

MOMENTUM

DE JUISTE INFORMATIE OP HET JUISTE MOMENT

**U krijgt een behandeling voor kanker.
Wat betekent dat voor u?**

U krijgt een behandeling. Wat betekent dat voor u?

Inleiding




Bent u begonnen met uw behandeling? Dan wordt er tijdens de behandeling gecontroleerd onderzoek verricht om te kijken of uw behandeling aanslaat. Voor u kan dat spannend zijn. Het is belangrijk dat u de behandeling volhoudt. En dat u herstelt van de behandeling. Daarom adviseren we u goed en gezond te eten. En iedere dag te bewegen, bijvoorbeeld wandelen of fietsen. Ook kunt u langzaam weer gaan nadenken over de toekomst. Over uw werk, over clubs waarvan u mogelijk lid bent, over een vakantie?

Hoe gaat het met uw behandeling?

Na de eerste behandelingen controleert de behandelend arts of het werkt. Hieronder staat wat er gebeurt bij verschillende behandelingen.

Chemotherapie en doelgerichte therapie

- 
- De behandelend arts kan met bloedonderzoek zien hoe de behandeling werkt. Soms kan het laboratorium dan ook kijken naar zogenaamde tumormarkers zoals bij borst of darmkanker. Er zijn ook kankersoorten die niet specifiek in het bloed te volgen is zoals longkanker. Daarnaast kunt u onderzoek krijgen met een CT-scan of een PET/CT-scan, om te kijken of de tumor kleiner wordt. Bij iedere controle vraagt de behandelend arts hoe het met u gaat en of u bijwerkingen heeft van de behandeling.¹



Bestraling

- Na de laatste bestraling heeft u een afspraak met de behandelend arts die u behandelt heeft. Hij of zij bespreekt met u hoe de behandeling is gegaan. En hoe het gaat met de bijwerkingen daarvan en uw andere klachten. Heeft u bijwerkingen? Vertel dit dan direct aan de behandelend arts die u behandelt. Want vaak kan hij of zij uw klachten verminderen. Soms kan de behandelend arts al bij de eerste controle zien of de bestraling werkt. Bij de ene soort kanker werkt het beter dan bij de andere. Sommige tumoren worden snel kleiner of verdwijnen snel. Bij andere kan dat langzamer of minder goed gaan. Sommige tumoren reageren goed op bestraling door kleiner te worden en sommige verdwijnen niet, terwijl de kankercellen toch 'dood' zijn.^{2,3}


Immuuntherapie

- Bij iedere controle vraagt de behandelend arts hoe het met u gaat en of u bijwerkingen heeft van de behandeling. Als de behandeling erg goed gaat of als u thuis medicijnen neemt, kan dit vaak ook telefonisch. De behandelend arts onderzoekt ook dan met een CT-scan of een PET/CT-scan of de tumor kleiner wordt.⁴ Na een van deze onderzoeken kunt u beter wel op de polikliniek komen om zo samen naar de scans te kunnen kijken.

Hormoontherapie

- Hoelang u behandeld zal worden met hormoontherapie, hangt af van de kans dat u beter wordt. Zolang u de therapie heeft, blijft u onder controle. Bij iedere controle onderzoekt de behandelend arts hoe de behandeling werkt. En of u bijwerkingen heeft van de behandeling.⁵


Heeft u spanning en stress van uw ziekte?



Het is logisch dat u spanning en stress heeft van uw ziekte. Daardoor voelt u zich misschien niet goed. U kunt daar zelfs lichamelijke klachten van krijgen. Denk aan vermoeidheid of hoofdpijn. Misschien kunt u slecht slapen of heeft u concentratieproblemen. Daar komt bij dat uw conditie minder kan worden door de behandeling. Hieronder staat een aantal tips die u hierbij kunnen helpen:

- Rust genoeg uit, ook overdag.
- Doe uw dagelijkse dingen rustiger, als dat nodig is.
- Zorg dat u zich voldoende ontspant en zorg voor afleiding.
- Vraag hulp aan familie en vrienden en/of de thuiszorg.
- Probeer iedere dag te bewegen, bijvoorbeeld wandelen of fietsen. Een fysiotherapeut kan u helpen, als dat nodig is.
- Beslis hoeveel werk goed voor u is. Bespreek dit met uw bedrijfsarts.
- Bedenk of ontspanningsoefeningen iets voor u zijn.
- U kunt zich ook laten helpen door een psycholoog of een medisch maatschappelijk werker. Bespreek dit met uw huisarts, specialist of verpleegkundige.⁶

Eten en drinken



Het is belangrijk om goed en gezond te eten en te drinken. Zeker nu u ziek bent. Tips voor gezond eten vindt u bij de Schijf van Vijf op de website van het Voedingscentrum: www.voedingscentrum.nl/nl/gezond-eten-met-de-schijf-van-vijf.aspx. Gezond eten helpt uw weerstand en conditie. Ook is het belangrijk dat u goed drinkt. Drink 1½ tot 2 liter per dag. Behalve als uw behandelend arts iets anders zegt.

Uw behandeling kan lichamelijk en emotioneel zwaar zijn. Uw lichaam heeft daarom veel energie nodig, ook om de kanker aan te vallen en te herstellen van de behandeling. Tegelijk kan het zijn dat u minder zin heeft om te eten. Ook kan uw smaak veranderd zijn. Eet u minder dan uw lichaam nodig heeft? Dan valt u af. Bent u veel afgevallen? Dan is het extra belangrijk om goed en gezond te eten. U vindt tips in de folder Voeding bij kanker op: www.kwf.nl/sites/default/files/2019-09/brochure-voeding-bij-kanker.pdf. Kunt u niet of niet genoeg eten? Bespreek dit dan met uw behandelend arts of een diëtist. Het kan zijn dat u voedingssupplementen nodig heeft of sondevoeding. Hiermee kan u gevoed worden met een slangetje direct in uw maag of in uw darmen.⁷

Hoe gaat u om met familie en vrienden? En zij met u?

Dat u kanker heeft, is moeilijk voor u en dat geldt ook voor uw familie en vrienden. Sommige mensen vinden het moeilijk om te gaan met iemand die kanker heeft. Misschien durven sommige mensen niet met u te praten over uw ziekte. Misschien zijn er zelfs mensen die u niet meer durven te zien. Voor u kan dit erg vervelend zijn. U kunt zich er eenzaam door gaan voelen of denken dat u er helemaal alleen voor staat.

Het kan helpen als u hen toch vertelt wat er met u gebeurt en hoe u zich voelt. Ook kunt u hen vertellen wat u fijn vindt en wat niet. Misschien helpt dit. Bedenk voor u zelf met wie u graag contact heeft en hoe u contact wilt hebben. Mogelijk vindt u het fijn dat er mensen op bezoek komen of juist niet of minder. Ook kan het zijn dat u op een andere manier contact wilt hebben, bijvoorbeeld via e-mail of sociale media.⁸





Is uw leven helemaal veranderd?

Heeft de kanker uw leven helemaal veranderd? Misschien heeft u veel minder uithoudingsvermogen, of bent u heel moe. Daardoor kunt u misschien niet meer doen wat u altijd deed.⁹ Sommige mensen nemen dan meer rust en gaan minder dingen doen. Maar andere mensen merken vaak dat het juist goed kan zijn om veel te blijven doen. Zij worden daarvan juist minder moe en krijgen meer uithoudingsvermogen. Voor de gezelligheid kunt u misschien ook iemand vragen om met u mee te gaan.¹⁰

Blijven werken of niet?

Veel mensen vinden het fijn om te blijven werken. Werk geeft afleiding en het geeft structuur aan uw leven. En ook kan het leuk zijn om collega's te blijven zien. Als u niet te ziek bent, kan het een goed idee zijn te blijven werken.¹¹



Kunt u niet meer werken? Dan kunt u zich natuurlijk ziek melden. Doet u dat? Maak dan ook snel een afspraak met uw werkgever of leidinggevende. Dan kunt u hem of haar vertellen wat er aan de hand is. En wat u wel en niet kunt. Het is verstandig regelmatig contact op te nemen met uw werkgever of leidinggevende. Ook als u niet kunt werken, bijvoorbeeld door uw behandeling. Dit maakt het later makkelijker om weer te gaan werken.

