Patiënteninformatie

Symptoomlast dagboek chemotherapie

az turnhout

Inhoud

Inhoud 3
Inleiding 5
Informatie over het symptoomlast dagboek bij chemotherapie 5
Hoe ziet het symptoomdagboek eruit en hoe het gebruiken 5
Cycli 6
Tot slot 10
Wie contacteren bij vragen of problemen? 10
Persoonlijke notities/ vragen 11

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

Deze brochure geeft u meer uitleg over een symptoomdagboek.
Een symptoomdagboek is een dagboek waarin u als patiënt dagelijks kan noteren of u bepaalde nevenwerkingen ondervindt en in welke mate.

Informatie over het symptoomlast dagboek bij chemotherapie

Het is mogelijk dat u tijdens uw behandeling met chemotherapie last ondervindt van nevenwerkingen of symptomen die kunnen toegewezen worden aan uw ziekte. Het is niet eenvoudig voor iedere keer te onthouden welke hinder u ondervond, wanneer precies en in welke mate.

Een symptoomdagboek kan hierin een hulpmiddel zijn. De arts en verpleegkundigen kunnen hierdoor een zo goed mogelijk beeld vormen van uw symptoomlast. Op basis van deze gegevens kunnen ze uw behandeling eventueel aanpassen, bepaalde adviezen geven of kan er bepaalde medicatie opgestart worden om deze symptoomlast zo veel mogelijk te verminderen. Dit kan de ziekte en de behandeling draaglijker maken en zo uw levenskwaliteit bevorderen.

Hoe ziet het symptoomdagboek eruit en hoe het gebruiken

Het symptoomdagboek is een opsomming van de meest voorkomende nevenwerkingen bij chemotherapie. Naast elke nevenwerking staat een kleurencode en omschrijving die de graad van ernst van de nevenwerking uitdrukt. U kunt op basis van de kleurencode de symptomen aanvinken die bij u van toepassing zijn. Bij sommige nevenwerkingen is het ook mogelijk te noteren of u medicatie hebt ingenomen en hoe vaak. Onderaan is ruimte voorzien waar u andere klachten of vragen kwijt kunt.

Cyclus…….. Van …./…/… tot …./…/…

Wat wilt u vragen aan de dokter?	Voorschrift?
	Attest?
	Overige vragen?

Dag in de cyclus		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Datum of dag van de week																							
Misselijkheid	Niet																						1
	Ik ben misselijk, maar ik kan normaal eten en drinken																						2
	Ik eet en drink minder door misselijkheid, maar ik verlies geen gewicht																						3
	Door misselijkheid kan ik niet meer voldoende eten en drinken, ik verlies ook gewicht.																						4
Braken	Niet																						1
	Niet meer dan 2 keer																						2
	3- 5 keer																						3
	6 keer of meer, en ik verlies ook gewicht																						4
Verminderde eetlust of smaak-verandering	Niet																						1
	Mijn smaak is veranderd of ik heb minder eetlust, maar het is niet nodig mijn eetpatroon aan te passen.																						2
	Ik kan minder eten, maar ik verlies geen gewicht.																						3
	Door verminderende eetlust of smaakverandering kan ik niet (voldoende) eten. Ik verlies ook gewicht.																						4
Vermoeidheid of futloosheid	Niet meer dan normaal.																						1
	Ik voel me licht vermoeid of futloos, maar ik kan mijn dagelijkse activiteiten wel doen																						2
	Ik voel me matig vermoeid of futloos en sommige dagelijkse activiteiten lukken moeilijker.																						3
	Ik voel me zo vermoeid dat ik nauwelijks of niet aan mijn dagelijkse activiteiten toekom.																						4

Dag in de cyclus		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Datum of dag van de week																							
Ontsteking van het mondslijm-vlies	Ik heb geen last in de mond.																						1
	Ik heb letsels (bv. aften) of roodheid in de mond, maar ze zijn niet pijnlijk; of ik heb milde pijn maar geen letsels.																						2
	Ik heb pijnlijke zwelling, roodheid of letsels (aften) in de mond, maar ik kan slikken.																						3
	Ik heb pijnlijke zwelling, roodheid of letsels in de mond en ik kan moeilijk/niet slikken, eten, drinken.																						4
Constipatie (verstopping)	Geen																						1
	Ik kan stoelgang maken als ik af en toe een hulpmiddel (laxeermiddel, fruit, …) gebruik.																						2
	Ik kan alleen stoelgang maken door dagelijks laxeermiddel of lavement te gebruiken.																						3
	Ik heb zoveel last van verstopping dat het mijn dagelijkse activiteiten belemmert en laxeermiddelen helpen niet.																						4
Diarree (buikloop)	Ik maak niet meer stoelgang dan normaal.																						1
	Ik maak 1 tot 3 keer meer stoelgang dan normaal.																						2
	Ik maak 4 tot 6 keer meer stoelgang dan normaal.																						3
	Ik maak meer dan 6 keer meer stoelgang dan normaal; of de buikloop verstoort mijn dagelijks leven.																						4
Pijn	Geen																						1
	De pijn is mild, maar verstoort mijn dagelijkse activiteiten niet.																						2
	De pijn is matig en ik functioneer moeilijker, maar de activiteiten lukken nog wel.																						3
	De pijn is zo ernstig dat mijn dagelijkse activiteiten nauwelijks of niet lukken.																						4
	Waar situeert de pijn zich?																						

