



Oncologisch centrum Isala

Patiënten Informatie Dossier (PID)

Baarmoederkanker

Regieverpleegkundige oncologie
Verpleegkundig specialist gynaecologie

Dit Patiënten Informatie Dossier is eigendom van:

Naam:

Adres:

Postcode en woonplaats:

Telefoonnummer:

De eventuele vinder van dit boekje wordt dringend verzocht contact op te nemen met de eigenaar ervan.

Inhoudsopgave

Inleiding

1. Belangrijke informatie

2. Baarmoederkanker: onderzoek en behandeling

Baarmoederkanker

Vrouwelijke geslachtsorganen

Baarmoeder

Menstruatie

Onderzoek

Baarmoederoperatie

Vorbereidingen op de opname

Aandachtspuntenlijst

Bijlagen die worden toegevoegd indien van toepassing:

- *Openbuikoperatie*
- *Laparoscopische operatie (kijkoperatie)*

3. Opnameperiode

Gang van zaken op verpleegafdeling

Operatie

Na de operatie

Wondgenezing

Vorbereiding op ontslag

Weefselonderzoek

Weer naar huis

Aandachtspuntenlijst

4. Nabehandeling

Keuze maken

Aanvullend onderzoek

Bijlagen die worden toegevoegd indien van toepassing:

- *Bestraling van de baarmoeder (radiotherapie)*
- *Behandelwijzer Chemotherapie*
- *Hormonale therapie*

5. Herstel thuis en controles

Omgaan met de veranderde situatie

Seksualiteit

Revalidatie na kanker

Controles na de behandeling

Lastmeter

6. Brochures / Extra informatie, o.a. websites

Inleiding

U heeft zojuist van uw arts gehoord dat u baarmoederkanker (endometriumcarcinoom) heeft en met hem besproken welke behandeling u daarvoor zult ondergaan. Gedurende de behandeling krijgt u veel informatie. Het is niet eenvoudig om al deze informatie in één keer te onthouden. Dit Patiënten Informatie Dossier (PID) is bedoeld als ondersteuning. Het bevat informatie om u zo goed mogelijk voor te bereiden op de behandeling en het is tevens een naslagwerk. Het dossier is uw persoonlijk eigendom. Om ervoor te zorgen dat u zo veel mogelijk profijt heeft van dit PID adviseren wij u het bij uw bezoek aan de Isala klinieken mee te nemen. Het kan dan worden aangevuld met de informatie die u op dat moment krijgt. Zo krijgt u een informatieboekje dat zo goed mogelijk is afgestemd op uw persoonlijke situatie. In de inhoudsopgave staat cursief aangegeven welke informatie aangevuld kan worden.

Aandachtspuntenlijst

Gedurende uw behandeling heeft u gesprekken met verschillende zorgverleners. Om u hierop voor te bereiden zit aan het eind van enkele hoofdstukken een lijst met aandachtspunten. Dit is een overzicht van de onderwerpen die tijdens de verschillende gesprekken aan de orde zullen komen. Na afloop van de gesprekken kunt u de aandachtspuntenlijst gebruiken om na te gaan welke informatie u heeft gekregen. Daar is ook ruimte voor uw eigen aantekeningen.

Wij raden u aan om iemand te vragen bij u te blijven tijdens de verschillende gesprekken onder het motto: 'Twee horen nu eenmaal meer dan één'.

Extra informatie

In dit PID vindt u informatie over baarmoederkanker en de behandeling in de Isala klinieken gericht op uw situatie. Er is meer uitgebreide informatie beschikbaar over baarmoederkanker, de behandeling, bestaande organisaties en andere specifieke onderwerpen. Wilt u ergens meer over weten, vraagt u dit gerust aan de verpleegkundig specialist gynaecologie of aan de regieverpleegkundige oncologie. Zij informeert u hier graag over. Achter in dit PID vindt u in het hoofdstuk 'Extra informatie' een overzicht van betrokken patiëntenorganisaties en verschillende internetsites.

Tot slot

Als laatste willen we opmerken dat kan worden afgeweken van de in dit PID beschreven gang van zaken. Uw arts zal uw persoonlijke situatie met u bespreken. Als er iets niet duidelijk is, vraagt u dan vooral om opheldering aan de betreffende zorgverlener. Ook wanneer er zaken gebeuren die niet voldoen aan uw verwachtingen en die naar uw idee anders of beter kunnen, meldt u dit dan aan ons. Uw suggesties en opmerkingen bieden ons de mogelijkheid om de zorg nog beter af te stemmen op de wensen en behoeften van onze patiënten.

Verantwoording

Dit PID is opgesteld door de regieverpleegkundigen oncologie in samenwerking met de vakgroep Gynaecologie/Verloskunde en met de stafdienst Concerncommunicatie van de Isala klinieken. Waar in dit PID 'hij' en 'hem' staat, kan ook 'zij' en 'haar' worden gelezen, en omgekeerd.

1. Belangrijke informatie

In de Isala klinieken zijn verschillende zorgverleners betrokken bij de zorg voor patiënten met baarmoederkanker.

