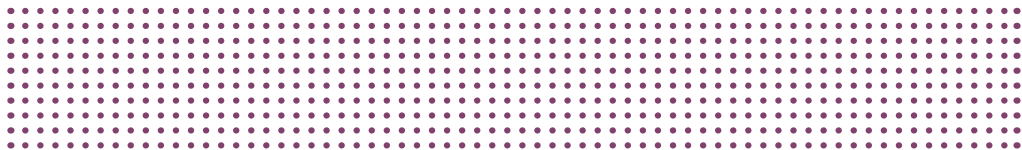




# Die Chemotherapie



# Die Chemotherapie

## Autor

Dr. Didier Vander Steichel

## Herausgeber

Fondation Cancer  
209, route d'Arlon  
L-1150 Luxembourg  
Tel : 45 30 331 • Fax: 45 30 33 33  
[www.cancer.lu](http://www.cancer.lu) • [fondation@cancer.lu](mailto:fondation@cancer.lu)

2011

Coverfoto: visualsonline.cancer.gov / Bill Branson



**Fondation  
Cancer**

Info · Aide · Recherche

Diese Broschüre konnte Ihnen dank der Unterstützung der Spender  
der Fondation Cancer kostenlos zur Verfügung gestellt werden.

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	<b>7</b>
<b>Einleitung</b>	<b>8</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Welche Fragen möchten Sie stellen?</li> <li>• Was ist Chemotherapie?</li> </ul>	
<b>Erklärungen zur Chemotherapie</b>	<b>10</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie wird die Chemotherapie verabreicht?</li> <li>• Wo werde ich behandelt?</li> <li>• Ist Chemotherapie teuer?</li> <li>• Ist die Verabreichung der Chemotherapie schmerzhaft?</li> <li>• Dauer und Häufigkeit der Behandlung</li> <li>• Was geschieht, wenn ich bereits andere Medikamente einnehme?</li> <li>• Wie kann ich wissen, ob Chemotherapie wirksam ist?</li> </ul>	
<b>Ernährung und Chemotherapie</b>	<b>13</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weshalb ist eine gesunde Ernährung wichtig?</li> <li>• Wie kann ich meine Ernährungsgewohnheiten ändern?</li> <li>• Muss ich viel trinken?</li> <li>• Was kann man bei Appetitlosigkeit tun?</li> <li>• Folgende Ratschläge können helfen</li> </ul>	
<b>Nebenwirkungen überwinden</b>	<b>16</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weshalb treten bei manchen Personen bei der Chemotherapie Nebenwirkungen auf?</li> <li>• Wie lange dauern die Nebenwirkungen an?</li> </ul>	

<b>Verdauungsprobleme lindern</b>	<b>18</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brechreiz und Erbrechen</li> <li>• Durchfall</li> <li>• Verstopfung</li> </ul>	
<b>Mund- und Halsprobleme überwachen</b>	<b>21</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mund und Hals sind trocken. Was kann ich tun?</li> <li>• Muss ich der Mundpflege besondere Aufmerksamkeit schenken?</li> </ul>	
<b>Weshalb reagiere ich empfindlicher auf Entzündungen?</b>	<b>24</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die weißen Blutkörperchen</li> <li>• Was sind die Anzeichen einer Entzündung?</li> </ul>	
<b>Befällt Chemotherapie alle Blutzellen?</b>	<b>26</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die roten Blutkörperchen</li> <li>• Die Blutplättchen</li> </ul>	
<b>Hat man immer Haarausfall?</b>	<b>28</b>
<b>Beeinflusst die Chemotherapie das Geschlechtsleben?</b>	<b>30</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Fruchtbarkeit kann ebenfalls beeinflusst werden</li> </ul>	
<b>Was kann ich bei Nebenwirkungen tun?</b>	<b>32</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie steht es mit den Hautproblemen?</li> <li>• Wirkungen auf Muskeln und Nerven</li> <li>• Wirkungen auf die Harnwege</li> <li>• Zurückbehaltung von Wasser</li> </ul>	
<b>Den Mut nicht verlieren!</b>	<b>35</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie kann ich das alltägliche Leben leichter gestalten?</li> </ul>	
<b>Das Wichtigste – kurz zusammengefasst</b>	<b>38</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wichtig</li> <li>• Fragen Sie Ihren Arzt beim Auftreten folgender Symptome</li> <li>• Behandlung zu Hause</li> <li>• Nebenwirkungen</li> </ul>	
<b>Die Angebote der Fondation Cancer</b>	<b>42</b>

# Vorwort

Jährlich werden in Luxemburg rund 2.000 Männer und Frauen mit der Diagnose Krebs konfrontiert. Viele dieser Patienten werden mit Chemotherapie behandelt werden.

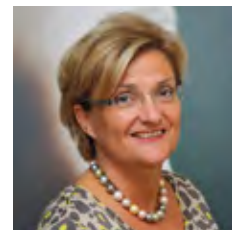
Mit dieser Broschüre möchte die Fondation Cancer Krebspatienten helfen und ihnen zuverlässige Informationen zu folgenden Themen geben:

- :: Was ist Chemotherapie und wie wirkt sie?
- :: Was sind die häufigsten Nebenwirkungen und was kann man dagegen tun?
- :: Was sollte man während der Behandlung beachten?

Diese Broschüre enthält viele nützliche Hinweise, ersetzt aber weder Arzt noch das Pflegepersonal. Jeder Fall ist von Person zu Person verschieden: sei es der Krebs, die Behandlung oder die Nebenwirkungen.