Dag in de cyclus		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Datum of dag van de week																							
Kortademigheid	Ik ben niet kort van adem.																						1
	Ik ben enkel kortademig bij matige inspanning.																						2
	Ik ben kortademig bij lichte inspanning en dit verstoort mijn dagelijkse activiteiten.																						3
	Zelfs zonder inspanning ben ik soms kortademig en daardoor lukken dagelijks activiteiten niet of nauwelijks.																						4
Tintelingen of voos gevoel in vingers of tenen	Geen																						1
	Ik heb hier last van, maar het verstoort mijn functioneren niet.																						2
	Ik heb hier last van en sommige van mijn dagelijkse activiteiten lukken daardoor moeilijker.																						3
	Ik heb hier last van en sommige van mijn dagelijkse activiteiten lukken daardoor niet.																						4
Huiduitslag	Geen																						1
	Mijn huid is rood en/of ik heb puistjes maar het is beperkt.																						2
	Mijn huid is rood en/of ik heb puistjes en dit is vrij uitgebreid																						3
	Ik heb ernstige roodheid en/of puistjes over (bijna) het hele lichaam.																						4
Handvoet-syndroom	Geen																						1
	Ik heb blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten, maar dit is niet pijnlijk																						2
	Ik heb pijnlijke blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten. Dagelijkse activiteiten lukken daardoor moeilijker.																						3
	Ik heb pijnlijke blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten. Dagelijkse activiteiten lukken daardoor niet.																						4

Dag in de cyclus		**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	
Datum of dag van de week																							
Psychische belasting	Ik voel me goed. Ik heb geen last van piekeren, huilerigheid, prikkelbaarheid of angst.																						**1**
	Ik voel me minder goed. Ik pieker iets meer, huil al eens, voel me iets prikkelbaarder of angstiger, maar het stoort mijn dagelijkse activiteiten niet.																						**2**
	Ik voel me niet goed. Ik pieker veel, huil gemakkelijk, ben prikkelbaarder of angstiger, en het stoort mijn dagelijks leven, sociale contacten, ontspanningen of slaap.																						**3**
	Ik heb het gevoel het (bijna) niet aan te kunnen. Ik pieker constant, huil de hele tijd, ben erg prikkelbaar, erg angstig en kom daardoor niet meer aan meer toe aan mijn dagelijkse activiteiten, sociale contacten, ontspanning of slaap																						**4**
Temperatuur	**T° ≥ 38°C, neem contact op met uw (huis) arts**																						
Andere klachten: Vul zelf de klacht in en duid met een kruisje aan op welke dag de klacht voorkwam																							

Cyclus…… Van …./…/… tot …./…/…

Wat wilt u vragen aan de dokter?		Voorschrift?																					
		Attest?																					
		Overige vragen?																					
Dag in de cyclus		**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	
Datum of dag van de week																							
Misselijkheid	Niet																						**1**
	Ik ben misselijk, maar ik kan normaal eten en drinken																						**2**
	Ik eet en drink minder door misselijkheid, maar ik verlies geen gewicht																						**3**
	Door misselijkheid kan ik niet meer voldoende eten en drinken, ik verlies ook gewicht.																						**4**
Braken	Niet																						**1**
	Niet meer dan 2 keer																						**2**
	3- 5 keer																						**3**
	6 keer of meer, en ik verlies ook gewicht																						**4**
Verminderde eetlust of smaak-verandering	Niet																						**1**
	Mijn smaak is veranderd of ik heb minder eetlust, maar het is niet nodig mijn eetpatroon aan te passen.																						**2**
	Ik kan minder eten, maar ik verlies geen gewicht.																						**3**
	Door verminderende eetlust of smaakverandering kan ik niet (voldoende) eten. Ik verlies ook gewicht.																						**4**
Vermoeidheid of futloosheid	Niet meer dan normaal.																						**1**
	Ik voel me licht vermoeid of futloos, maar ik kan mijn dagelijkse activiteiten wel doen																						**2**
	Ik voel me matig vermoeid of futloos en sommige dagelijkse activiteiten lukken moeilijker.																						**3**
	Ik voel me zo vermoeid dat ik nauwelijks of niet aan mijn dagelijkse activiteiten toekom.																						**4**