Gynaecologen

- H.G. ter Brugge
- dr. H.H. de Haan
- _____

Locatie Sophia, polikliniek M2
t (038) 424 56 04 (tijdens kantooruren)
t (038) 424 50 00 (buiten kantooruren)

Radiotherapeut-oncologen

- W.F.J. du Bois
- G.M.R.M. Paardekoper
- dr. P.R. Timmer
- mw. J. Vos-Westerman
- mw. A.G. Zwanenburg

Locatie Sophia, afdeling Radiotherapie
t (038) 424 54 49

Regieverpleegkundigen oncologie

- Erna Kist
- Ivonne Schoenaker
- Jan Alex van Spil

Locatie Sophia, polikliniek P2.28
t (038) 424 27 87
bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 9.00 – 16.30 uur

Verpleegkundig specialist gynaecologie

(voor patiënten zonder een aanvullende nabehandeling)

- Anneke Fransen

Locatie Sophia, polikliniek M2

t (038) 424 56 04

bereikbaar op maandag t/m vrijdag van 9.00 – 16.30 uur

Oncologieverpleegkundigen afdeling B5

- Ellen Dubbeldam
- Sabina Plender
- Bernadette Rigterink

t (038) 424 73 21

Isala klinieken, algemeen nummer

t (038) 424 50 00

Spoedeisende hulp

t (038) 424 71 36

Postadres

Uw postadres in de Isala klinieken
Isala klinieken, Locatie Sophia
t.a.v. mevrouw
Afdeling... , kamer ...
Postbus 10400
8000 GK Zwolle

Bezoekadres

Dr. Van Heesweg 2
8025 AB Zwolle

Bezoektijden verpleegafdeling

Dagelijks:	14.30 – 20.00 uur
Op zon- en feestdagen extra bezoekuur:	10.45 – 11.30 uur

Als feestdagen gelden:

Nieuwjaarsdag, 1^e en 2^e Paasdag, Koninginnedag, 5 mei, Hemelvaartsdag, 1^e en 2^e Pinksterdag, 1^e en 2^e Kerstdag.

2. Baarmoederkanker: onderzoek en diagnose

Kanker is een verzamelnaam voor meerdere aandoeningen.

Baarmoederkanker is er één van. Kanker is een kwaadaardig gezwel.

Kwaadaardig betekent:

- dat een gezwel in de omliggende weefsels groeit en deze beschadigt, waardoor klachten kunnen ontstaan
- dat het gezwel steeds blijft groeien, waardoor het op de plaats waar het zich bevindt, steeds meer schade aanricht.
- dat het gezwel kan uitzaaien: uit het gezwel kunnen cellen naar andere plaatsen in het lichaam worden vervoerd, waar ze tot nieuwe gezwellen kunnen uitgroeien (metastasen).

Er zijn goedaardige en kwaadaardige gezwellen (tumoren). Alleen bij kwaadaardige tumoren is er sprake van kanker.

Baarmoederkanker

Baarmoederkanker wordt per jaar bij ongeveer 1700 vrouwen in Nederland vastgesteld. Deze vorm van kanker komt het meest voor bij vrouwen tussen de 55 en 80 jaar, zelden bij vrouwen jonger dan 40 jaar. Baarmoederkanker ontwikkelt zich bij negen van de tien vrouwen in de binnenste slijmvlieslaag van de baarmoeder (endometrium). Daarom wordt baarmoederkanker ook wel endometriumkanker of endometriumcarcinoom genoemd.

Bij ongeveer vijf tot tien procent van de vrouwen met baarmoederkanker ontstaat de ziekte in de spierwand van de baarmoeder. Dit wordt een sarcoom van de uterus (uterus = baarmoeder) genoemd. De informatie in dit PID gaat hoofdzakelijk over endometriumcarcinoom.

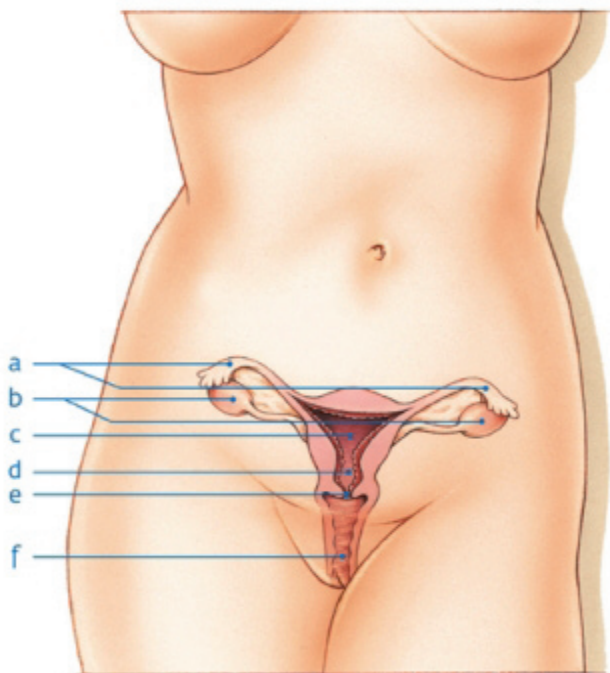
Vrouwelijke geslachtsorganen

De vrouwelijke geslachtsorganen bestaan uit de inwendige en uitwendige geslachtsorganen. De uitwendige geslachtsorganen bestaan uit:

- de kleine en grote schaamlippen
- de clitoris (kittelaar)
- de ingang van de vagina.

De inwendige geslachtsorganen bestaan uit:

- de vagina (schede)
- de baarmoeder
- de eierstokken
- de eileiders.



