

Informatiebrochure



Inleiding

Geachte mevrouw, mijnheer

Uw arts heeft samen met u beslist om te starten met chemotherapie om darmkanker te behandelen.

Via deze informatiebrochure willen wij u wegwijs maken in het verloop van uw behandeling, de bijzondere richtlijnen bij de behandeling en de mogelijke nevenwerkingen. Bij de mogelijke nevenwerkingen geven wij u tips hoe u hiermee kunt omgaan.

Aarzel niet om bij een probleem of vraag uw arts, oncologieverpleegkundige, psycholoog, diëtist of sociaal assistent te contacteren. Zij zullen u graag verder helpen.

We adviseren u om al uw vragen of opmerkingen te noteren achteraan in dit boekje. Dit kan als een geheugensteuntje dienen bij een volgend bezoek.

Het oncologisch support team

Het dagziekenhuis inwendige ziekten kunt u bereiken op het volgend nummer 051 42 54 90.

Elke werkdag is de afdeling bereikbaar vanaf 07u15 tot 18u15.



Uw therapie

Uw therapie bestaat uit het toedienen van chemotherapie.

Chemotherapie is een behandeling waar men gebruik maakt van één of meerdere celremmende geneesmiddelen, cytostatica genoemd.

Uw therapie FOFLOX bestaat uit twee verschillende cytostatica, namelijk oxaliplatine en 5-fluorouracil, en uit leucovorine. Leucovorine is dus geen cytostaticum maar het zorgt ervoor dat 5-fluorouracil beter werkt. Aanvullend kan de arts nog andere geneesmiddelen voorschrijven. Dit dient als ondersteuning van uw therapie.

De therapie wordt toegediend via een infuus. De kuur wordt om de 14 dagen toegediend, als uw bloedsuitslagen en uw algemene toestand dit toelaten.

Op de eerste dag wordt er oxaliplatine, 5-fluorouracil en leucovorine toegediend. Nadien wordt er een pompje aangekoppeld dat 5-fluorouracil bevat die gedurende 48 uur continu loopt via de poortkatheter. De pomp wordt veilig opgeborgen in het bijhorende heuptasje. Deze pomp dient na 48u afgekoppeld te worden, dus op dag drie. Dit kan gebeuren in het ziekenhuis of door een thuisverpleegkundige. Na het afkoppelen volgen er 11 dagen rust vooraleer de volgende kuur start.

Schematische voorstelling van de therapie

Naam product	Dag				Wijze van toediening
	1	2	3	4-14	
Oxaliplatine	X				Infuus over 2 uur
Leucovorine	X				Infuus over 2 uur
5-fluorouracil	X				Infuus over 10 minuten
5-fluorouracil	X	X	X		Pomp over 48 uur

De dagindeling

Bij aankomst in het ziekenhuis dient u zich aan te melden aan de loketten ter hoogte van de receptie. Nadien wordt u doorgestuurd naar het dagziekenhuis inwendige ziekten waar de behandeling wordt toegediend.

De afdeling is gelegen op de tweede verdieping en kunt u bereiken door de route 85 te volgen. Indien u dit wenst, zal een medewerker u begeleiden naar het bureau van de hoofdverpleegkundige. Bij aankomst op het dagziekenhuis meldt u zich eerst aan bij de hoofdverpleegkundige. Vervolgens wordt u aangeprikt en wordt er bloed afgenomen. Nadien neemt u plaats in de wachtzaal van het dagziekenhuis tot dr. De Backer of dr. Baertsoen melden of de chemotherapie al dan niet mag toegediend worden. Daarna wordt u naar uw kamer begeleid waar men de therapie zal toedienen.

De therapie wordt klaargemaakt in de apotheek nadat de bloedresultaten gekend en goed bevonden zijn. Daarom kan het soms iets langer duren vooraleer men van start kan gaan met de therapie.

U hoeft niet nuchter naar het dagziekenhuis te komen, tenzij er andere onderzoeken of ingrepen gepland zijn die dit wel vereisen. Het dagziekenhuis voorziet een middagmaal. Hierbij kunt u kiezen tussen een warme maaltijd of een broodmaaltijd.

Het is echter wel belangrijk om tijdens de therapie voldoende te drinken, zeker wanneer de pomp met 5-fluorouracil inloopt want hierbij krijgt u geen extra vocht toegediend zoals bij een infuustoediening.