Dag in de cyclus		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Datum of dag van de week																							
Ontsteking van het mondslijm-vlies	Ik heb geen last in de mond.																						1
	Ik heb letsels (bv. aften) of roodheid in de mond, maar ze zijn niet pijnlijk; of ik heb milde pijn maar geen letsels.																						2
	Ik heb pijnlijke zwelling, roodheid of letsels (aften) in de mond, maar ik kan slikken.																						3
	Ik heb pijnlijke zwelling, roodheid of letsels in de mond en ik kan moeilijk/niet slikken, eten, drinken.																						4
Constipatie (verstopping)	Geen																						1
	Ik kan stoelgang maken als ik af en toe een hulpmiddel (laxeermiddel, fruit, …) gebruik.																						2
	Ik kan alleen stoelgang maken door dagelijks laxeermiddel of lavement te gebruiken.																						3
	Ik heb zoveel last van verstopping dat het mijn dagelijkse activiteiten belemmert en laxeermiddelen helpen niet.																						4
Diarree (buikloop)	Ik maak niet meer stoelgang dan normaal.																						1
	Ik maak 1 tot 3 keer meer stoelgang dan normaal.																						2
	Ik maak 4 tot 6 keer meer stoelgang dan normaal.																						3
	Ik maak meer dan 6 keer meer stoelgang dan normaal; of de buikloop verstoort mijn dagelijks leven.																						4
Pijn	Geen																						1
	De pijn is mild, maar verstoort mijn dagelijkse activiteiten niet.																						2
	De pijn is matig en ik functioneer moeilijker, maar de activiteiten lukken nog wel.																						3
	De pijn is zo ernstig dat mijn dagelijkse activiteiten nauwelijks of niet lukken.																						4
	Waar situeert de pijn zich?																						

Dag in de cyclus		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Datum of dag van de week																							
Kortademigheid	Ik ben niet kort van adem.																						1
	Ik ben enkel kortademig bij matige inspanning.																						2
	Ik ben kortademig bij lichte inspanning en dit verstoort mijn dagelijkse activiteiten.																						3
	Zelfs zonder inspanning ben ik soms kortademig en daardoor lukken dagelijks activiteiten niet of nauwelijks.																						4
Tintelingen of voos gevoel in vingers of tenen	Geen																						1
	Ik heb hier last van, maar het verstoort mijn functioneren niet.																						2
	Ik heb hier last van en sommige van mijn dagelijkse activiteiten lukken daardoor moeilijker.																						3
	Ik heb hier last van en sommige van mijn dagelijkse activiteiten lukken daardoor niet.																						4
Huiduitslag	Geen																						1
	Mijn huid is rood en/of ik heb puistjes maar het is beperkt.																						2
	Mijn huid is rood en/of ik heb puistjes en dit is vrij uitgebreid																						3
	Ik heb ernstige roodheid en/of puistjes over (bijna) het hele lichaam.																						4
Handvoet-syndroom	Geen																						1
	Ik heb blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten, maar dit is niet pijnlijk																						2
	Ik heb pijnlijke blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten. Dagelijkse activiteiten lukken daardoor moeilijker.																						3
	Ik heb pijnlijke blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten. Dagelijkse activiteiten lukken daardoor niet.																						4

Dag in de cyclus		**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	
Datum of dag van de week																							
Psychische belasting	Ik voel me goed. Ik heb geen last van piekeren, huilerigheid, prikkelbaarheid of angst.																						**1**
	Ik voel me minder goed. Ik pieker iets meer, huil al eens, voel me iets prikkelbaarder of angstiger, maar het stoort mijn dagelijkse activiteiten niet.																						**2**
	Ik voel me niet goed. Ik pieker veel, huil gemakkelijk, ben prikkelbaarder of angstiger, en het stoort mijn dagelijks leven, sociale contacten, ontspanningen of slaap.																						**3**
	Ik heb het gevoel het (bijna) niet aan te kunnen. Ik pieker constant, huil de hele tijd, ben erg prikkelbaar, erg angstig en kom daardoor niet meer aan meer toe aan mijn dagelijkse activiteiten, sociale contacten, ontspanning of slaap																						**4**
Temperatuur	**T° ≥ 38°C, neem contact op met uw (huis) arts**																						
Andere klachten: Vul zelf de klacht in en duid met een kruisje aan op welke dag de klacht voorkwam																							