De inwendige vrouwelijke geslachtsorganen

a. eileiders

b. eierstokken

c. baarmoederlichaam

d. baarmoederhals

e. baarmoedermond

f. vagina (schede)

Baarmoeder

De baarmoeder (c, d, e, f) heeft de vorm van een omgekeerde peer. Het brede deel, het baarmoederlichaam, vormt het grootste deel van de baarmoeder. Aan weerszijden hiervan liggen de eierstokken met de eileiders (a, b). De eileiders vormen de verbinding tussen de baarmoeder en de eierstokken. Het baarmoederlichaam gaat over in de baarmoederhals, het onderste, smalle deel van de baarmoeder. De baarmoederhals vormt de verbinding tussen het

baarmoederlichaam en de vagina (g). De wand van het baarmoederlichaam is opgebouwd uit twee lagen:

- een binnenste slijmvlieslaag (d): het endometrium
- een buitenste spierlaag (e): het myometrium.

Menstruatie

De menstruatie wordt beïnvloed door twee soorten hormonen:

- In de eerste helft van de maandelijkse cyclus zijn dat vooral oestrogene hormonen.
- In de tweede helft van de cyclus, zodra een eitje vanuit de eierstok is vrijgekomen (de 'eisprong'), zijn dat vooral progestagene hormonen (progestativa).

Veranderingen in het gehalte van deze hormonen zorgen ervoor dat het baarmoederslijmvlies maandelijks wordt voorbereid op de komst van een bevruchte eicel. Als er geen eitje wordt bevrucht en er dus geen zwangerschap optreedt, stopt de productie van oestrogene stoffen en progestativa in de eierstokken. Samen met wat bloed verlaat het slijmvlies via de vagina de baarmoeder. Dit noemt men menstruatie. Deze maandelijks verlopende hormonale veranderingen starten in de puberteit en duren ongeveer tot het vijftigste jaar. Hierna treedt de menopauze (overgang) in.

Onderzoek

Meestal is een van de eerste signalen van baarmoederkanker: ongewoon vaginaal bloedverlies. Dat houdt in dat vrouwen die de overgang al hebben gehad, opeens een bloeding kunnen krijgen. Dit wordt wel eens verward met het terugkeren van de menstruatie. Als de menstruatie meer dan een jaar is weggebleven, is zo'n bloeding geen gewone ongesteldheid. Omdat baarmoederkanker vooral na de overgang voorkomt, zorgt bloedverlies vaak dat de tumor in een vroeg stadium wordt ontdekt.

Bij vrouwen die nog niet in de overgang zijn, kunnen tussentijdse bloedingen of menstruatiestoornissen wijzen op baarmoederkanker. Buikpijn treedt doorgaans pas in een later stadium van de ziekte op.

Vaginaal bloedverlies kan ook met andere aandoeningen dan baarmoederkanker te maken hebben. Daarom wordt de diagnose pas gesteld na onderzoek door de gynaecoloog. Hierbij kan het gaan om:

- lichamelijk onderzoek
- (transvaginale) echografie
- bloedonderzoek
- afname van weefsel van het baarmoederslijmvlies en/of baarmoedermondsljimvlies voor microscopisch (pathologisch) onderzoek.



Als duidelijk is dat het om baarmoederkanker gaat, wordt met de behandeling begonnen. In bijna alle gevallen betekent dit een operatie. Mochten uw klachten of symptomen (verschijnselen) aanleiding geven tot verder onderzoek, dan bespreekt de arts dit met u en zal u zo nodig verwijzen. Welke onderzoeken dat zijn, kan per situatie verschillen. Eventueel aanvullende onderzoeken kunnen zijn:

- CT-scan (computertomografie)
- MRI (Magnetic Resonance Imaging)
- echografie van de buikorganen
- cystoscopie (inwendig onderzoek van plasbuis en blaas)
- rectoscopie (inwendig onderzoek van de endeldarm)
- dikkedarmonderzoek.

Baarmoederoperatie

De behandeling van baarmoederkanker begint bijna altijd met een operatie waarbij de baarmoeder en eierstokken verwijderd worden. De verdere behandeling is afhankelijk van het stadium en van de uitslag van het pathologisch onderzoek (tumortype).

Het operatief verwijderen van de baarmoeder en eierstokken kan plaatsvinden via:

- een kijkoperatie in de buik (trans-laparoscopische hysterectomie (TLH)), of
- een openbuikoperatie

Dit wordt door de arts bepaald. Beide zijn ingrijpende operaties, waarbij het herstel van de ingreep verschillend kan verlopen.

Informatie over de ingreep die bij u wordt toegepast, wordt achter in dit hoofdstuk toegevoegd.

Voorbereidingen op de opname

U wordt meestal binnen enkele weken na de diagnose voor de behandeling in het ziekenhuis opgenomen. Via het planbureau van de polikliniek Gynaecologie wordt deze datum vastgelegd. De opnameduur zal variëren van een dag tot een week. Dit is afhankelijk van de ingreep en uw herstel en kan dus per persoon verschillen.

Gesprek met de oncologieverpleegkundige

Nadat u de diagnose heeft gehoord, wordt voor u een afspraak gemaakt bij de oncologieverpleegkundige van de afdeling Gynaecologie (B5).

Deze verpleegkundige is gespecialiseerd in de zorg voor vrouwen met gynaecologische kanker. Op de polikliniek geeft zij uitleg over uw behandeling en de gevolgen hiervan op uw dagelijks leven. Zij kan de informatie die gegeven is door de gynaecoloog verduidelijken. Ook kan zij u de eerste opvang bieden bij de verwerking van uw ziekte en de bijbehorende emoties. Daarnaast kunt u vragen en onzekerheden die u of uw naasten bezighouden, met haar bespreken.