Besprechen Sie Ihre persönliche Situation mit Ihrem Arzt und Pflorgeteam, denn auch die beste Broschüre kann nicht alle Fragen beantworten.

Und denken Sie daran: die Fondation Cancer steht Ihnen während dieser schwierigen Lebensphase stets mit Informationen und Hilfen zur Seite.



**Marie-Paule PROST-HEINISCH**

Direktorin der Fondation Cancer



# Erklärungen zur Chemotherapie

Die Wahl der Krebsbehandlung hängt von der Art des Krebses, der befallenen Stelle, dem Ausdehnungsgrad sowie dem allgemeinen Gesundheitszustand des Patienten ab. Die Behandlung kann mit einem oder meistens mit mehreren Medikamenten erfolgen.

## Wie wird die Chemotherapie verabreicht?

Die Verabreichung erfolgt gewöhnlich in Form von drei Methoden: als intravenöse Injektion, in Form einer Einnahme durch den Mund oder als intramuskuläre Injektion. Die Wahl der Methode hängt von der Art des verordneten Medikaments ab.

Bei der intravenösen Injektion benutzt man häufig einen "Port -a- Cath". Es handelt sich hier um eine kleine, unter der

Haut (unter Lokalnarkose) angebrachte Injektionskammer, die durch ein feines Rohr (im medizinischen Sprachgebrauch "Katheter" genannt) mit einer großen Vene verbunden wird. Diese Technik erleichtert intravenöse Injektionen. Nach der Behandlung wird der "Port -a- Cath" unter Lokalnarkose wieder entfernt.

## Wo werde ich behandelt?

Manchmal ist während der Chemotherapie ein mehrtägiger Klinikaufenthalt erforderlich. In anderen Fällen erfolgt die Behandlung während eines kurzen Krankenhausaufenthalts (einige Stunden),

danach kann der Patient das Krankenhaus verlassen. Das hängt von der jeweiligen Art der Chemotherapie und der individuellen Reaktion auf die Therapie ab.

## Ist Chemotherapie teuer?

Die Kosten für die Chemotherapie hängen von der Art der Medikamente, dem Ort, der Dauer und der Häufigkeit der Behandlung ab. Ein großer Teil der Kosten wird von den Krankenkassen getragen. Der zu zahlende Restbetrag kann den Erkrankten in manchen Fällen in finanzielle Schwierigkeiten bringen.

In diesem Fall wenden Sie sich an die Sozialabteilung Ihres Krankenhauses. Sie können sich zusätzlich an den Sozialdienst der Fondation Cancer wenden (Tel.: 45 30 331 oder patients@cancer.lu).

## Ist die Verabreichung der Chemotherapie schmerzhaft?

Eine intramuskuläre Injektion ist nicht schmerzhafter als eine Grippeimpfung. Eine intravenöse Injektion wird ähnlich empfunden wie eine Blutentnahme für Laboruntersuchungen, man spürt lediglich ein leichtes Brennen an der Einstichstelle. Falls Sie bei einer intravenösen Behandlung Schmerzen verspüren, benachrichtigen Sie

sofort Ihren Arzt oder Ihre Krankenschwester; es könnte sein, dass das Medikament aus der Vene läuft.

## Dauer und Häufigkeit der Behandlung

Dauer und Häufigkeit hängen von der Art der Krebserkrankung, den benutzten Medikamenten und der Art und Weise, wie Ihr Körper auf die Behandlung reagiert, ab. Chemotherapie kann täglich, wöchentlich oder monatlich verabreicht werden. Manchmal wird sie in festgelegten Zyklen verabreicht, wobei Ruheperioden

inbegriffen sind, um dem Körper zu erlauben, sich zu erholen. Ihr Arzt wird Ihren individuellen Therapieplan festlegen. Dieser kann im Laufe der Behandlung Ihren Reaktionen und individuellen Bedürfnissen angepasst werden.

## Was geschieht, wenn ich bereits andere Medikamente einnehme?

Vor Beginn einer Chemotherapie sollten Sie alle Medikamente, die Sie einnehmen, mitbringen oder eine Liste davon aufstellen und Ihrem Arzt zeigen; dieser prüft, ob sich diese Medikamente mit denen der Chemotherapie vertragen. Die Liste sollte

die Bezeichnung sämtlicher Medikamente, Dosierung, Häufigkeit und Grund der Einnahme enthalten. Informieren Sie Ihren Arzt, falls sich Änderungen in Ihrer Medikamenteneinnahme ergeben.

## Wie kann ich wissen, ob Chemotherapie wirksam ist?

Um zu prüfen, ob Ihre Behandlung die erwünschten positiven Ergebnisse aufweist, müssen Sie sich häufig medizinischen Untersuchungen, Bluttests, Röntgenaufnahmen, usw. unterziehen.

Fragen Sie Ihren Arzt nach dem Befund und deren Bedeutung in Bezug auf die Entwicklung Ihrer Krankheit. Die Tatsache, dass Nebenwirkungen auftreten, sagt nichts über den Erfolg der Behandlung aus.

# Ernährung und Chemotherapie

## Weshalb ist eine gesunde Ernährung wichtig?

Chemotherapie stellt den Körper manchmal auf eine harte Probe und eine gesunde Ernährung kann dem entgegen wirken. Obschon Sie wissen, dass die Ernährung wichtig ist, gibt es Tage, an denen Sie nicht soviel essen können, wie Sie möchten. Wenn Sie wenig Appetit haben oder an Gewicht verlieren, nehmen Sie mehrmals am Tage kleinere Mengen zu sich. Machen Sie ebenfalls kleine Körperübungen,

bevor Sie zu Tisch gehen, um den Appetit anzuregen. Nutzen Sie die Tage, an denen Sie guten Appetit haben, um das Versäumte nachzuholen. Machen Sie auf keinen Fall eine Diät.