Cyclus…….. Van …./…/… tot …./…/…

Wat wilt u vragen aan de dokter?	Voorschrift?																					
	Attest?																					
	Overige vragen?																					
Dag in de cyclus	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	
Datum of dag van de week																						
Misselijkheid	Niet																					**1**
	Ik ben misselijk, maar ik kan normaal eten en drinken																					**2**
	Ik eet en drink minder door misselijkheid, maar ik verlies geen gewicht																					**3**
	Door misselijkheid kan ik niet meer voldoende eten en drinken, ik verlies ook gewicht.																					**4**
Braken	Niet																					**1**
	Niet meer dan 2 keer																					**2**
	3- 5 keer																					**3**
	6 keer of meer, en ik verlies ook gewicht																					**4**
Verminderde eetlust of smaak-verandering	Niet																					**1**
	Mijn smaak is veranderd of ik heb minder eetlust, maar het is niet nodig mijn eetpatroon aan te passen.																					**2**
	Ik kan minder eten, maar ik verlies geen gewicht.																					**3**
	Door verminderende eetlust of smaakverandering kan ik niet (voldoende) eten. Ik verlies ook gewicht.																					**4**
Vermoeidheid of futloosheid	Niet meer dan normaal.																					**1**
	Ik voel me licht vermoeid of futloos, maar ik kan mijn dagelijkse activiteiten wel doen																					**2**
	Ik voel me matig vermoeid of futloos en sommige dagelijkse activiteiten lukken moeilijker.																					**3**
	Ik voel me zo vermoeid dat ik nauwelijks of niet aan mijn dagelijkse activiteiten toekom.																					**4**

Dag in de cyclus		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Datum of dag van de week																							
Ontsteking van het mondslijm-vlies	Ik heb geen last in de mond.																						1
	Ik heb letsels (bv. aften) of roodheid in de mond, maar ze zijn niet pijnlijk; of ik heb milde pijn maar geen letsels.																						2
	Ik heb pijnlijke zwelling, roodheid of letsels (aften) in de mond, maar ik kan slikken.																						3
	Ik heb pijnlijke zwelling, roodheid of letsels in de mond en ik kan moeilijk/niet slikken, eten, drinken.																						4
Constipatie (verstopping)	Geen																						1
	Ik kan stoelgang maken als ik af en toe een hulpmiddel (laxeermiddel, fruit, …) gebruik.																						2
	Ik kan alleen stoelgang maken door dagelijks laxeermiddel of lavement te gebruiken.																						3
	Ik heb zoveel last van verstopping dat het mijn dagelijkse activiteiten belemmert en laxeermiddelen helpen niet.																						4
Diarree (buikloop)	Ik maak niet meer stoelgang dan normaal.																						1
	Ik maak 1 tot 3 keer meer stoelgang dan normaal.																						2
	Ik maak 4 tot 6 keer meer stoelgang dan normaal.																						3
	Ik maak meer dan 6 keer meer stoelgang dan normaal; of de buikloop verstoort mijn dagelijks leven.																						4
Pijn	Geen																						1
	De pijn is mild, maar verstoort mijn dagelijkse activiteiten niet.																						2
	De pijn is matig en ik functioneer moeilijker, maar de activiteiten lukken nog wel.																						3
	De pijn is zo ernstig dat mijn dagelijkse activiteiten nauwelijks of niet lukken.																						4
	Waar situeert de pijn zich?																						

Dag in de cyclus		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Datum of dag van de week																							
Kortademigheid	Ik ben niet kort van adem.																						1
	Ik ben enkel kortademig bij matige inspanning.																						2
	Ik ben kortademig bij lichte inspanning en dit verstoort mijn dagelijkse activiteiten.																						3
	Zelfs zonder inspanning ben ik soms kortademig en daardoor lukken dagelijks activiteiten niet of nauwelijks.																						4
Tintelingen of voos gevoel in vingers of tenen	Geen																						1
	Ik heb hier last van, maar het verstoort mijn functioneren niet.																						2
	Ik heb hier last van en sommige van mijn dagelijkse activiteiten lukken daardoor moeilijker.																						3
	Ik heb hier last van en sommige van mijn dagelijkse activiteiten lukken daardoor niet.																						4
Huiduitslag	Geen																						1
	Mijn huid is rood en/of ik heb puistjes maar het is beperkt.																						2
	Mijn huid is rood en/of ik heb puistjes en dit is vrij uitgebreid																						3
	Ik heb ernstige roodheid en/of puistjes over (bijna) het hele lichaam.																						4
Handvoet-syndroom	Geen																						1
	Ik heb blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten, maar dit is niet pijnlijk																						2
	Ik heb pijnlijke blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten. Dagelijkse activiteiten lukken daardoor moeilijker.																						3
	Ik heb pijnlijke blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten. Dagelijkse activiteiten lukken daardoor niet.																						4

Dag in de cyclus		**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	
Datum of dag van de week																							
Psychische belasting	Ik voel me goed. Ik heb geen last van piekeren, huilerigheid, prikkelbaarheid of angst.																						**1**
	Ik voel me minder goed. Ik pieker iets meer, huil al eens, voel me iets prikkelbaarder of angstiger, maar het stoort mijn dagelijkse activiteiten niet.																						**2**
	Ik voel me niet goed. Ik pieker veel, huil gemakkelijk, ben prikkelbaarder of angstiger, en het stoort mijn dagelijks leven, sociale contacten, ontspanningen of slaap.																						**3**
	Ik heb het gevoel het (bijna) niet aan te kunnen. Ik pieker constant, huil de hele tijd, ben erg prikkelbaar, erg angstig en kom daardoor niet meer aan meer toe aan mijn dagelijkse activiteiten, sociale contacten, ontspanning of slaap																						**4**
Temperatuur	**T° ≥ 38°C, neem contact op met uw (huis) arts**																						
Andere klachten: Vul zelf de klacht in en duid met een kruisje aan op welke dag de klacht voorkwam																							