Bovendien wordt tijdens deze afspraak het zogenoemde opnamegesprek gehouden. Tijdens dit gesprek neemt de verpleegkundige een aantal punten met u door, zoals uw algehele gezondheid, ziektebeleving, voedingspatroon en uw gezinssituatie. Uw voedingstoestand wordt geïnventariseerd en zonodig wordt de diëtiste in consult gevraagd voor het eventueel starten met het gebruik van een energie- en eiwitverrijkte drank (nutridrink).

Meer informatie over uw opname en verblijf in het ziekenhuis kunt u vinden in de brochure 'Opname in de Isala klinieken', die u heeft ontvangen.

Preoperatief bureau

Ook krijgt u een afspraak met de anesthesioloog voor een preoperatieve screening. Tijdens dit gesprek krijgt u informatie over de gang van zaken rondom een operatie, onder andere over de narcose en verschillende manieren van pijnbestrijding. Ook zal de anesthesioloog u onderzoeken. Meer informatie hierover kunt u vinden in de brochure over anesthesie (narcose) van de Isala klinieken, die u heeft ontvangen.

Als u naar uw afspraak op het preoperatief bureau gaat, neemt u dan het volgende mee:

- uw ponsplaatje
- de medicijnen die u gebruikt (in de originele verpakking).

Vorbereiding thuis

We raden u aan de opnamebrochure goed door te lezen. Daarin vindt u ook een hoofdstukje 'Wat neemt u mee naar het ziekenhuis?' We adviseren u dringend sieraden, geld en andere waardevolle zaken thuis te laten. Dit geldt ook voor uw trouwring, die tijdens de operatie af moet. Er kan altijd iets zoek raken. Hiervoor kan het ziekenhuis niet aansprakelijk worden gesteld.

Aandachtspuntenlijst

Gesprekken vóór opname

Gesprek met de gynaecoloog

U krijgt voorlichting over:

- de behandelingsmogelijkheden en het vervolgtraject
- het opnameverloop en de opnameduur.

Gesprek met de anesthesioloog

U krijgt voorlichting over:

- de anesthesie en de bijwerkingen hiervan
- mogelijke risico's en complicaties van de anesthesie
- pijnbestrijding na de operatie.

Gesprek met de oncologieverpleegkundige van afdeling B5

U krijgt voorlichting over:

- het verwachte tijdstip van de operatie
- uw verblijf op de verpleegafdeling
- de globale gang van zaken tijdens de opname
- uw voedingstoestand (evt. schakelt ze een diëtiste in)
- de voorbereiding op de operatie
- de dag van de operatie (hoe ziet deze eruit)
- het herstel na de operatie
- het doel en het gebruik van het Patiënten Informatie Dossier (PID)
- ondersteuning door regieverpleegkundige oncologie of verpleegkundig specialist gynaecologie.

Ook komen aan de orde:

- uw vragen
- de behandeling en de gevolgen hiervan
- uw thuissituatie en eventuele noodzaak voor thuiszorg.

3. Opnameperiode

Op de dag van opname meldt u zich bij de balie Patiëntenregistratie in het ziekenhuis. Vervolgens brengt een gastvrouw u naar de verpleegafdeling. Soms wordt u gevraagd eerst naar het laboratorium te gaan voor bloedafname.

Gang van zaken op verpleegafdeling

U wordt opgenomen op een gynaecologische afdeling. De afdelingsverpleegkundige vertelt u op welke kamer u komt te liggen en hoe laat ongeveer de operatie zal plaatsvinden. Zij zal u ook verschillende vragen stellen. Als u vragen of wensen heeft of als er andere zaken zijn die u graag wilt bespreken, kunt u dit dan doen. Zij geeft u vervolgens een rondleiding over de afdeling en laat u uw kamer zien. Aansluitend zal ze uw bloeddruk, pols en temperatuur meten.

De voedingsassistente bespreekt uw dieetwensen en eventuele dieetadviezen. Als u een gesprek wilt met de gynaecoloog, kunt u dit aan de verpleegkundige doorgeven. Zij zal dit, indien mogelijk, regelen.

Contactpersoon

Tijdens het gesprek met de afdelingsverpleegkundige zal zij u vragen de naam en het telefoonnummer van uw contactpersoon door te geven. De contactpersoon (bijvoorbeeld een familielid of kennis) kan namens uw direct betrokkenen informeren hoe het met u gaat en bijvoorbeeld ook het bezoek coördineren. Hij is tevens het aanspreekpunt voor de zorgverleners. Ter bescherming van uw privacy wordt telefonische informatie over u in principe alleen aan uw contactpersoon verstrekt.



Operatie

Voor de operatie moet u zich douchen. U mag geen deodorant of make-up gebruiken, nagellak moet u verwijderen en sieraden afdoen. Ongeveer een half uur vóór de operatie krijgt u speciale operatiekleding aan. Een eventuele gebitsprothese moet u uitdoen. Een hoorapparaat hoeft niet verwijderd te worden.

