijk zijn en braken draaglijk te maken.

Wie contacteren bij vragen of problemen?

Bij problemen of vragen kan u steeds contact opnemen met:

- Oncologisch dagziekenhuis: 014/40 60 01
- Hospitalisatie oncologie/ hematologie: 014/40 65 00

Persoonlijke notities/ vragen

Indien u vragen of opmerkingen hebt, kunt u die hier noteren. Zo hebt u ze altijd bij de hand bij een gesprek met uw arts of verpleegkundige.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

AZ Turnhout vzw
www.azturnhout.be
info@azturnhout.be



Blijf op de hoogte via www.facebook.com/azturnhout



Campus Sint-Jozef
Steenweg op Merksplas 44
2300 Turnhout
014 40 60 11



Campus Sint-Elisabeth
Rubensstraat 166
2300 Turnhout
014 40 60 11

V.U. : Jo Leysen • gedelegeerd bestuurder AZ Turnhout vzw (vertegenwoordiger Eleyas bv)
Steenweg op Merksplas 44 • 2300 Turnhout