Elementen waarbij u uw arts dringend moet waarschuwen

Bij de volgende elementen is het belangrijk om snel uw behandelende arts te verwittigen:

- Een lichaamstemperatuur van 38°C of meer al dan niet gecombineerd met koude rillingen
- Diarree die langer dan 2 dagen duurt
- Indien er geregeld bloedneuzen optreden die moeilijk te stelpen zijn, bij spontaan optreden van blauwe plekken en als er bloed in de urine of bij het braken aanwezig is
- Als u last heeft van kortademigheid.

Mogelijke nevenwerkingen

Chemotherapie is een geneesmiddel dat inwerkt op de celdeling van een kankercel waardoor deze na enige tijd afsterft. De kankercel is een cel die snel en ongecontroleerd groeit. Chemotherapie heeft de eigenschap om op sneldelende cellen in te werken. Maar chemotherapie maakt geen onderscheid tussen de gezonde en kankercellen waardoor ook de gezonde cellen aangetast worden, zoals de bloedcellen, slijmvliescellen ter hoogte van het maagdarmsstelsel en haarwortelcellen.

De nevenwerkingen zijn afkomstig van de therapie en niet van uw ziekte. Het kan echter zijn dat de ene persoon veel nevenwerkingen ondervindt en de andere persoon nauwelijks tot geen klachten heeft. De nevenwerkingen zijn grotendeels tijdelijk en verdwijnen eenmaal de therapie beëindigd is.

Bij de therapie FOLFOX zijn de volgende nevenwerkingen mogelijk:

- Invloed op het beenmerg
- Invloed op het maag- darmstelsel
- Neuropathie
- Vermoeidheid.

Deze items worden in deze brochure besproken. Hierbij geven we kort een woordje uitleg met daarbij horende tips. Daarnaast worden de algemene nevenwerkingen zoals smaakverandering, seksualiteit en allergische reactie kort besproken.



Invloed op beenmerg

Het beenmerg zorgt voor de aanmaak van bloedcellen. Iedere soort heeft zijn eigen functie. De witte bloedcellen zorgen voor ons immuunsysteem. De rode bloedcellen spelen een rol bij het zuurstoftransport. En de bloedplaatjes zorgen voor de bloedstolling.

Maar chemotherapie kan de aanmaak van nieuwe bloedcellen verstoren. Daarom voert men voor iedere therapie een bloedafname uit om na te gaan wat de waarden zijn van de bloedcellen. Indien men ziet dat er bepaalde waarden te laag zijn, kan men een bloedtransfusie uitvoeren. Een andere optie is dat uw therapie één of meerdere weken wordt uitgesteld om uw bloedcellen de kans te geven om te herstellen.

Neutropenie, een tekort aan witte bloedcellen

Neutropenie is een tekort aan neutrofiële granulocyten, een soort witte bloedcellen. Zoals reeds vermeld zorgen de witte bloedcellen voor ons immuunsysteem. Maar als het aantal witte bloedcellen te laag komt, daalt ons immuunsysteem en zijn we vatbaarder voor infecties. Een infectie kan in zo'n situatie gevaarlijk zijn en hierbij moet er snel gehandeld worden.

Daarom is het belangrijk om alert te zijn bij de volgende symptomen:

Symptomen

- Neutropene koorts: een lichaamstemperatuur van 38,5°C of hoger
- Koude rillingen
- Pijn bij het slikken, ademen en wateren
- Hoesten
- Roodheid van de huid
- Zich algemeen minder voelen
- Last van mucositis (ontsteking van het mondslijmvlies).

Aanbevelingen

- ✓ Vermijd contact met zieke mensen
- ✓ Zorg voor een goede hand- en lichaamshygiëne
- ✓ Vermijd kwetsuren en wondjes. Indien u toch last heeft van wondjes is het uiterst belangrijk om deze geregeld en op een steriele manier te verzorgen
- ✓ Meet dagelijks uw lichaamstemperatuur, liefst 's avonds en op een vast tijdstip
- ✓ Inspecteer dagelijks uw mond of er geen kwetsuren aanwezig zijn. Indien uw lichaamstemperatuur 38,5°C of hoger is, is het belangrijk om onmiddellijk uw arts te verwittigen.

Anemie, een tekort aan rode bloedcellen

Een daling van het aantal rode bloedcellen kan zich voordoen bij het toedienen van chemotherapie. Door dit fenomeen kan u zich sneller moe en futloos voelen.