Als u aan de beurt bent, brengt de verpleegkundige u in uw bed naar de voorbereidingsruimte van de operatiekamer. Hier krijgt u een infuusnaaldje, waarna u op een operatietafel geholpen wordt en naar de operatiekamer wordt gereden. De anesthesieassistent sluit u aan op de hartbewaking (monitor). Ook krijgt u een bloeddrukband om de arm. Als u een openbuikoperatie zult ondergaan, wordt bovendien een slangetje (katheter) in uw rug ingebracht: het zogenoemde epiduraal katheter. Via dit slangetje krijgt u tijdens en na de operatie verdovende medicijnen toegediend. Vervolgens worden (zowel bij de openbuik- als bij de kijkoperatie) via het infuus in uw arm verdovingsmiddelen ingespoten. Deze middelen werken zeer snel. U wordt volledig verdoofd en valt tijdelijk in een diepe slaap (narcose).

Na de operatie

Na de operatie verblijft u een poosje op de uitslaapkamer (verkoeverkamer) waar u langzaam wakker wordt. Uw contactpersoon wordt gebeld om door te geven dat de operatie achter de rug is.

Als u goed wakker bent, de controles goed zijn en de pijn onder controle is, komt de verpleegkundige van de afdeling u weer ophalen. U zult merken dat u een infuus in uw arm heeft. U kunt zich misselijk voelen van de narcose en pijn hebben. Meld dit aan de verpleegkundige, zij kan u hierbij begeleiden en medicijnen geven. Ook kunt u hees zijn en/of pijn ervaren bij het slikken. Dit komt doordat u tijdens de operatie beademd bent door een buisje in uw keel. Deze klachten verdwijnen vanzelf.

Wondgenezing

De wond is afhankelijk van de soort operatie. Bij een kijkoperatie gaat het om drie insteekopeningen, bij een openbuikoperatie is een snede gemaakt onder de navel tot aan het schaambeentje. Het verband op de wond(jes) wordt meestal de tweede dag na de operatie verwijderd. De verpleegkundige verbindt de wond(jes). Als de wond droog is, is een nieuw verband niet nodig. De huid rondom de wond(jes) kan wat verkleurd zijn en soms is de wond

wat gezwollen. Naarmate de wond geneest, wordt dit steeds minder. Als u wilt, kunt u de wond verzorgen met een crème. Dit kan pas een maand na de operatie, als de hechtingen verwijderd zijn en de wond dicht is.

Vorbereiding op ontslag

De arts bespreekt met u wanneer u weer naar huis mag. Het kan zijn dat u hulp nodig heeft bij uw verzorging of hulp bij het huishouden. Daarom bespreekt de verpleegkundige met u, ruim voordat u naar huis gaat, of u thuis voldoende opvang heeft, of dat aanvullende thuiszorg of tijdelijk vervangend verblijf nodig is. In overleg met u kan dit door het ziekenhuis of door uzelf worden geregeld.

Weefselonderzoek

Na de operatie worden het weggenomen weefsel en de lymfklier(en) onderzocht door de patholoog: de medisch specialist die gespecialiseerd is in het onderzoeken van menselijk weefsel. Het onderzoek levert veel informatie op:

- over de soort kankercellen
- over de uitbreiding en de grootte van het kwaadaardig gezwel
- of de kanker volledig is verwijderd en/of de snijvlakken vrij zijn van kankercellen.

Het duurt ongeveer een week voordat de uitslag van de patholoog bekend is. Dit betekent voor u meestal een week van extra spanning en onzekerheid. Zodra de uitslag van het weefselonderzoek (PA-onderzoek) bekend is, wordt deze besproken in een team van diverse zorgverleners, onder wie gynaecologen en radiotherapeut-onologen. Dit wordt het multidisciplinair overleg (MDO) genoemd. Daaruit volgt dan het advies voor een eventuele vervolgbehandeling.

U krijgt een afspraak voor een polikliniekbezoek na de opname. Tijdens deze afspraak zal de gynaecoloog uitgebreid ingaan op de PA-uitslag en het advies voor een eventuele vervolgbehandeling.

Weer naar huis

U mag weer naar huis als:

- u voelt dat u in staat bent om naar huis te gaan
- u geen of weinig pijn meer heeft.



De verpleegkundige bespreekt met u hoe laat u naar huis kunt. U krijgt van haar de volgende afspraken en papieren mee:

- een poliklinische afspraak bij de gynaecoloog voor:
 - de uitslag van het weefselonderzoek en eventueel aanvullende onderzoeken
 - het bespreken van eventueel verder onderzoek en/of behandeling
 - wondcontrole en beoordelen of hechtingen mogen worden verwijderd
- een visitekaartje met de datum waarop u thuis gebeld wordt door de afdelingsverpleegkundige (B5) om te bespreken hoe het thuis met u gaat en of er nog vragen/problemen zijn.

Afhankelijk van de diagnose en/of nabehandeling:

- een poliklinische afspraak bij de gynaecoloog
- een aansluitende afspraak bij de regieverpleegkundige oncologie
- een brief voor uw huisarts.

Aandachtspuntenlijst

Gesprekken na de operatie:

Gesprek met de (zaal)arts:

Tijdens dit gesprek komt aan de orde:

- het verloop van de operatie
- verwachting verder opnameverloop en herstel
- datum van ontslag.

Gesprekken rondom ontslag

- hoe te handelen bij klachten en/of problemen.

Gesprek met de arts en/of verpleegkundige

U krijgt voorlichting over:

- controle op de polikliniek
- informatie over eventuele nabehandeling
- leefregels, werkhervatting
- wanneer een arts te bellen
- waar u terecht kunt met problemen
- Lastmeter.

