



Hoe omgaan met bijwerkingen van een kankerbehandeling met medicijnen

Hier vind je tips die je kunnen helpen als je bijwerkingen hebt van antihormonale therapie, chemotherapie, doelgerichte therapie of immunotherapie.

Op deze pagina

1. Ongewone vermoeidheid
2. Minder witte bloedcellen
3. Minder rode bloedcellen
4. Minder bloedplaatjes
5. Problemen met hart en bloedvaten
6. Misselijkheid en braken
7. Smaak- en reukveranderingen
8. Ontstoken mondslijmvlies en droge mond
9. Diarree en constipatie
10. Slikproblemen
11. Gewichtsverlies of gewichtstoename
12. Ontregelde bloedsuikerspiegel
13. Kortademigheid (dyspneu)
14. Werking nieren en blaas
15. Vochttopstapeling (oedeem)
16. Haarverlies
17. Huidveranderingen
18. Hand-voetsyndroom
19. Nagelveranderingen
20. Overgevoelighedsreacties
21. Oogproblemen
22. Oorsuizingen en een verminderd gehoor
23. Grieperig gevoel en koorts
24. Tintelingen of voos gevoel
25. Lees ook
26. Raadpleeg je arts als een van de volgende problemen optreedt

De mogelijke bijwerkingen zijn afhankelijk van welke behandeling jij krijgt ([antihormonale therapie](#), [chemotherapie](#), [doelgerichte therapie](#) of [immunotherapie](#)). Elk kankermedicijn heeft een unieke werking en daardoor specifieke nevenwerkingen. Je

zorgverlener zal je uitleggen welke dat bij jou kunnen zijn en hoe je er het best mee kunt omgaan.

Ongewone vermoeidheid

Vermoeidheid is de meest voorkomende klacht of nevenwerking tijdens en na een kankerbehandeling. Ze kan zich ook uiten als geheugen- en/of concentratieproblemen.

De oorzaken kunnen zeer uiteenlopend zijn: de werking van de geneesmiddelen, de afbraak van kankercellen, bloedarmoede, een tekort aan bepaalde voedingsstoffen of de emotionele beleving van je ziekte.

Vermoeidheid behandelen is een complex gegeven. Aangezien er meerdere oorzaken zijn, zijn er ook meerdere oplossingen. Toch kunnen de klachten niet altijd volledig verholpen worden.

Enkele tips

- Zorg voor voldoende rust en ontspanning.
- Zorg ook voor voldoende beweging.
- Kies voor evenwichtige voeding (zie [Eten en drinken](#)) zodat je voldoende energie opneemt.
- Bespreek je vragen, bekommernissen of zorgen met een van onze zorgverleners. We verwijzen je graag door naar de juiste persoon die samen met jou naar een oplossing zal zoeken.

Minder witte bloedcellen

Je behandeling kan je beenmerg onderdrukken waardoor er een tekort aan witte bloedcellen ontstaat. Dat verzwakt je afweersysteem en zo word je gevoeliger voor infecties.

Hoe herken je een infectie?

- Koorts is meestal een symptoom van een infectie. Koorts of rillen zijn tekenen die je altijd moet melden aan je behandelend arts. Ze kunnen een reden zijn voor een spoedopname.
- Niet elke infectie gaat gepaard met koorts. Infecties kunnen voorkomen op verschillende plaatsen in je lichaam en de symptomen kunnen divers zijn. Bij een blaasontsteking kan je bijvoorbeeld pijn hebben als je plast, bij een luchtwegeninfectie kan je hoesten of ademhalingsproblemen hebben en bij een darminfectie kan je bijvoorbeeld diarree hebben.

- Meld nieuwe symptomen of klachten altijd aan je behandelend arts.

Voorkom infecties

Mogelijk krijg je met een injectie medicijnen toegediend om de aanmaak van witte bloedcellen een 'boost' te geven.

Zo voorkom je infecties:

- Zorg voor een goede mondhygiëne en lichaamshygiëne.
- Voorkom wondjes.
- Vermijd contact met mensen die bijvoorbeeld griep hebben.
- Vermijd langdurig contact met baby's en kleine kinderen.

Minder rode bloedcellen

Ook het aantal rode bloedcellen kan verminderen tijdens je behandeling. Net zoals bij de witte bloedcellen en bloedplaatjes is dat het gevolg van de onderdrukte werking van je beenmerg. Symptomen van een lager aantal rode bloedcellen zijn vermoeidheid, kortademigheid en een verminderd uithoudingsvermogen.

Normaal gezien is het beenmerg in staat om het aantal rode bloedcellen zelf weer op het normale niveau te krijgen, maar soms blijft dat te laag en is een bloedtransfusie, extra ijzertoediening of groeistimulerende medicatie nodig.

Minder bloedplaatjes

De onderdrukte werking van het beenmerg kan ook tot minder bloedplaatjes leiden, al komt dat minder frequent voor dan bij de rode en witte bloedcellen.