Cyclus…… Van …./…/… tot …./…/…

Wat wilt u vragen aan de dokter?		Voorschrift?																					
		Attest?																					
		Overige vragen?																					
Dag in de cyclus		**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	
Datum of dag van de week																							
Misselijkheid	Niet																						**1**
	Ik ben misselijk, maar ik kan normaal eten en drinken																						**2**
	Ik eet en drink minder door misselijkheid, maar ik verlies geen gewicht																						**3**
	Door misselijkheid kan ik niet meer voldoende eten en drinken, ik verlies ook gewicht.																						**4**
Braken	Niet																						**1**
	Niet meer dan 2 keer																						**2**
	3- 5 keer																						**3**
	6 keer of meer, en ik verlies ook gewicht																						**4**
Verminderde eetlust of smaak-verandering	Niet																						**1**
	Mijn smaak is veranderd of ik heb minder eetlust, maar het is niet nodig mijn eetpatroon aan te passen.																						**2**
	Ik kan minder eten, maar ik verlies geen gewicht.																						**3**
	Door verminderende eetlust of smaakverandering kan ik niet (voldoende) eten. Ik verlies ook gewicht.																						**4**
Vermoeidheid of futloosheid	Niet meer dan normaal.																						**1**
	Ik voel me licht vermoeid of futloos, maar ik kan mijn dagelijkse activiteiten wel doen																						**2**
	Ik voel me matig vermoeid of futloos en sommige dagelijkse activiteiten lukken moeilijker.																						**3**
	Ik voel me zo vermoeid dat ik nauwelijks of niet aan mijn dagelijkse activiteiten toekom.																						**4**

Dag in de cyclus		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Datum of dag van de week																							
Ontsteking van het mondslijm-vlies	Ik heb geen last in de mond.																						1
	Ik heb letsels (bv. aften) of roodheid in de mond, maar ze zijn niet pijnlijk; of ik heb milde pijn maar geen letsels.																						2
	Ik heb pijnlijke zwelling, roodheid of letsels (aften) in de mond, maar ik kan slikken.																						3
	Ik heb pijnlijke zwelling, roodheid of letsels in de mond en ik kan moeilijk/niet slikken, eten, drinken.																						4
Constipatie (verstopping)	Geen																						1
	Ik kan stoelgang maken als ik af en toe een hulpmiddel (laxeermiddel, fruit, …) gebruik.																						2
	Ik kan alleen stoelgang maken door dagelijks laxeermiddel of lavement te gebruiken.																						3
	Ik heb zoveel last van verstopping dat het mijn dagelijkse activiteiten belemmert en laxeermiddelen helpen niet.																						4
Diarree (buikloop)	Ik maak niet meer stoelgang dan normaal.																						1
	Ik maak 1 tot 3 keer meer stoelgang dan normaal.																						2
	Ik maak 4 tot 6 keer meer stoelgang dan normaal.																						3
	Ik maak meer dan 6 keer meer stoelgang dan normaal; of de buikloop verstoort mijn dagelijks leven.																						4
Pijn	Geen																						1
	De pijn is mild, maar verstoort mijn dagelijkse activiteiten niet.																						2
	De pijn is matig en ik functioneer moeilijker, maar de activiteiten lukken nog wel.																						3
	De pijn is zo ernstig dat mijn dagelijkse activiteiten nauwelijks of niet lukken.																						4
	Waar situeert de pijn zich?																						

Dag in de cyclus		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Datum of dag van de week																							
Kortademigheid	Ik ben niet kort van adem.																						1
	Ik ben enkel kortademig bij matige inspanning.																						2
	Ik ben kortademig bij lichte inspanning en dit verstoort mijn dagelijkse activiteiten.																						3
	Zelfs zonder inspanning ben ik soms kortademig en daardoor lukken dagelijks activiteiten niet of nauwelijks.																						4
Tintelingen of voos gevoel in vingers of tenen	Geen																						1
	Ik heb hier last van, maar het verstoort mijn functioneren niet.																						2
	Ik heb hier last van en sommige van mijn dagelijkse activiteiten lukken daardoor moeilijker.																						3
	Ik heb hier last van en sommige van mijn dagelijkse activiteiten lukken daardoor niet.																						4
Huiduitslag	Geen																						1
	Mijn huid is rood en/of ik heb puistjes maar het is beperkt.																						2
	Mijn huid is rood en/of ik heb puistjes en dit is vrij uitgebreid																						3
	Ik heb ernstige roodheid en/of puistjes over (bijna) het hele lichaam.																						4
Handvoet-syndroom	Geen																						1
	Ik heb blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten, maar dit is niet pijnlijk																						2
	Ik heb pijnlijke blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten. Dagelijkse activiteiten lukken daardoor moeilijker.																						3
	Ik heb pijnlijke blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten. Dagelijkse activiteiten lukken daardoor niet.																						4