4. Nabehandeling

Als voor u geldt dat u aanvullende behandeling krijgt, wordt u hierover uitgebreid geïnformeerd door de gynaecoloog. Bovendien krijgt u dan ook schriftelijke informatie als aanvulling op dit PID.

Dit kan zijn:

- bestraling (radiotherapie)
- chemotherapie (een behandeling met medicijnen)
- hormoontherapie (een behandeling met hormonen)
- een combinatie van deze behandelingen.

Keuze maken

Het maken van een keuze kan veel spanning oproepen. Neem hier de tijd voor en neem geen overhaaste beslissing waarvan u later spijt krijgt. De uiteindelijke beslissing ligt bij u.

Om het een en ander nog eens op een rij te zetten, kunt u ook contact opnemen met uw behandelend gynaecoloog, de verpleegkundig specialist gynaecologie, de regieverpleegkundige oncologie of uw huisarts.

Aanvullend onderzoek

Voor de verdere behandeling kan aanvullend onderzoek nodig zijn. Dit gebeurt alleen als u klachten heeft die op uitzaaiingen kunnen wijzen, of als de uitbreiding en de grootte van het kwaadaardige gezwel daartoe aanleiding geven. Met behulp van de gegevens uit de onderzoeken kan de gynaecoloog een verdere behandeling adviseren.

5. Herstel thuis

Het is belangrijk dat u uzelf een aantal weken de tijd geeft om te herstellen. Eenmaal thuis in uw eigen omgeving komen vaak (opnieuw) emoties los. De afdelingsverpleegkundig zal zowel uw lichamelijk als uw geestelijk herstel met u bespreken tijdens een telefonisch gesprek dat enige tijd na uw ziekenhuis opname plaatsvindt. Aarzelt u niet uw vragen of gevoelens met haar te bespreken.

Omgaan met de veranderde situatie

Zowel de ziekte als de behandeling die u ondergaat, kunnen veel stress veroorzaken. Dit vraagt vaak veel van u, terwijl uw weerbaarheid juist minder is. Ook kan ziekte en behandeling veel gevolgen hebben voor uw dagelijks leven. Bijvoorbeeld in de omgang met anderen (partner, familie, vrienden), bij het vinden of hervatten van werk en/of huishouden en het weer doen van activiteiten die altijd belangrijk voor u waren. Bekijk goed welke werkzaamheden u thuis aan kunt en in welk tempo. Probeer balans te vinden tussen activiteit en rust. Het kan zijn dat extra hulp thuis noodzakelijk is. Misschien kunt u dat in eigen familie- of vriendenkring regelen. Zo niet, dan kunt u in overleg met uw huisarts of met de afdelingsverpleegkundige aanvullende thuiszorg aanvragen. Als u een baan buitenshuis heeft, kunt u in overleg met uw arts na verloop van tijd uw werk weer hervatten. Hiervoor is geen bepaalde tijd te geven. Ieder mens is anders en uw herstel hangt nauw samen met de intensiteit van uw behandeling. Het is aan te raden om eerst bijvoorbeeld halve dagen te werken en dit langzaam uit te breiden.

Het kan moeilijk zijn om met deze veranderde situatie om te gaan en hierin een nieuwe weg te vinden. Soms roept het gevoelens op waarin u uzelf niet meer herkent. U kunt het gevoel hebben dat alles u overspoelt en dat u weinig greep meer op uw eigen situatie heeft. Ook kunnen er klachten ontstaan zoals slapeloosheid, vermoeidheid, concentratiestoornissen, seksuele problemen, lusteloosheid of onrust. Wanneer dit zo is, is het verstandig extra begeleiding te zoeken om te voorkomen dat u in een vicieuze cirkel terecht komt.

In dit ziekenhuis is een aantal zorgverleners gespecialiseerd in het begeleiden van (ex-)kankerpatiënten. Er zijn maatschappelijk werkers, geestelijk verzorgers en psychologen. Met uw arts, de verpleegkundig specialist gynaecologie of de regieverpleegkundige oncologie kunt u bespreken wat in uw situatie het beste is. Zij kunnen voor u een afspraak maken met een van deze zorgverleners. Ook patiëntenverenigingen, zoals Olijf, kunnen veel herkenning en steun bieden.

Seksualiteit

Elke gynaecologische klacht, aandoening, onderzoek of behandeling kan gevolgen hebben voor uw seksueel functioneren. Ook hormonale veranderingen kunnen van invloed hierop zijn. Seksualiteit is een belangrijk onderdeel van het leven en problemen kunnen een bron van spanning geven, vaak ook binnen een relatie. Seksuele problemen komen vaker voor dan de meeste mensen denken, maar niemand komt er gemakkelijk openlijk voor uit. Vaak is met deskundige hulp goed mogelijk seksuele problemen te verhelpen of meer draaglijk te maken. Aarzel niet om ook deze problemen met uw gynaecoloog, verpleegkundig specialist gynaecologie, regieverpleegkundige oncologie of huisarts te bespreken en vraag zonodig verwijzing naar een seksuoloog.

Revalidatie na kanker

Er zijn verschillende mogelijkheden om onder deskundige begeleiding (weer) te gaan bewegen na een behandeling vanwege kanker. De regieverpleegkundige oncologie kan u hierover informeren.