Daarom is het belangrijk om alert te zijn bij de volgende symptomen:

Symptomen

- Vermoeidheid
- Een bleke huidskleur
- Kortademigheid zowel bij rust als bij inspanningen
- Een koud gevoel hebben.

Aanbevelingen

- ✓ Af en toe een rustmoment inlassen
- ✓ Vermijd extra inspanningen en voorkom uitputting
- ✓ Behoud uw dagelijkse activiteit want anders neemt de vermoeidheid nog meer toe
- ✓ Meer aanbevelen kunt u terugvinden bij het item vermoeidheid.

Trombopenie, een tekort aan bloedplaatjes

Indien het aantal bloedplaatjes daalt, is uw bloedstolling verstoord en bent u gevoeliger voor bloedingen.

Daarom is het belangrijk om alert te zijn bij de volgende symptomen:

Symptomen

- Frequente bloedneuzen
- Frequent bloedend tandvlees
- Bij vrouwen kunnen de menstruaties heviger zijn dan in normale omstandigheden
- Onderhuidse bloedingen. Denk maar aan blauwe plekken.

Aanbevelingen

- ✓ Bij het reinigen van uw gebit maakt u best gebruik van een zachte tandborstel, eventueel in combinatie met tandfloss
- ✓ Gebruik geen tandenstokers want deze kunnen bloedingen veroorzaken
- ✓ Gebruik voor het scheren een elektrisch scheerapparaat i.p.v. een scheermesje
- ✓ Indien u een pijnstiller wilt innemen, gebruikt u best geen acetylsalicylaten, beter bekend als aspirines, deze geneesmiddelen vergroten de kans op bloedingen
- ✓ Indien u uw nagels wil verkorten, dan raadt men aan om dit met behulp van een vijltje te doen i.p.v. met een schaar
- ✓ Zorg ervoor dat u geregeld stoelgangproductie heeft want bij constipatie hebt u de neiging om meer de persen waardoor er een groter risico is op bloedingen ter hoogte van de darmen
- ✓ Bij temperatuurmeting gebruikt u best een oorthermometer of plaatst u de thermometer onder de oksel. Plaats zeker geen thermometer rectaal want u kunt bloedingen en beschadiging veroorzaken ter hoogte van de darmwand.



Invloed op het maag-darmstelsel

Door uw therapie kunt u last hebben van nevenwerkingen ter hoogte van het maag- en darmstelsel. De chemotherapie werkt in op sneldelende cellen zoals ter hoogte van de mond- en darmslijmvliescellen sneldelende cellen zijn en chemotherapie werkt hierop in. U kunt geconfronteerd worden met mucositis (ontsteking slijmvliescellen ter hoogte van de mond en het maag-darmstelsel), misselijkheid en braken, verstoord stoelgangspatroon, gewichtsverlies en smaakverandering.

Mucositis, ontsteking van de slijmvliessen (1)

Een ontstekingsreactie ter hoogte van de slijmvliescellen wordt mucositis genoemd. Dit kan zich voordoen ter hoogte van de mond en het maag-darmstelsel.

Daarom is het belangrijk om alert te zijn bij de volgende symptomen:

Symptomen

- Klachten ter hoogte van de mond en de darmen
- Verminderde eetlust
- Aanwezigheid van zwelling, roodheid en aften ter hoogte van de mondholte
- Moeilijkheden en pijn bij het kauwen, slikken en spreken
- Koud gevoel hebben.

Aanbevelingen

- ✓ Een goede mondhygiëne uitvoeren. Dit kunt u doen door twee keer per dag uw gebit te reinigen met een zachte tandenborstel en eventueel gebruik te maken van tandfloss
- ✓ Na iedere maaltijd is het belangrijk om goed te spoelen met neutrale spoelmiddelen. Hoe meer u uw mond spoelt, hoe beter
- ✓ Gebruik geen tandenstokers want deze kunnen bloedingen veroorzaken
- ✓ Indien uw een kunstgebit heeft en u hebt te veel last van pijn, kan de pijn verzacht worden door even uw gebit niet te dragen
- ✓ Zorg ervoor dat uw lippen voldoende bevochtigd zijn, eventueel kunt u gebruik maken van lippenbalsem of cacaoboter
- ✓ Drink geregeld of zuig op een ijsblokje, zodat uw mond vochtig blijft. U kunt ook geregeld een suikervrije kauwgom innemen
- ✓ Vermijd te warme, te gekruide en te zure spijsen indien u last heeft van