Dag in de cyclus		**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	
Datum of dag van de week																							
Psychische belasting	Ik voel me goed. Ik heb geen last van piekeren, huilerigheid, prikkelbaarheid of angst.																						**1**
	Ik voel me minder goed. Ik pieker iets meer, huil al eens, voel me iets prikkelbaarder of angstiger, maar het stoort mijn dagelijkse activiteiten niet.																						**2**
	Ik voel me niet goed. Ik pieker veel, huil gemakkelijk, ben prikkelbaarder of angstiger, en het stoort mijn dagelijks leven, sociale contacten, ontspanningen of slaap.																						**3**
	Ik heb het gevoel het (bijna) niet aan te kunnen. Ik pieker constant, huil de hele tijd, ben erg prikkelbaar, erg angstig en kom daardoor niet meer aan meer toe aan mijn dagelijkse activiteiten, sociale contacten, ontspanning of slaap																						**4**
Temperatuur	**T° ≥ 38°C, neem contact op met uw (huis) arts**																						
Andere klachten: Vul zelf de klacht in en duid met een kruisje aan op welke dag de klacht voorkwam																							

Cyclus…… Van …./…/… tot …./…/…

Wat wilt u vragen aan de dokter?		Voorschrift?																					
		Attest?																					
		Overige vragen?																					
Dag in de cyclus		**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	
Datum of dag van de week																							
Misselijkheid	Niet																						**1**
	Ik ben misselijk, maar ik kan normaal eten en drinken																						**2**
	Ik eet en drink minder door misselijkheid, maar ik verlies geen gewicht																						**3**
	Door misselijkheid kan ik niet meer voldoende eten en drinken, ik verlies ook gewicht.																						**4**
Braken	Niet																						**1**
	Niet meer dan 2 keer																						**2**
	3- 5 keer																						**3**
	6 keer of meer, en ik verlies ook gewicht																						**4**
Verminderde eetlust of smaak-verandering	Niet																						**1**
	Mijn smaak is veranderd of ik heb minder eetlust, maar het is niet nodig mijn eetpatroon aan te passen.																						**2**
	Ik kan minder eten, maar ik verlies geen gewicht.																						**3**
	Door verminderende eetlust of smaakverandering kan ik niet (voldoende) eten. Ik verlies ook gewicht.																						**4**
Vermoeidheid of futloosheid	Niet meer dan normaal.																						**1**
	Ik voel me licht vermoeid of futloos, maar ik kan mijn dagelijkse activiteiten wel doen																						**2**
	Ik voel me matig vermoeid of futloos en sommige dagelijkse activiteiten lukken moeilijker.																						**3**
	Ik voel me zo vermoeid dat ik nauwelijks of niet aan mijn dagelijkse activiteiten toekom.																						**4**

Dag in de cyclus		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Datum of dag van de week																							
Ontsteking van het mondslijm-vlies	Ik heb geen last in de mond.																						1
	Ik heb letsels (bv. aften) of roodheid in de mond, maar ze zijn niet pijnlijk; of ik heb milde pijn maar geen letsels.																						2
	Ik heb pijnlijke zwelling, roodheid of letsels (aften) in de mond, maar ik kan slikken.																						3
	Ik heb pijnlijke zwelling, roodheid of letsels in de mond en ik kan moeilijk/niet slikken, eten, drinken.																						4
Constipatie (verstopping)	Geen																						1
	Ik kan stoelgang maken als ik af en toe een hulpmiddel (laxeermiddel, fruit, …) gebruik.																						2
	Ik kan alleen stoelgang maken door dagelijks laxeermiddel of lavement te gebruiken.																						3
	Ik heb zoveel last van verstopping dat het mijn dagelijkse activiteiten belemmert en laxeermiddelen helpen niet.																						4
Diarree (buikloop)	Ik maak niet meer stoelgang dan normaal.																						1
	Ik maak 1 tot 3 keer meer stoelgang dan normaal.																						2
	Ik maak 4 tot 6 keer meer stoelgang dan normaal.																						3
	Ik maak meer dan 6 keer meer stoelgang dan normaal; of de buikloop verstoort mijn dagelijks leven.																						4
Pijn	Geen																						1
	De pijn is mild, maar verstoort mijn dagelijkse activiteiten niet.																						2
	De pijn is matig en ik functioneer moeilijker, maar de activiteiten lukken nog wel.																						3
	De pijn is zo ernstig dat mijn dagelijkse activiteiten nauwelijks of niet lukken.																						4
	Waar situeert de pijn zich?																						