## Wie kann ich meine Ernährungsgewohnheiten ändern?

Für eine ausgeglichene Ernährung versuchen Sie, täglich Nahrungsmittel aus den folgenden vier Nahrungsmittelgruppen in Ihre Ernährung einzubeziehen:

- :: Obst und Gemüse
- :: Geflügel, Fisch und Fleisch
- :: Getreide und Brot
- :: Milchprodukte.

## Muss ich viel trinken?

Einige Medikamente können Blase oder Nieren angreifen. Fragen Sie Ihren Arzt, ob dies bei Ihnen der Fall ist und wie viel Sie täglich trinken sollen. Vielleicht müssen Sie mehr Flüssigkeit zu sich nehmen, damit Ihre Nieren weiterhin ihre Aufgabe erfüllen. Wasser, Fruchtsaft, Tee, Fleischbrühe, Speiseeis und Suppe gelten als Flüssigkeit. Alkohol verträgt sich mit bestimmten

Medikamenten nicht. Es ist oft notwendig, den Alkoholkonsum während der Behandlung einzuschränken. Fragen Sie Ihren Arzt, ob Sie Bier, Wein oder andere alkoholische Getränke trinken dürfen.

## Was kann man bei Appetitlosigkeit tun?

Vielleicht werden sich Ihre Essgewohnheiten verändern. Das Hauptproblem ist Appetitlosigkeit.

Wenn Sie keine normalen Mengen essen können, essen Sie kleinere Mengen über den ganzen Tag verteilt. Wählen Sie in diesem Fall sehr nahrhafte Nahrungsmittel. Durch die Veränderung des Geschmackssinns verlieren manche Patienten während der Behandlung den Appetit auf Fleisch. Sollte

dies der Fall sein, kochen Sie das Fleisch in Sojasoße, Fruchtsaft oder Wein. Einige Patienten bevorzugen kaltes Fleisch oder Fleischsalat. Plastikbesteck kann den bitteren Geschmack des Bestecks aus Metall mildern.

## Folgende Ratschläge können helfen

- :: Nehmen Sie kleine Mahlzeiten über den Tag verteilt zu sich, um das Gefühl eines zu vollen Magens zu verhindern.
- :: Trinken Sie nicht während den Mahlzeiten, sondern danach oder mindestens eine Stunde davor, um den Magen nicht mit Flüssigkeit zu füllen.
- :: Essen Sie keine Süßigkeiten, keine fettreichen oder gebratenen Speisen.
- :: Die Speisen sollten Zimmertemperatur haben.
- :: Essen Sie langsam, damit nur kleine Mengen auf einmal in den Magen gelangen.
- :: Kauen Sie Ihre Speisen gut, um die Verdauung zu erleichtern.
- :: Essen Sie trockene Nahrungsmittel wie Zwieback, um den Magen zu schonen.
- :: Nehmen Sie vor der Behandlung keine volle Mahlzeit zu sich.
- :: Bevorzugen Sie Wasser oder leichte und ungesüßte Getränke, wie z.B. Apfelsaft.
- :: Vermeiden Sie störende Gerüche (z.B. Geruch von Speisen, Zigaretten oder Parfüm).

# Nebenwirkungen überwinden

## Weshalb treten bei manchen Personen bei der Chemotherapie Nebenwirkungen auf?

Die Medikamente der Chemotherapie wirken auf sich schnell teilende Zellen. Dies bedeutet, dass sie sowohl auf Krebszellen als auch auf gesunde, sich schnell teilende Zellen wirken.

Die empfindlichsten Zellen sind die Zellen des Knochenmarks, des Verdauungskanals, des Fortpflanzungsystems und die der Haarzellen (Haut- und Körperhaare). In der Regel erneuern sich die betroffenen Gewebe jedoch schnell nach Beenden der Chemotherapie.

Die Nebenwirkungen hängen von der Art der eingenommenen Medikamente und der Reaktion des Körpers ab. Es gibt mehr als 50 Medikamente, die einzeln oder in Kombination, zur Behandlung von mehr als 100 Krebsarten eingenommen werden

können. Es ist daher schwer vorauszusehen, ob bei einer Person Nebenwirkungen auftreten oder nicht.

Sie sollten wissen, was Sie bei der Behandlung erwarten und welche Nebenwirkungen eine besondere Überwachung erfordern. Es gibt keinen Zusammenhang zwischen der Wirksamkeit der Behandlung und dem Auftreten oder der Häufigkeit der Nebenwirkungen.

## Wie lange dauern die Nebenwirkungen an?

Manche Nebenwirkungen der Chemotherapie (z.B. Müdigkeit und Haarausfall) können in den ersten Wochen der Behandlung auftreten und bis an ihr Ende dauern. Andere, wie Brechreiz und Erbrechen, treten besonders in den Stunden nach der Medikamenteneinnahme auf. Die meisten Nebenwirkungen verschwinden allmählich nach Beendigung der Behandlung. Die gesunden Zellen nehmen dann ihr normales Wachstum wieder auf. Diese unerwünschten Nebenwirkungen der Behandlung können unangenehm sein, sie fallen jedoch nicht ins Gewicht - verglichen mit der Wirksamkeit der Medikamente, die die Krebszellen zerstören.