Mucositis, ontsteking van de slijmvliessen (2)

Aanbevelingen

- ✓ Drink zou weinig mogelijk koolzuurhoudende dranken en alcohol want deze kunnen het mondslijmvlies beschadigen
- ✓ Gebruik zoveel mogelijk voedingsmiddelen op kamertemperatuur. Warme gerechten mag u zeker eten maar zorg ervoor dat deze niet te warm hebben
- ✓ Het eten en drinken van koude gerechten kan aangenaam zijn maar kan ook de pijn vergroten. Hier moet u zelf aftoetsen wat u best verdraagt
- ✓ Indien het eten van gewone voeding te pijnlijk is, kunt u smeukige en vloeibare voeding eten. U kunt eventueel gebruik maken van een rietje, zo is er minder contact met voeding ter hoogte van het mondslijmvlies en de inname voeding verloopt minder moeizaam.

Misselijkheid en braken

Misselijkheid en braken zijn nevenwerkingen waar heel wat patiënten last van ondervinden. Er bestaan verschillende types van misselijkheid en braken.

Soorten

- Acute misselijkheid en braken komt voor binnen de 24uur na de toediening van chemotherapie
- Laattijdige misselijkheid en braken komt voor tussen dag 2 en dag 7 na de toediening van chemotherapie
- Ook anticiperende misselijkheid en braken kunnen optreden. Dit komt meestal voor wanneer u zich aanmeldt in het ziekenhuis of op de afdeling.

Voor uw behandelende arts is het van groot belang om te weten welk type misselijkheid en braken u heeft want zo kan men de meest passende therapie opstarten.

Aanbevelingen

- ✓ Preventief kan de arts bepaalde geneesmiddelen voorschrijven. Denk maar aan Litcan®, Emend® en Zofran®. Ook wordt er soms preventief cortisone, zoals Medrol®, voorgeschreven
- ✓ Indien u last heeft van misselijkheid en braken, is het aangewezen om uw eetpatroon aan te passen. Eet kleinere en licht verteerbare maaltijden
- ✓ Dwing u zelf niet om iets te eten
- ✓ Bij hevige misselijkheid is het beter om even te wachten om iets te eten
- ✓ Bij het eten van een maaltijd is het belangrijk om dit rustig te doen
- ✓ Zorg ervoor dat u dagelijks voldoende drinkt, minstens 1.5 liter per 24u.



Diarree

Doordat chemotherapie inwerkt op de sneldividende cellen ter hoogte van het maag-darmstelsel kan er een verandering in het stoelgangspatroon zijn. Wanneer u last heeft van waterige en dunne ontlasting die meer dan 4 keer per dag voorkomt, spreekt men van diarree.

Daarom is het belangrijk om alert te zijn bij volgende symptomen:

Symptomen

- Frequentie, meer dan 4 x per dag, waterige en dunne ontlasting
- Last van buikpijn- of krampen
- De stoelgang kan een andere kleur bevatten
- Bij bepaalde voedingsmiddelen bent u gevoeliger voor diarree
- Door de frequente ontlasting kunt u pijn en irritatie hebben ter hoogte van de anus
- Door de verstoorde opname ter hoogte van de darm, zult u minder frequent moeten plassen en de urine zal donkerder van kleur zijn.

Aanbevelingen

- ✓ Zorg ervoor dat u dagelijks voldoende drinkt, minstens 1.5 liter per 24u
- ✓ Eet licht verteerbare voedingsmiddelen en vermijd laxerende voedingsmiddelen zoals peperkoek, havermout, noten, onrijp fruit, ...
- ✓ Vermijd het eten en drinken van melkproducten, vetzig eten en vezelrijke groenten zoals broccoli en mais
- ✓ Drink geen cafeïne- of alcoholische dranken want deze drogen het lichaam nog meer uit
- ✓ Eet zetmeelrijk voedsel. Denk maar aan bananen, rijst en wit brood.

Indien de diarree langer dan 2 dagen aanhoudt of last heeft van bloed in de stoelgang is het aangewezen om uw arts te verwittigen.

Neuropathie

Oxaliplatine kan de kleine zenuwtakjes in het lichaam beschadigen, met als gevolg dat u last krijgt van tintelingen en/of een verdovend gevoel ter hoogte van de vingers, tenen, rond de mond en in de keel.