Dag in de cyclus		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Datum of dag van de week																							
Kortademigheid	Ik ben niet kort van adem.																						1
	Ik ben enkel kortademig bij matige inspanning.																						2
	Ik ben kortademig bij lichte inspanning en dit verstoort mijn dagelijkse activiteiten.																						3
	Zelfs zonder inspanning ben ik soms kortademig en daardoor lukken dagelijks activiteiten niet of nauwelijks.																						4
Tintelingen of voos gevoel in vingers of tenen	Geen																						1
	Ik heb hier last van, maar het verstoort mijn functioneren niet.																						2
	Ik heb hier last van en sommige van mijn dagelijkse activiteiten lukken daardoor moeilijker.																						3
	Ik heb hier last van en sommige van mijn dagelijkse activiteiten lukken daardoor niet.																						4
Huiduitslag	Geen																						1
	Mijn huid is rood en/of ik heb puistjes maar het is beperkt.																						2
	Mijn huid is rood en/of ik heb puistjes en dit is vrij uitgebreid																						3
	Ik heb ernstige roodheid en/of puistjes over (bijna) het hele lichaam.																						4
Handvoet-syndroom	Geen																						1
	Ik heb blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten, maar dit is niet pijnlijk																						2
	Ik heb pijnlijke blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten. Dagelijkse activiteiten lukken daardoor moeilijker.																						3
	Ik heb pijnlijke blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten. Dagelijkse activiteiten lukken daardoor niet.																						4

Dag in de cyclus		**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	
Datum of dag van de week																							
Psychische belasting	Ik voel me goed. Ik heb geen last van piekeren, huilerigheid, prikkelbaarheid of angst.																						**1**
	Ik voel me minder goed. Ik pieker iets meer, huil al eens, voel me iets prikkelbaarder of angstiger, maar het stoort mijn dagelijkse activiteiten niet.																						**2**
	Ik voel me niet goed. Ik pieker veel, huil gemakkelijk, ben prikkelbaarder of angstiger, en het stoort mijn dagelijks leven, sociale contacten, ontspanningen of slaap.																						**3**
	Ik heb het gevoel het (bijna) niet aan te kunnen. Ik pieker constant, huil de hele tijd, ben erg prikkelbaar, erg angstig en kom daardoor niet meer aan meer toe aan mijn dagelijkse activiteiten, sociale contacten, ontspanning of slaap																						**4**
Temperatuur	**T° ≥ 38°C, neem contact op met uw (huis) arts**																						
Andere klachten: Vul zelf de klacht in en duid met een kruisje aan op welke dag de klacht voorkwam																							

Cyclus…… Van …./…/… tot …./…/…

Wat wilt u vragen aan de dokter?		Voorschrift?																					
		Attest?																					
		Overige vragen?																					
Dag in de cyclus		**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	
Datum of dag van de week																							
Misselijkheid	Niet																						**1**
	Ik ben misselijk, maar ik kan normaal eten en drinken																						**2**
	Ik eet en drink minder door misselijkheid, maar ik verlies geen gewicht																						**3**
	Door misselijkheid kan ik niet meer voldoende eten en drinken, ik verlies ook gewicht.																						**4**
Braken	Niet																						**1**
	Niet meer dan 2 keer																						**2**
	3- 5 keer																						**3**
	6 keer of meer, en ik verlies ook gewicht																						**4**
Verminderde eetlust of smaak-verandering	Niet																						**1**
	Mijn smaak is veranderd of ik heb minder eetlust, maar het is niet nodig mijn eetpatroon aan te passen.																						**2**
	Ik kan minder eten, maar ik verlies geen gewicht.																						**3**
	Door verminderende eetlust of smaakverandering kan ik niet (voldoende) eten. Ik verlies ook gewicht.																						**4**
Vermoeidheid of futloosheid	Niet meer dan normaal.																						**1**
	Ik voel me licht vermoeid of futloos, maar ik kan mijn dagelijkse activiteiten wel doen																						**2**
	Ik voel me matig vermoeid of futloos en sommige dagelijkse activiteiten lukken moeilijker.																						**3**
	Ik voel me zo vermoeid dat ik nauwelijks of niet aan mijn dagelijkse activiteiten toekom.																						**4**

Dag in de cyclus		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Datum of dag van de week																							
Ontsteking van het mondslijm-vlies	Ik heb geen last in de mond.																						1
	Ik heb letsels (bv. aften) of roodheid in de mond, maar ze zijn niet pijnlijk; of ik heb milde pijn maar geen letsels.																						2
	Ik heb pijnlijke zwelling, roodheid of letsels (aften) in de mond, maar ik kan slikken.																						3
	Ik heb pijnlijke zwelling, roodheid of letsels in de mond en ik kan moeilijk/niet slikken, eten, drinken.																						4
Constipatie (verstopping)	Geen																						1
	Ik kan stoelgang maken als ik af en toe een hulpmiddel (laxeermiddel, fruit, …) gebruik.																						2
	Ik kan alleen stoelgang maken door dagelijks laxeermiddel of lavement te gebruiken.																						3
	Ik heb zoveel last van verstopping dat het mijn dagelijkse activiteiten belemmert en laxeermiddelen helpen niet.																						4
Diarree (buikloop)	Ik maak niet meer stoelgang dan normaal.																						1
	Ik maak 1 tot 3 keer meer stoelgang dan normaal.																						2
	Ik maak 4 tot 6 keer meer stoelgang dan normaal.																						3
	Ik maak meer dan 6 keer meer stoelgang dan normaal; of de buikloop verstoort mijn dagelijks leven.																						4
Pijn	Geen																						1
	De pijn is mild, maar verstoort mijn dagelijkse activiteiten niet.																						2
	De pijn is matig en ik functioneer moeilijker, maar de activiteiten lukken nog wel.																						3
	De pijn is zo ernstig dat mijn dagelijkse activiteiten nauwelijks of niet lukken.																						4
	Waar situeert de pijn zich?																						