Die Chemotherapiepatienten verlieren manchmal den Mut angesichts der Dauer und Nebenwirkungen der Behandlung.

Ist dies bei Ihnen der Fall, so sprechen Sie darüber mit Ihrem Arzt oder Ihrer Krankenschwester. Vielleicht ist es vorteilhaft, die Medikamente oder die Folge der Behandlung zu ändern.

Nur wenn der Nutzen die Beschwerden überwiegt, wird Ihr Arzt Ihnen raten, die Behandlung fortzusetzen. Die Zeit, die man benötigt, um verschiedene unangenehme Nebenwirkungen zu überwinden und wieder zu Kräften zu kommen, ist von Person zu Person unterschiedlich. Wie schnell Sie Ihren Lebensmut zurückfinden, hängt von verschiedenen Faktoren ab, wobei Ihr Allgemeinzustand und die Art der Medikamente eine wichtige Rolle spielen. Wenn Sie Fragen über Ihren Zustand in den Wochen nach der Chemotherapiebehandlung haben, fragen Sie Ihren Arzt oder Ihre Krankenschwester.

# Verdaunungsprobleme lindern

## Brechreiz und Erbrechen

Medikamente gegen Brechreiz und Erbrechen (Antiemetika) können die Beschwerden lindern. Ärzte empfehlen, die Medikamente vor, während oder einige Tage nach der Chemotherapie einzunehmen. Manche Medikamente, die gegen Brechreiz wirken, beeinträchtigen die Konzentration. Sie sollten daher Ihren Arzt fragen, ob Sie während der Zeit der Einnahme mit dem Auto fahren oder arbeiten dürfen.

- :: Ruhen Sie sich nach dem Essen aus, da Anstrengung die Verdauung verlangsamt und Übelkeit begünstigt.
- :: Nehmen Sie bei der Behandlung Ihre Zahnprothesen heraus, da ein Gegenstand im Mund oft Erbrechen hervorruft.
- :: Wenn Sie Brechreiz verspüren, atmen Sie lange und tief durch den Mund.

## Durchfall

Bei Durchfall, der länger als 24 Stunden anhält, oder bei Schmerzen und Krämpfen fragen Sie Ihren Arzt um Rat. Wenn nötig, verschreibt er Ihnen ein Medikament gegen Durchfall. Hier sind einige Ratschläge, die Ihnen helfen, Durchfall zu vermeiden:

- :: Versuchen Sie es mit Flüssigdiät, um den Darm zu schonen.
- :: Trinken Sie viel, um die ausgeschiedene Flüssigkeit zu ersetzen, insbesondere Getränke wie Apfelsaft, Wasser, leichter Tee oder leichte Brühe. Diese Getränke sollen lauwarm oder bei Zimmertemperatur eingenommen werden, niemals heiß oder eiskalt.
- :: Essen Sie mehrmals am Tag kleine Portionen.
- :: Vermeiden Sie Nahrungsmittel, die Blähungen hervorrufen können (wie Kaffee, Bohnen, Nüsse, Kohl, Brokkoli, Blumenkohl, stark gewürzte Nahrungsmittel und Süßigkeiten).
- :: Wenn Sie sich besser fühlen, essen Sie allmählich zusätzlich zu Ihrer Krankenkost Nahrungsmittel mit wenig Ballaststoffen, wie Reis, Reiscrème, Bananen, Apfelmus, Kartoffelpüree oder Zwieback.
- :: Meiden Sie Milch und Milchprodukte, wenn diese den Durchfall verschlimmern.

## Verstopfung

Einige Medikamente können Verstopfung hervorrufen.

Fragen Sie Ihren Arzt, ob das bei Ihrer Behandlung zutrifft. Folgende Anregungen können Ihnen helfen, Verstopfung zu vermeiden oder zu verringern:

- :: Trinken Sie viel Flüssigkeit, um Ihren Darm zu entlasten.
- :: Essen Sie ballaststoffreiche Nahrungsmittel wie Kleie, rohe Früchte, rohes Gemüse, Vollkornbrot und Nüsse.

- :: Gehen Sie, wenn möglich, einer normalen Beschäftigung nach. Bewegen Sie sich.
- :: Benachrichtigen Sie Ihren Arzt oder Ihre Krankenschwester, wenn Sie mehr als einen Tag lang keinen Stuhlgang hatten. Vielleicht benötigen Sie ein Abführmittel.

## Mund- und Halsprobleme überwachen

**Manche Medikamente der Chemotherapie trocknen Mund und Hals aus und führen zu Schmerzen. Ihr Arzt kann Ihnen künstlichen Speichel verschreiben, wenn Ihr Mund zu trocken ist.**

### Mund und Hals sind trocken. Was kann ich tun?

Kauen und Schlucken werden erschwert, wenn Mund und Hals schmerzen oder trocken sind. Die folgenden Ratschläge können die Einnahme der Mahlzeiten erleichtern:

- :: Trinken Sie viel Flüssigkeit.
- :: Lutschen Sie Eiswürfel.
- :: Lutschen Sie harte Bonbons ohne Zucker und kauen Sie Kaugummi, damit der Mund feucht bleibt.
- :: Essen Sie wasserhaltige Nahrungsmittel wie Früchte und Fruchteis.
- :: Weichen Sie trockene Nahrungsmittel mit Butter, Margarine, Soße oder Brühe auf.
- :: Tauchen Sie Ihren Zwieback in Kaffee, Tee, Milch, usw.
- :: Mixen Sie die gekochten Nahrungsmittel zu leicht schluckbarem Püree.
- :: Essen Sie kalte und weiche Nahrungsmittel wie Speiseeis, Pudding oder Säuglingsnahrung (weiche und süße Nahrungsmittel können jedoch Zahnfäule hervorrufen; vergessen Sie daher nicht, Ihre Zähne sofort nach dem Essen mit einer weichen Zahnbürste zu putzen.)