Daarom is het belangrijk om alert te zijn bij de volgende symptomen:

Symptomen

- Tintelingen of verdovend gevoel ter hoogte van de vingers, tenen, rond de mond en in de keel
- Krampen ter hoogte van de keel
- Het uitvoeren van de fijne motoriek zoals schrijven, knopen open en dicht doen verloopt moeizaam
- Vermindering van tastzintuig door verdovend gevoel in de vingers en tenen. De tintelingen en/ of het verdovend gevoel wordt opgewekt door de koude.

Aanbevelingen

- ✓ Vermijd elementen die een koude temperatuur bevatten
- ✓ Vermijd het drinken of eten van koude voedingsmiddelen
- ✓ Draag bij koude temperaturen handschoenen, een muts en een sjaal
- ✓ Indien u iets uit de diepvries of koelkast wilt halen, draag dan handschoenen
- ✓ Bij de uitvoering van hand- en lichaamshygiëne gebruikt u beter lauw of warm water.

Indien u last heeft van tintelingen en/ of verdovend gevoel meldt u dit best aan de arts.

Deze neuropathie verdwijnt meestal wanneer de behandeling beëindigd is bij het grotendeel van de patiënten. Echter bij een klein deel van de patiënten is deze neuropathie nog aanwezig maar samen met de arts wordt er gezocht naar verdere verbetering..



Vermoeidheid

Vermoeidheid is één van de meest voorkomende nevenwerkingen. U

kunt zich zowel lichamelijk als mentaal vermoeid voelen.

Daarom is het belangrijk om alert te zijn bij volgende symptomen:

Symptomen

- Uitputting over gans het lichaam zonder een bepaalde activiteit uit te voeren
- Vermoeidheid verbetert niet door een paar nachten goed en lang te slapen
- Vermindering in het dagelijks functioneren
- De vermoeidheid is de ene dag meer aanwezig dan de andere dag.

Aanbevelingen

- ✓ Indien het bereiden van een maaltijd te vermoeiend is, kunt u dit in stappen uitvoeren. Zo kunt u op voorhand bepaalde voedingsmiddelen versnijden.
- ✓ Bereid kleinere maaltijden, dit vraagt minder energie. Wanneer de voorbereiding van de maaltijd is voltooid, kunt u best even rusten vooraleer u verder werkt
- ✓ Plan uw activiteiten. Maak een lijst met activiteiten die op een bepaalde dag moeten uitgevoerd worden en vermeld welke activiteiten er kunnen wachten
- ✓ Maak een overzicht wanneer u een activiteit en een ontspanningsmoment plant
- ✓ Las geregeld korte rustperiodes in. Te lange rustperiodes maakt uw lichaam nog meer vermoeid
- ✓ Zoek een evenwicht tussen inspanning en ontspanning. Verhoog uw tempo niet voor bepaalde activiteiten, want de vermoeidheid kan toenemen
- ✓ Beweeg geregeld, te weinig beweging zorgt ervoor dat de vermoeidheid kan toenemen. Om dit te voorkomen kunt u een bewegingsplan opstellen.

Smaakverandering

Chemotherapie kan ervoor zorgen dat u last heeft van smaakverandering of vermindering. Dit komt doordat de smaakcellen sneldelende cellen zijn en dus ook aangevallen worden door chemotherapie.

De volgende symptomen kunnen zich voordoen:

Symptomen

- Bepaalde voedingsmiddelen lust u niet meer terwijl u deze voor de therapie erg lekker vond, bepaalde voedingsmiddelen at u vroeger niet en nu vindt u deze lekker
- U hebt last van een metaalsmaak, een bittere smaak of geen smaak
- Producten met een sterke geur of smaak roepen vaak tot afkeer zoals koffie, gebakken vlees, gefrituurde gerechten, sterk geurende bloemen, cosmetica, tabakslucht en schoonmaakproducten.

Aanbevelingen

- ✓ Vermijd producten met een sterke geur
- ✓ Pas uw eten aan uw nieuwe smaakvoorkeuren aan
- ✓ Gebruik producten die een minder uitgesproken smaak bevatten. Denk maar aan gekookte aardappelen, droge biscuits, eierkoeken met boter, brood, crackers, lange vingers, pap en jonge (smeer)kaas
- ✓ Door goed te kauwen hebt u meer smaakopname
- ✓ Aan bepaalde vleesgerechten kunt u een frisse toets geven door gebruik te maken van appelmoes, perzik of cranberry's
- ✓ Zorg ervoor dat u dagelijks voldoende drinkt, minstens 1.5 liter per 24u
- ✓ Indien u last heeft van metaalsmaak, kunt u gebruik maken van een plastic bestek.