Het revalidatieprogramma Herstel & Balans® voor mensen met kanker is een groepsprogramma en bestaat uit lichaamstraining en psycho-educatie. Dit is gericht op minder klachten na kankerbehandeling en een betere kwaliteit van leven. Herstel & Balans vindt u op meer dan zestig locaties, onder andere in De Vogellanden, centrum voor revalidatie in Zwolle. Meer informatie hierover vindt u op de site www.herstelenbalans.nl. Ook de verpleegkundig specialist gynaecologie en de regieverpleegkundige oncologie kunnen u hierover informeren.

Controles na de behandeling

De controles na uw behandeling zijn bedoeld om het opnieuw optreden van kanker op te sporen en om na te gaan of uw behandeling bijwerkingen heeft gehad. In de meeste gevallen is een nabehandeling niet nodig en is alleen operatief verwijderen van de baarmoeder en de eierstokken voldoende. Eventuele verdere behandeling is afhankelijk van het stadium van de kanker, van de uitslag van het pathologisch onderzoek (tumortype) en van bevindingen tijdens de operatie.

Tijdens de controlebezoeken wordt vooral besproken hoe het met u gaat en of uw klachten heeft. Het aantal controles en door wie deze worden gedaan, is afhankelijk van de behandeling die u gehad heeft en welke eventuele aanvullende behandeling u gaat krijgen.

Als u geen nabehandeling ondergaat/heeft ondergaan wordt u (om en om) gecontroleerd door de gynaecoloog en door de verpleegkundig specialist gynaecologie. Zij is opgeleid om, naast de verpleegkundige en psychische zorg, ook de medische controles uit te voeren. Het controleschema dat voor u van toepassing is, zal met u worden besproken.

Lastmeter

Achter in dit hoofdstuk is de Lastmeter opgenomen. De Lastmeter biedt u de mogelijkheid om zelf aan uw gynaecoloog of verpleegkundige te laten weten hoe het met u gaat. Het kan u helpen in gesprek te gaan met hen over zorgen of problemen die u door uw ziekte en behandeling ervaart.

De werkwijze is dat u eerst in de thermometer aangeeft hoeveel last u de afgelopen week heeft gehad op lichamelijk, emotioneel, sociaal en praktisch gebied. Daarna vult u de probleemlijst in voor eventueel ervaren problemen in de afgelopen week.

6. Informatie en ondersteuning

Er zijn in Nederland verschillende organisaties die u kunnen informeren over eierstokkanker en alles daaromheen. Zij geven bijvoorbeeld brochures uit over uiteenlopende onderwerpen rondom kanker. Ook kunnen zij u informeren als u graag in contact wilt komen met lotgenoten.

Olijf

Olijf is een netwerk van vrouwen die gynaecologische kanker hebben (of hebben gehad), hun partners en naasten.

Hulplijn: (0800) 022 66 22

www.olijf.nl

olijf@olijf.nl

Voorlichtingscentrum KWF Kankerbestrijding

KWF Kankerbestrijding zet zich in op het gebied van wetenschappelijk onderzoek, voorlichting, patiëntenondersteuning en fondsenwerving. Via de website kunt u ook folders bestellen over de verschillende soorten kanker, de behandelingen en algemene onderwerpen.

www.kwfkankerbestrijding.nl

KWF Kankerinfolijn: (0800) 022 66 22, bereikbaar op werkdagen van 9.00 tot 12.30 uur en van 13.30 tot 16.00 uur

Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties (NFK)

Bij de Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties kunt u informatie krijgen over patiëntenorganisaties voor mensen met een bepaalde soort kanker.

www.nfk.nl

secretariaat@nfk.nl

t (030) 291 60 90, bereikbaar op werkdagen van 10.00 uur tot 13.00 uur

KWF Kankerbestrijding en de Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties hebben ook een gezamenlijke website: www.kanker.info

Stichting Look Good, Feel Better

Naast de lichamelijke en emotionele problemen die kanker met zich mee kan brengen, kan ook uw uiterlijk behoorlijk veranderen. Soms door de ziekte zelf, soms door de behandeling. Vaak zijn met eenvoudige tips en adviezen veel klachten te verbeteren of te camoufleren. De ervaring leert dat een goed verzorgd uiterlijk ook direct een beter gevoel geeft. Daarom wordt de workshop 'Look Good....Feel Better' regelmatig in ons ziekenhuis georganiseerd. De regieverpleegkundige oncologie kan u hierover meer vertellen. Ook beschikt ze over een folder over deze workshop.

IPSO

IPSO is de brancheorganisatie voor instellingen voor psychosociale oncologie. Op de website van IPSO vindt u adressen van inloophuizen voor mensen die te maken hebben met kanker, en adressen van therapeutische centra binnen de psychosociale oncologie.

www.ipso.nl

Nederlandse Vereniging voor Seksuologie (NVVS)

De NVVS is de wetenschappelijk vereniging voor iedereen die zich beroepsmatig bezighoudt met seksuologie. Op hun website vindt u onder andere gekwalificeerde seksuologen.

www.nvvs.info

Fysiek herstel

Fysiek herstel is een oefenprogramma in ons ziekenhuis voor tijdens de behandeling, waarin u gedurende twaalf weken onder begeleiding van een deskundige fysiotherapeut twee keer per week kunt oefenen aan uw conditie, deels individueel, deels in groepsverband. Het programma bestaat uit fitness, conditietraining en groepsoefeningen. Tijdens het oefenprogramma wordt u regelmatig getest om het effect van de training te meten. De regieverpleegkundige oncologie kan u hierover meer vertellen. Ook beschikt ze over een folder over dit programma.