Die sich schnell vermehrenden Zellen im Mund werden durch die Chemotherapie angegriffen. So entstehen Wunden, auch Stomatitis genannt. Ihr Arzt kann Ihnen ein Mittel zur Linderung der Schmerzen und Heilung der Wunden verschreiben. Folgende Ratschläge tragen dazu bei, die Wunden zu vermeiden:

- :: Meiden Sie saure Nahrungsmittel und Säfte (zum Beispiel Tomaten-, Apfelsinen- und Grapefruitsaft). Nahrungsmittel, die den Mund nicht reizen, sind Aprikosen- und Birnensaft, Zucchini, Bohnen und Erbsen.
- :: Meiden Sie gesalzene und gewürzte Nahrung, wenn dadurch Entzündungen im Mund entstehen.
- :: Achten Sie auf einen sauberen Mund und sauberes Zahnfleisch, um Entzündungen vorzubeugen.

Wenn Sie Wunden im Mund feststellen, fragen Sie Ihren Arzt oder Ihre Krankenschwester um Rat. Stomatitis ist manchmal ein Zeichen für ein ernsthaftes Problem und Ihr Arzt könnte sich veranlasst fühlen, die nächste Behandlung zu verschieben.

## Muss ich der Mundpflege eine besondere Aufmerksamkeit schenken?

Es ist sehr wichtig, während der Chemotherapie der Mundpflege eine besondere Aufmerksamkeit zu schenken, da das Mundgewebe für Entzündungen sehr anfällig ist. Einfache Vorsichtsmaßnahmen genügen, um dem entgegenzuwirken:

- :: Benutzen Sie eine weiche Zahnbürste und gehen Sie vorsichtig beim Putzen der Zähne vor. Ein zu energisches Bürsten kann das weiche Gewebe des Mundes beschädigen.
- :: Geben Sie einen Teelöffel Natron in eine Tasse mit warmem Wasser, das Sie als Mundwasser benutzen. Gurgeln Sie etwa eine Minute, bevor Sie das Wasser ausspucken.
- :: Meiden Sie im Handel übliches Mundwasser, sofern es nicht von Ihrem Arzt verordnet wird.

:: Essen Sie bei entzündetem und schmerzhaftem Mund weiche, ungewürzte Speisen, wie weichgekochte Eier und Hafergrütze.

:: Benutzen Sie eine Lippensalbe bei trockenen Lippen.

:: Entfernen Sie schlecht angepasste Zahnprothesen, damit das Zahnfleisch sich erholt.

Fragen Sie Ihren Zahnarzt, wie Sie am besten Ihre Zähne putzen. Wenn kurzfristig eine Zahnbehandlung notwendig ist, fragen Sie Ihren Arzt, ob es nicht besser ist, diese nach der Chemotherapie vorzunehmen. Es kann sein, dass Sie während der Behandlung empfindlicher auf Entzündungen und Blutungen reagieren.

# Weshalb reagiere ich empfindlicher auf Entzündungen?

## Die weißen Blutkörperchen

Die meisten Medikamente gegen Krebs greifen das Knochenmark an und hemmen die Bildung normaler Zellen. Die im Knochenmark gebildeten weißen Blutkörperchen helfen, Entzündungen zu bekämpfen. Nimmt die Zahl der weißen Blutkörperchen ab, erhöht sich die Entzündungsgefahr. Im Laufe der Behandlung überprüft der Arzt die Zahl der Blutkörperchen. Wenn die Zahl der weißen Blutkörperchen unter einer bestimmten Grenze liegt, werden die Behandlungen möglicherweise in größeren Abständen erfolgen, oder die Dosis der Medikamente wird herabgesetzt. Wenn die Zahl der weißen Blutkörperchen abnimmt, ist es wichtig, folgende Ratschläge zu beachten, um Entzündungen vorzubeugen:

- :: Waschen Sie mehrmals am Tage die Hände; waschen Sie sie gründlich vor den Mahlzeiten und bei Verlassen der Toilette.

- :: Meiden Sie Menschenansammlungen sowie Personen mit ansteckenden Krankheiten (z.B. Windpocken oder Grippe).

- :: Reißen Sie die Nagelhaut nicht ein.

- :: Um Mundverletzungen zu verhindern, benutzen Sie keine zu harte Zahnbürste und keine Zahnseide. Ihr Arzt, Ihre Krankenschwester oder Ihr Zahnarzt können Ihnen sanftere Mundpflegemethoden nennen.

- :: Um Schnittwunden zu vermeiden, benutzen Sie einen elektrischen Rasierapparat anstelle von Rasierklingen.

- :: Pickel nicht ausdrücken oder kratzen.

- :: Duschen Sie täglich warm und trocknen Sie Ihre Haut schonend ab anstatt fest zu reiben.

- :: Benutzen Sie Körperwasser oder Öl bei trockener und rauer Haut, um sie geschmeidiger zu machen und sie zu heilen.

- :: Reinigen Sie die Schnittwunden mit warmem Wasser und Seife.