Na de behandeling ondervinden enkele patiënten nog hinder van deze smaakverandering maar samen met de arts wordt er gezocht naar verdere verbetering.



Allergische reactie

Soms komt het wel eens voor dat een patiënt reageert op bepaalde producten die deel uit maken van hun therapie.

Bij een allergische reactie kunt u de volgende symptomen vertonen:

Symptomen

- Roodheid
- Huiduitslag
- Jeuk over gans het lichaam
- Kortademigheid
- Rillingen
- Bleke huidskleur met opgezwollen oogleden
- Duizeligheid.

Aanbevelingen

- ✓ **Indien u een allergische reactie vertoont, moet u onmiddellijk de arts of het verplegend personeel verwittigen.** Zij zullen uw behandeling stopzetten en uw parameters (bloeddruk, temperatuur, pijn,...) controleren en onderzoeken wat de oorzaak is.

Seksualiteit en vruchtbaarheid

Seksualiteit

Gedurende uw behandeling kan uw seksueel functioneren aangetast zijn. Deze aantasting is vaak het gevolg van de nevenwerkingen van uw therapie. Het kan dat uw zin in geslachtsgemeenschap verminderd is. Het is belangrijk om hierover te spreken met uw partner.

Indien u geslachtsgemeenschap heeft, is het aangewezen om zowel tijdens en tot één maand na de behandeling gebruik te maken van een condoom. De reden hiervoor is dat er mogelijk contact kan zijn met eventuele resten van chemotherapie in bepaalde lichaamsvloeistoffen.

Vruchtbaarheid

Chemotherapie kan een invloed hebben op de vruchtbaarheid, zowel bij de man als bij de vrouw. Bij jonge mensen zal men na gaan of er een kinderwens is. Indien dit het geval is zal men de zaad- en eicellen invriezen. Echter moet bij de man het sperma voor aanvang van de therapie nog van goede kwaliteit zijn.

De vrouw kan op een jongere leeftijd in de menopauze geraken. Daarnaast kan de vrouw een verandering in menstruele cyclus waarnemen waarbij het menstrueren uitblijft. Na de chemotherapie kan de menstruele cyclus zich echter weer herstellen maar er bestaat een kans dat de vrouw hierna onvruchtbaar is.

Indien men onvruchtbaar is, zowel bij de man als bij de vrouw, door de chemotherapie is het van groot belang om hierover te spreken met uw behandelend arts of oncologische verpleegkundige en met uw partner.



Tips en adviezen

U bent reeds gestart met uw behandeling, namelijk chemotherapie. Dit betekent dat u en uw familie tijdens en na de behandeling rekening moet houden met bepaalde voorzorgsmaatregelen.

- Vermijd contact met braaksel, urine en stoelgang. Dit kunt u doen door eventueel handschoenen aan te doen.
- Spoel het toilet tweemaal door steeds met een gesloten deksel
- Zowel mannen als vrouwen moeten tijdens hun behandeling al zittend plassen
- Gebruik als patiënt indien dit mogelijk is een persoonlijk toilet
- Na ieder toiletbezoek is het aangewezen om strikte handhygiëne uit te voeren (zie hiernaast het stappenplan) (Idewe , 2015)
- Indien de patiënt last heeft van braken en er is geen toilet voor handen, kan de patiënt gebruik maken van een emmer of bakje.
Maar nadien moet u de inhoud van de emmer of het bakje in het toilet ledigen en alles goed uit wassen
- Inname van medicatie gebeurt met voldoende water , namelijk één glas water per inname
- Bij seksueel contact gebruik steeds een condoom
- Drink dagelijks minstens 1.5 liter water
- Meet dagelijks de lichaamstemperatuur, liefst 's avonds en op een vast tijdstip
- Vermijd contact met zieke mensen
- Zorg voor strikte hand- en lichaamshygiëne.



Datum	Waar	Reden

Datum	Waar	Reden



Nota's

[illegible]



Uw gezondheid, onze zorg.

Oncologisch Support Team

Sint-Andriesziekenhuis vzw
Bruggestraat 84, 8700 Tiel
T 051 42 51 11 - F 051 42 50 20
info@sintandriestielt.be
www.sintandriestielt.be

15/05/18