Revalidatie na kanker

Er zijn verschillende mogelijkheden om onder deskundige begeleiding (weer) te gaan bewegen na een behandeling vanwege kanker. De regieverpleegkundige oncologie kan u hierover informeren.

Het revalidatieprogramma Herstel & Balans® voor mensen met kanker is een groepsprogramma en bestaat uit lichaamstraining en psycho-educatie. Dit is gericht op minder klachten na kankerbehandeling en een betere kwaliteit van leven. Herstel & Balans vindt u op meer dan zestig locaties, onder andere in De Vogellanden, centrum voor revalidatie in Zwolle. Meer informatie hierover vindt u op de site www.herstelenbalans.nl. Ook de verpleegkundig specialist gynaecologie en de regieverpleegkundige oncologie kunnen u hierover informeren.

Steunpunt Zorg van de Isala klinieken

De medewerkers van het Steunpunt Zorg ondersteunen patiënten bij het regelen van nazorg na een ziekenhuisopname. Zij kunnen ook informatie geven over de eventuele vergoeding en eigen bijdrage. Het kan gaan om een aanvraag voor huishoudelijke hulp of een aanvraag voor verzorging of verpleging. Veel van deze hulp moet worden aangevraagd bij het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) of bij het loket Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) van uw gemeente. Meestal kunt u zelf kiezen bij welke thuiszorgorganisatie u de zorg wilt afnemen. U kunt via een verpleegkundige in contact worden gebracht met de medewerkers van het Steunpunt Zorg. Locatie Sophia, poliklinieknummer M1.08
t (038) 424 56 00, bereikbaar op werkdagen van 8.30 tot 15.00 uur

Inloophuizen voor mensen met kanker

Inloophuizen voor mensen met kanker bieden een plek waar mensen tijdens en na een behandeling vanwege kanker terecht kunnen voor een luisterend oor van een getrainde vrijwilliger. Inloophuizen organiseren ook activiteiten bijvoorbeeld op het gebied van yoga, massage, ontspanning, lotgenotencontact, creativiteit en lezingen.

Nazorgcentrum Intermezzo

Dr. Spanjaardweg 29, gebouw B

8025 BT Zwolle

Intermezzo is iedere werkdag geopend van 10.00 tot 16.00 uur.

t (038) 424 60 88

www.nazorgcentrum.nl

intermezzo@nazorgcentrum.nl

Inloophuis de Zonnestein

Koestraat 4

8011 NK Zwolle

t (038) 337 64 52

www.zonnesteenzwolle.nl

info@zonnesteenzwolle.nl

Inloophuis Stichting Vechtgenoten

Beerzerweg 5D

7731 PA Ommen

t (0592) 45 57 67 of (06) 390 322 63

www.vechtgenoten.nl

vechtgenoten@live.nl

Vervoersvergoeding

Om te weten of en hoe u voor een vervoersvergoeding in aanmerking komt, kunt u contact opnemen met uw zorgverzekeraar. In de basisverzekering is een regeling opgenomen voor vergoeding van kosten voor chemotherapie en radiotherapie. Jaarlijks wordt een eigen bijdrage vastgesteld.

Alle verzekeringen die bij Achmea zijn aangesloten, hebben een gezamenlijk informatienummer (vervoerslijn): 0900 230 23 40.

Werk en verzekeringen

Voor informatie over werk en verzekeringen kunt u terecht bij Welder. Welder is een landelijk, onafhankelijk kenniscentrum dat zich bezighoudt met werk, uitkeringen en verzekeringen in relatie tot gezondheid en handicap. Advieslijn VraagWelder: (0900) 4800 300 (30ct/m), bereikbaar op werkdagen van 12.00 tot 17.00 uur.

www.weldergroep.nl.

De Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties geeft de folder uit: 'Wat en hoe bij kanker en werk'. Deze is gratis te downloaden via www.nfk.nl.

Zorgverlening

Als u een zorgvraag heeft of wanneer uw zorgvraag veranderd is, moet u contact opnemen met het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) bij u in de buurt. U doet er verstandig aan om bij uw zorgverzekeraar te informeren bij welke thuiszorgorganisatie u uw zorg kunt aanvragen.

Overige informatieve websites

Van de Isala klinieken:

- www.isala.nl/oncologie
- www.isala.nl/gynaecologie.

Integraal Kankercentrum Noord- en Oost Nederland en de Nederlandse Kankerregistratie

In Nederland worden gegevens van alle patiënten met kanker opgenomen in de Nederlandse Kankerregistratie. Medewerkers van het Integraal Kankercentrum Noord- en Oost-Nederland (IKNO) registreren deze gegevens aan de hand van medische dossiers.

Deze registratie heeft als doel

- na te gaan hoe vaak en waar de verschillende vormen van kanker in Nederland voorkomen
- het verbeteren van de behandeling
- het ondersteunen van wetenschappelijk onderzoek.

Het is mogelijk bezwaar te maken tegen opname van uw gegevens in de kankerregistratie. Wilt u meer weten over deze registratie, dan kunt u de regieverpleegkundige oncologie vragen naar de folder 'Registratie van kanker: van groot belang'. U kunt de folder ook (gratis) downloaden via www.kwfkankerbestrijding.nl en dan naar Bestellen (rubriek: Algemeen).