- :: Waschen Sie nach jedem Stuhlgang sorgfältig die Analgegend. Fragen Sie bei Entzündungen oder Hämorrhoiden Ihren Arzt oder Ihre Krankenschwester um Rat.

## Was sind die Anzeichen einer Entzündung?

Trotz aller Vorsicht können Entzündungen auftreten. Die Anzeichen dafür sind:

- :: weißer Belag im Mund oder eine belegte Zunge

- :: hohes Fieber (über 38,5 °C)

- :: Frösteln

- :: Schweißausbrüche, besonders abends

- :: flüssiger Stuhl

- :: Brennen beim Urinlassen

- :: schwerer Husten oder entzündeter Hals.

Wenn eines dieser Symptome auftritt, **benachrichtigen Sie sofort Ihren Arzt oder Ihre Krankenschwester**. Nehmen Sie kein Aspirin oder sonstige Medikamente zur Senkung des Fiebers, ohne Ihren Arzt zu fragen.









## Wirkungen auf die Harnwege

Manche Medikamente verändern die Harnfarbe. Je nach Medikament kann der Urin rot, blau oder hellgelb gefärbt sein. Ihr Harn kann außerdem einen starken Geruch oder den Geruch von Medikamenten annehmen. Dies ist auf die chemischen Substanzen, die Sie einnehmen, zurückzuführen.

Im Allgemeinen ist es angebracht, viel zu trinken, um weiterhin normal Wasser zu lassen und eventuellen Harnproblemen vorzubeugen.

## Zurückbehaltung von Wasser

Zurückhalten von Wasser kann eine Folge Ihrer Krankheit, der Medikamente, die Sie einnehmen, oder der hormonalen Veränderungen während der Behandlung sein. Bei geschwellenem Gesicht, Händen, Füßen oder Bauch, fragen Sie Ihren Arzt oder Ihre Krankenschwester um Rat.

Vielleicht müssen Sie den Konsum von Salz oder von Nahrungsmitteln mit hohem Salzgehalt einschränken. Im Ernstfall wird Ihr Arzt Ihnen ein Medikament zum Ausscheiden der eingelagerten Flüssigkeit verschreiben.

## Den Mut nicht verlieren!

**Die Krankheit und ihre Behandlung ist sowohl in physischer als auch in psychischer Hinsicht eine Belastung. Viele Betroffene empfinden Furcht, Angst und Mutlosigkeit.**

Die Behandlung kann Ihre Lebensgewohnheiten verändern. Auch kann sich Ihr Allgemeinzustand durch die Nebenwirkungen verschlechtern. Diese Veränderungen sind nicht einfach zu verkraften. Versuchen Sie dennoch, eine positive Lebenseinstellung zu behalten. Denken Sie daran, dass Sie nicht allein sind und dass vor Ihnen andere Patienten mit denselben Gefühlen und Problemen wie Sie, diese Lebenssituation überstanden haben.

Was ist, wenn die Medikamente wirkungslos sind? Wie gehen Sie mit dem Stress oder der Angst um? Das sind Fragen, die Sie sich vielleicht im Verlauf der Behandlung stellen. Wenn Sie die Reaktionen Ihres Körpers nicht verstehen, fragen Sie Ihren Arzt. Zögern Sie nicht, so lange Fragen zu stellen, bis Ihnen alles klar ist. Seien Sie sich bewusst, dass Ihr emotionelles Wohlbefinden ebenso wichtig ist wie Ihr physisches. Wenn Sie Angst haben oder den Mut verlieren, bitten Sie um Hilfe. Vielleicht erhalten Sie Trost, wenn Sie sich einem verständnisvollen Freund, einem



# Das Wichtigste - kurz zusammengefasst

## Teilen Sie Ihrem Arzt vor jeder Behandlung mit,

- :: ob Sie allergisch auf gewisse Medikamente reagieren
- :: ob Sie bereits rezeptpflichtige Medikamente einnehmen. Bei gleichzeitiger Einnahme verschiedener Medikamente können Probleme entstehen. Vergessen Sie nicht anzugeben, ob Sie empfängnisverhütende Mittel, Abführmittel oder Aspirin einnehmen
- :: ob Sie andere medizinische Probleme haben; Ihre Behandlung kann dadurch beeinflusst werden
- :: ob Sie schwanger sind oder Kinder haben möchten (manche Medikamente können angeborene Missbildungen oder Unfruchtbarkeit hervorrufen)
- :: ob Sie stillen (manche Medikamente können in die Muttermilch gelangen und dem Säugling schaden).

## Wichtig

- :: Wenn die Erklärungen in Bezug auf Ihre Medikamente unverständlich oder ungenügend sind, fragen Sie nach.
- :: Halten Sie sich genau an das Rezept, damit die Medikamente ihre Wirkung entfalten.
- :: Man hat Ihnen Ihre Medikamente für Ihren persönlichen Gebrauch und Ihre Krankheit verschrieben. Geben Sie diese deshalb nie an andere Personen weiter und nehmen Sie diese nicht für andere Arten des Unwohlseins, es sei denn, Ihr Arzt hat es Ihnen erlaubt.

- :: Medikamente sind außerhalb der Reichweite von Kindern aufzubewahren.
- :: Bewahren Sie sie wie in der Verpackung angegeben auf.