Nadat u zich ziek heeft gemeld, krijgt u een uitnodiging van de bedrijfsarts. U kunt ook zelf een afspraak maken. Het is belangrijk dat u contact heeft met uw bedrijfsarts. Want hij of zij kan u helpen tijdens uw ziekte. En als u weer gaat werken.¹²

Kanker verandert uw toekomst

Als u kanker heeft en niet meer beter kunt worden, kan uw manier van denken over de toekomst veranderen. Mogelijk

bedenkt u zich dat het leven binnenkort stopt terwijl u daar vroeger nooit over nadacht. Dit is een hele moeilijke gedachte voor veel mensen. En het kan tijd kosten om aan deze gedachte te wennen.

Dit kan ook gevolgen hebben voor u en uw partner of voor uw gezin. Misschien veranderen plannen. U moet samen op zoek naar een manier om hiermee om te gaan.

Uw huisarts is er voor u

U krijgt uw behandeling en de controles van het ziekenhuis. Maar bedenk dat u ook altijd terecht kunt bij uw huisarts. Het ziekenhuis geeft alle medische informatie aan uw huisarts. Dus uw huisarts heeft alle informatie over de behandeling en de controles. Hieronder staat voorbeelden waarmee de huisarts u kan helpen:

- Als u lichamelijke klachten heeft of pijn.¹³
- Als u somber, verdrietig, bang of eenzaam bent of als u andere psychische klachten heeft.
- Als u wilt dat uw huisarts met u meedenkt over behandelingen of moeilijke beslissingen.
- Als u met uw huisarts wilt praten over uw dood.
- Kan uw huisarts u niet helpen? Dan kan hij of zij u doorverwijzen maar iemand anders, zoals een psycholoog, een medisch maatschappelijk werker of iemand anders die u kan helpen.



Natuurlijk kunt u deze dingen ook bespreken met uw specialist of de verpleegkundige in het ziekenhuis.

U kunt opschrijven wat u wel en niet wilt

In een wilsverklaring kunt u opschrijven wat u wel en niet wilt. Bijvoorbeeld bij een operatie of op de intensive care. En bijvoorbeeld ook of u wel of niet gereanimeerd wilt worden als uw hart of uw ademhaling stopt. U kunt een wilsverklaring samen met uw behandelend arts maken. In een wilsverklaring kunt u ook opschrijven wat er gebeurt als u zelf geen beslissingen meer kunt nemen. Bijvoorbeeld wie u toestemming geeft om te beslissen over uw behandelingen. Het is belangrijk dat u met uw behandelend arts en met uw familie en vrienden bespreekt wat u heeft opgeschreven.¹⁴



Wat als uw hart of uw ademhaling stopt?

Als uw hart of ademhaling stopt, kunnen behandelend arts of verpleegkundigen u reanimeren. Zij proberen dan uw hart of ademhaling weer op gang te krijgen. Behandelend arts en verpleegkundigen doen dit automatisch. Maar zij doen dit niet in deze situaties:

- Als u heeft besloten dat u dat niet wilt.
- Als de behandelend arts of de verpleegkundige denkt dat het niet kan lukken of medisch niet zinvol is.
- Als de verwachting is dat u erna niet meer zelfstandig zou kunnen ademen.

Bedenk dat als een hart of de ademhaling stopt, reanimatie maar in 10-20% van de situaties slaagt. Bij mensen met uitgezaaide kanker helpt reanimatie nog minder. Schrik niet dat dit tijdens de behandeling op een gegeven moment met u besproken zal worden. Ook zult u zelf dit kunnen bespreken met uw behandelend arts mocht u deze behoefte hebben.





Wilt u zich niet laten reanimeren als uw hart of ademhaling stopt? Dan kunt u dat opschrijven. Als u dat heeft opgeschreven, zullen behandelend arts en verpleegkundigen u niet reanimeren. Uw behandelend arts kan u helpen dit op te schrijven. Wilt u het later toch anders? Dan kan dat natuurlijk opnieuw besproken worden. Denkt uw behandelend arts dat reanimeren geen zin heeft in uw situatie? Dan schrijft hij of zij dit op in uw patiëntendossier. **Let op!** Als u zich niet wilt of kunt laten reanimeren, krijgt u natuurlijk wel gewoon alle andere behandelingen die nodig zijn.¹⁵

Wat als u binnenkort overlijdt?