Dag in de cyclus		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Datum of dag van de week																							
Kortademigheid	Ik ben niet kort van adem.																						1
	Ik ben enkel kortademig bij matige inspanning.																						2
	Ik ben kortademig bij lichte inspanning en dit verstoort mijn dagelijkse activiteiten.																						3
	Zelfs zonder inspanning ben ik soms kortademig en daardoor lukken dagelijks activiteiten niet of nauwelijks.																						4
Tintelingen of voos gevoel in vingers of tenen	Geen																						1
	Ik heb hier last van, maar het verstoort mijn functioneren niet.																						2
	Ik heb hier last van en sommige van mijn dagelijkse activiteiten lukken daardoor moeilijker.																						3
	Ik heb hier last van en sommige van mijn dagelijkse activiteiten lukken daardoor niet.																						4
Huiduitslag	Geen																						1
	Mijn huid is rood en/of ik heb puistjes maar het is beperkt.																						2
	Mijn huid is rood en/of ik heb puistjes en dit is vrij uitgebreid																						3
	Ik heb ernstige roodheid en/of puistjes over (bijna) het hele lichaam.																						4
Handvoet-syndroom	Geen																						1
	Ik heb blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten, maar dit is niet pijnlijk																						2
	Ik heb pijnlijke blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten. Dagelijkse activiteiten lukken daardoor moeilijker.																						3
	Ik heb pijnlijke blaren, tintelingen, eelt, roodheid en/of zwelling van de handen/ voeten. Dagelijkse activiteiten lukken daardoor niet.																						4

Dag in de cyclus		**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	
Datum of dag van de week																							
Psychische belasting	Ik voel me goed. Ik heb geen last van piekeren, huilerigheid, prikkelbaarheid of angst.																						**1**
	Ik voel me minder goed. Ik pieker iets meer, huil al eens, voel me iets prikkelbaarder of angstiger, maar het stoort mijn dagelijkse activiteiten niet.																						**2**
	Ik voel me niet goed. Ik pieker veel, huil gemakkelijk, ben prikkelbaarder of angstiger, en het stoort mijn dagelijks leven, sociale contacten, ontspanningen of slaap.																						**3**
	Ik heb het gevoel het (bijna) niet aan te kunnen. Ik pieker constant, huil de hele tijd, ben erg prikkelbaar, erg angstig en kom daardoor niet meer aan meer toe aan mijn dagelijkse activiteiten, sociale contacten, ontspanning of slaap																						**4**
Temperatuur	**T° ≥ 38°C, neem contact op met uw (huis) arts**																						
Andere klachten: Vul zelf de klacht in en duid met een kruisje aan op welke dag de klacht voorkwam																							

Tot slot

Breng uw dagboek mee bij elk ziekenhuisbezoek voor uw behandeling.

Hebt u na het lezen van dit dagboek nog vragen of opmerkingen over uw symptoomlast en hoe daarmee om te gaan, dan kunt u terecht bij uw behandelend arts of de verpleegkundigen. Wij hopen van harte dat dit dagboek u kan helpen in het verloop en het bijhouden van uw nevenwerkingen bij de chemotherapie.

Wie contacteren bij vragen of problemen?

De hierboven vermelde symptomen zijn de meest voorkomende bijwerkingen voor chemotherapie. Hoe u deze neveneffecten beleeft, is erg persoonlijk. Sommige mensen hebben veel last van bijwerkingen, anderen niet. Aarzel niet uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige te contacteren bij vragen rondom andere bijwerkingen die u ervaart of andere vragen, gevoelens en eventuele onzekerheden.

AZ Turnhout
Centrum voor oncologie
Campus Sint-Elisabeth
Rubensstraat 166
2300 Turnhout

Oncologisch dagziekenhuis	☎ 014 40 60 01
Oncologie hospitalisatie	☎ 014 40 60 03
Secretariaat longziekten	☎ 014 40 63 80

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
014 40 60 11

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

Campus Sint-Jozef
Steenweg op Merksplas 44
2300 Turnhout

Campus Sint-Elisabeth
Rubensstraat 166
2300 Turnhout

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