## Fragen Sie Ihren Arzt beim Auftreten folgender Symptome:

- :: Heftiges Erbrechen, das länger als 24 Stunden nach der Behandlung anhält
- :: Durchfall, der länger als 48 Stunden nach der Behandlung anhält
- :: Plötzlich auftretende häufige Blutungen und Blutergüsse sowie Vorhandensein von Hautmalen
- :: Fieber über 38,5 °C oder Schüttelfrost
- :: Steifheit, übermäßige Müdigkeit oder Atemnot
- :: Husten mit Auswurf
- :: Entzündungen von Hals oder Mund
- :: Brenngefühl beim Harnlassen
- :: Blut im Harn oder spärliche Harnmenge.

## Behandlung zu Hause

Bei oraler Einnahme von Medikamenten, befolgen Sie die angegebenen Mengen. Ihr Arzt hat die benötigte Menge vorher festgelegt. Wenn Sie diese verändern, kann die Behandlung unwirksam sein oder ernsthafte Nebenwirkungen hervorrufen.

Fragen Sie Ihren Arzt, wie Sie sich im Falle von Vergessen oder Irrtum verhalten sollen.

## Nebenwirkungen

Jedes Medikament kann Nebenwirkungen hervorrufen, die von Patient zu Patient verschieden sind. Manche Nebenwirkungen können gefährlich sein und müssen Ihrem Arzt umgehend gemeldet werden. Andere sind lediglich unangenehm. Es ist wichtig zu wissen, was Sie erwartet, wenn Sie Medikamente einnehmen und ob Sie Ihrem Arzt die Nebenwirkungen mitteilen sollen.

Bitte Sie Ihren Arzt Ihnen zu erklären, zu welchem Zeitpunkt Nebenwirkungen auftreten können. Manche Nebenwirkungen machen sich zu Beginn der Behandlung bemerkbar, während andere einige Tage oder Wochen nach der Behandlung auftreten. Sie sollten auch wissen, welche

Nebenwirkungen zeitlich begrenzt sind und welche andauern.

Mehrere Medikamente können Brechreiz, Erbrechen und Appetitlosigkeit hervorrufen.

Auch wenn Sie sich bei deren Einnahme krank fühlen, ist es trotzdem wichtig, sie einzunehmen. Bei schwerem Brechreiz oder Erbrechen sollten Sie weiterhin Ihre Medikamente nehmen; fragen Sie jedoch Ihren Arzt oder Ihre Krankenschwester, was Sie tun können, um dem entgegenzuwirken.

Sie können sich auch in dieser Broschüre über die verschiedenen Mittel gegen Brechreiz und Erbrechen informieren (siehe S. 18).

In manchen Fällen verursacht die Chemotherapie Haarausfall. Nach Abschluss der Behandlung wachsen die Haare wieder normal, der "neue" Haarwuchs kann jedoch, was Farbe und Struktur betrifft, vom "alten" leicht abweichen (siehe S. 28).

Unvorhergesehene Nebenwirkungen können ebenfalls auftreten. Wenn Sie ungewohnte Symptome feststellen, sprechen Sie darüber mit Ihrem Arzt oder Ihrer Krankenschwester.

Die meisten Nebenwirkungen der Chemotherapie nehmen nach der Behandlung ab. Die Rückkehr zur Normalität

ist von zu Mensch zu Mensch unterschiedlich. Die Erholungsphase hängt ebenfalls vom Allgemeinzustand des Patienten und den eingenommenen Medikamenten ab.

# Die Angebote der Fondation Cancer

Um krebsbetroffene Patienten zu unterstützen, bietet die Fondation Cancer verschiedene Leistungen an. Zwei Psychologinnen und eine Krankenschwester stehen den Patienten sowie ihren Angehörigen mit ihrem Fachwissen zur Verfügung.

Interessieren Sie sich für unsere Hilfsangebote, vereinbaren Sie am besten einen Termin für ein persönliches Orientierungsgespräch. So können wir Ihre Anliegen am besten erkennen und Ihnen unsere Möglichkeiten vorstellen.

Alle unsere Angebote sind kostenlos und im Folgenden etwas genauer beschrieben.

## Information

### Patientenbroschüren

Sie möchten sich über spezifische Probleme im Zusammenhang mit der Krankheit informieren?

Unsere Patientenbroschüren behandeln verschiedene Aspekte der Krankheit. Dazu gehören:

- :: "Die Chemotherapie"
- :: "Die Radiotherapie"

- :: "Praktischer Ratgeber"
- :: "Kosmetiktipp bei Krebs"
- :: "Ernährung bei Krebs"
- :: "Psychologischer Ratgeber"
- :: "Diagnose Krebs: Wie sage ich es meinem Kind?"
- :: "Mutter oder Vater hat Krebs"
- :: "Life-Boxes : Erfahrungen, die Mut machen"

Alle diese Broschüren sind auch in französischer Sprache verfügbar, einzelne auf Portugiesisch. Einige können von unserer Internetseite [www.cancer.lu](http://www.cancer.lu) heruntergeladen werden. Jede Broschüre kann auf Anfrage auch kostenlos zugesandt werden.

### Zeitschrift Info-Cancer

Sie möchten regelmäßig über Aspekte rund um das Thema 'Krebs' informiert werden?

Sie können kostenlos unsere vierteljährliche Zeitschrift Info-Cancer abonnieren. Zurückliegende Ausgaben der Zeitschrift können Sie auch auf der Internetseite [www.cancer.lu](http://www.cancer.lu) herunterladen.

### Internet-Seite und elektronischer Newsletter

Sie surfen stundenlang im Internet, um Informationen zu Ihrer Krebsart zu finden? Sie möchten über Aktuelles der Fondation Cancer auf dem Laufenden gehalten werden?