Gaat u binnenkort overlijden? En heeft u pijn? Bent u benauwd? Of bent u bang? Dan kunt u daarvoor medicijnen krijgen. Deze medicijnen kunnen er ook voor zorgen dat u niet meer goed merkt wat er om u heen gebeurt. Later zorgen deze medicijnen ervoor dat u in slaap valt. Totdat u overlijdt. U krijgt dan ook geen eten en drinken meer.

U overlijdt niet door deze medicijnen. Dit is dus geen euthanasie. U kunt met uw behandelend arts bespreken dat u deze medicijnen wil. Maar bedenk dat uw behandelend arts beslist of u deze medicijnen wel of niet krijgt. U kunt dat niet zelf beslissen maar ook kunt u eventuele alternatieven met uw behandelend arts bespreken.¹⁶

Euthanasie of hulp bij zelfdoding

Wilt u zelf beslissen wanneer u overlijdt? Dan kunt u kiezen voor euthanasie. Uw behandelend arts geeft u dan medicijnen waardoor u overlijdt. Als u dit wilt, moet u dit op tijd bespreken met uw behandelend arts. Want voor euthanasie gelden allerlei regels. Deze regels gelden ook voor hulp bij zelfdoding.¹⁷

Referenties

1. <https://www.kanker.nl/soorten-behandelingen/chemotherapie/behandeling/resultaten-van-chemotherapie>
2. <https://www.kanker.nl/soorten-behandelingen/bestrating/behandeling/nazorg-en-controle-na-bestrating>
4. <https://www.isala.nl/patientenfolders/8156-longkanker-immunotherapie/>
5. https://www.umcg.nl/NL/UMCG/Afdelingen/UMC_Groningen_Cancer_Center/Behandelingen/Hormoontherapie/Paginas/default.aspx
6. <https://www.kanker.nl/soorten-behandelingen/bestrating/behandeling/spanningen-door-de-behandeling>
7. <https://www.kwf.nl/sitecollectiondocuments/brochure-voeding-bij-kanker.pdf>
8. <https://www.kanker.nl/gevolgen-van-kanker/omgaan-met-kanker/omgaan-met-kanker/de-omgeving-vertellen>
9. <https://www.kanker.nl/artikelen/gevolgen>
10. <https://www.isala.nl/patientenfolders/7985-blijven-bewegen-behandeling-kanker/>
11. <https://www.kanker.nl/gevolgen-van-kanker/werk-en-kanker/werk-en-kanker/werk-en-kanker>
12. <https://www.kanker.nl/gevolgen-van-kanker/werk-en-kanker/ik-heb-een-vast-contract/naar-de-bedrijfsarts>
13. Amphia, afdeling Longoncologie. Hulp bij uw vragen als u ernstig ziek bent. Te raadplegen via https://www.longkankernederland.nl/wp-content/uploads/2019/05/Amphia_Waaier-Oncologie2019_02.pdf
14. <https://www.kwf.nl/sites/default/files/2019-10/brochure-kanker-als-de-dood-dichtbij-is.pdf>.
15. ETZ. Wel of niet reanimeren. Wat is uw keuze? Te raadplegen via <https://www.etz.nl/ETZWebsite/files/34/34048267-00a3-405d-9663-034107ad6dc0.pdf>
16. <https://www.kanker.nl/gevolgen-van-kanker/niet-meer-beter-worden/de-laatste-fase/medische-beslissingen-rondom-het-levenseinde>.
17. <https://palliatievezorg.nl/levenseinde/beslissingen-over-het-levenseinde/euthanasie/>.

MOMENTUM

DE JUISTE INFORMATIE OP HET JUISTE MOMENT

Deze informatie is ontwikkeld door longarts Drs. B. Tomlow,
afdeling Longgeneeskunde van Isala
en mede mogelijk gemaakt door Bristol Myers Squibb.

2021 ONC-NL-2100079