Unsere Internetseite [www.cancer.lu](http://www.cancer.lu) bietet Ihnen Informationen und Links zu anderen vertrauenswürdigen Seiten. Auf der Seite können Sie auch den Newsletter der Fondation abonnieren, der ihnen dann regelmäßig per E-Mail zugeschickt wird.

### Konferenzen für Patienten

Sind Sie interessiert, an Konferenzen zu medizinischen, psychologischen und sozialen Aspekten der Krankheit teilzunehmen?

Wir organisieren regelmäßig Vorträge für Patienten, an die sich Diskussionen im kleinen Kreis anschließen. Angekündigt werden diese in unserer Zeitschrift Info-Cancer, auf unserer Seite [www.cancer.lu](http://www.cancer.lu) sowie in unserem elektronischen Newsletter.

## Hilfe(n)

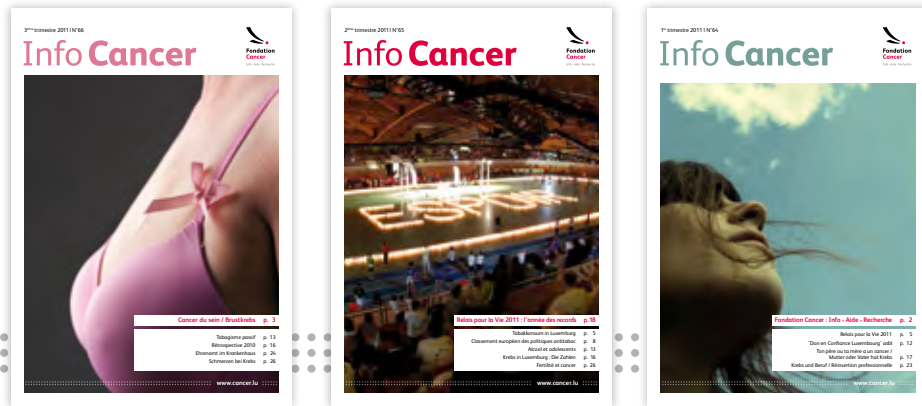
### Praktische Informationen

Sie haben administrative und / oder praktische Probleme auf Grund Ihrer Erkrankung? Sie wissen nicht, was Ihnen von Ihrer Krankenkasse zurückerstattet wird (Kosten für Perücke, Transport, Kur, Medikamente)? Sie wissen nicht, was Sie beim Kauf einer Perücke beachten müssen? Sie erwägen eine Kur, um wieder zu Kräften zu kommen?

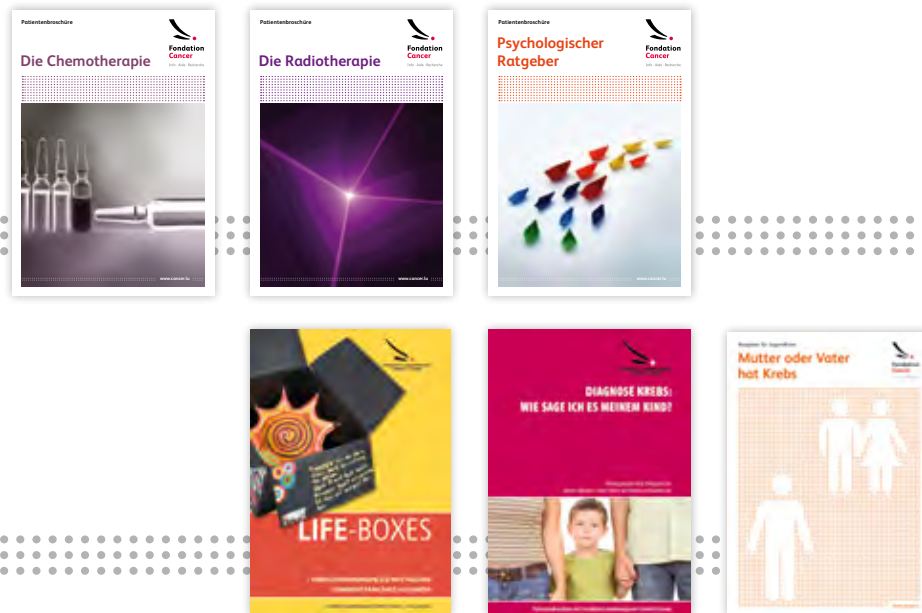
Eine Mitarbeiterin unserer psycho-sozialen Abteilung kann Sie informieren und unterstützen.



## Unsere Zeitschrift



## Unsere Patientenbroschüren



Diese Broschüre konnte Ihnen dank der Unterstützung der Spender der Fondation Cancer kostenlos zur Verfügung gestellt werden.

Wenn Sie möchten, können auch Sie die Initiativen der Fondation Cancer mit einer steuerlich absetzbaren Spende auf das folgende Konto unterstützen:

CCPL IBAN LU 92 1111 0002 8288 0000

Die Fondation Cancer ist Gründungsmitglied der Asbl 'Don en Confiance - Luxembourg'





**Fondation  
Cancer**

Info · Aide · Recherche

# Die Fondation Cancer ist für Sie da!

## Rufen Sie uns an:

---

Tel: 45 30 331

## Oder schreiben Sie uns:

---

209, route d'Arlon • L-1150 Luxembourg  
fondation@cancer.lu

## Lernen Sie uns kennen:

---

[www.cancer.lu](http://www.cancer.lu)