Een daling van de bloedplaatjes kan bloedingen veroorzaken. Mogelijke signalen zijn een bloedneus, blauwe plekken, tandvleesbloedingen ... Meld die onmiddellijk aan de verpleegkundigen of je behandelend arts!

Gebruik je bloedverdunnende medicatie, zoals bloedverdunners, aspirine of ontstekingsremmers? Meld dat dan zeker aan je behandelend arts.

Let er zeker ook op om wondjes te voorkomen. Bloedplaatjes zorgen mee voor de bloedstolling na een kwetsuur. Als je minder bloedplaatjes hebt, kan een wonde langer blijven bloeden of kunnen er grote hematomen (bloeduitstortingen) optreden.

Problemen met hart en bloedvaten

Sommige kankermedicijnen kunnen je **bloeddruk** verhogen. Een regelmatige controle is aangewezen, eventueel ook thuis. Blijft je bloeddruk lang te hoog? Dan kan het nodig zijn om medicatie op te starten.

Als je hart minder goed je bloed rondpompt of als je lang een hoge bloeddruk hebt, kan er zich vocht ophopen buiten de bloedbaan. In de omliggende weefsels ontstaat dan oedeem.

Besprek die klachten met je behandelend arts zodat die de oorzaak kan zoeken en de juiste behandeling kan opstarten.

Misselijkheid en braken

Misselijkheid en braken zijn frequent voorkomende klachten die ontstaan door je ziekte en behandeling. Het is moeilijk om de oorzaak van die klachten aan te duiden. Sommige geneesmiddelen werken rechtstreeks in op je maagslijmvlies. Andere werken eerder centraal en prikkelen bijvoorbeeld het braakcentrum in de hersenen.

Je ziekte en behandeling zijn ingrijpende gebeurtenissen in je leven. Daardoor kan het ook zijn dat klachten zoals misselijkheid en braken eerder een psychologische oorsprong hebben.

De behandeling van misselijkheid en braken is afhankelijk van de oorzaak. Er bestaan heel wat medicijnen die je klachten kunnen verminderen of doen verdwijnen. Als je blijft braken, is het belangrijk om voldoende vocht en voedingsstoffen binnen te krijgen. Regelmatig kleine hoeveelheden eten, kan dan een hulpmiddel zijn om toch voldoende voedingsstoffen op te nemen. Als je klachten niet onder controle raken, kan een ziekenhuisopname aangewezen zijn.

Smaak- en reukveranderingen

Smaak- en reukveranderingen zijn niet ongewoon tijdens je behandeling. Ze kunnen een grote impact hebben op je beleving en voedingspatroon.

Vaak zal het een hele zoektocht worden naar voedingsmiddelen die jij als positief ervaart. Die zoektocht moet je niet alleen aangaan. Vraag raad aan de diëtisten in ons ziekenhuis. Zij hebben heel wat ervaring met dergelijke klachten en kunnen je heel wat tips en hulpmiddelen aanbieden.

De smaak- en geurbeleving is voor iedereen anders. De zoektocht naar smaken en geuren die je wel bevallen, is dus een individueel proces.

Ontstoken mondslijmvlies en droge mond

Door je behandeling kan je mondslijmvlies ontsteken. Dat kan resulteren in roodheid, zwelling, zweertjes en pijn. We noemen dat stomatitis of mucositis. Door de pijn heb je mogelijk minder zin om te eten of drinken en/of heb je moeite om te slikken.

Het kan ook zijn dat je minder speeksel aanmaakt waardoor je een **droge mond** krijgt. Ook dat kan je voedingspatroon beïnvloeden en/of slikproblemen veroorzaken.

Door die klachten kan je vermageren of ondervoed raken. Daarom is het belangrijk dat je ze bespreekt met de verpleegkundigen of je behandelend arts. Zij kunnen je indien nodig doorverwijzen naar een van onze voedingsdeskundigen.

Wat kan je zelf doen?

Zie ook Mondhygiëne

- Zorg voor een goede mondhygiëne, preventie is belangrijk!
- Raakt je mondslijmvlies toch ontstoken, ondanks de voorzorgen die je nam? Er bestaan bijvoorbeeld verzachtende mondspoelmiddelen waardoor je toch kan eten. Mogelijk krijg je de raad om tijdelijk te kiezen voor zachte of vloeibare voeding.
- Lasertherapie is een hulpmiddel om de pijn in je mond te verlichten. Daarmee kunnen we wondjes behandelen en zo de pijn proberen te verminderen. De lasertherapie zorgt er vaak mee voor dat het mondslijmvlies zich sneller herstelt.

Diarree en constipatie

Heel wat kankerbehandelingen richten zich op sneldelende cellen. Die zitten ook in je mondslijmvlies en je darmvlies. Daardoor kan je behandeling ook die gezonde weefsels mee aantasten.

Als je darmvliescellen aangetast zijn, kan je diarree krijgen. Aanhoudende diarree heeft op zijn beurt gevolgen voor de vochtbalans van je lichaam. Probeer voldoende vocht binnen te krijgen en de diarree onder controle te krijgen. Voldoende drinken is de boodschap.

Je behandeling kan ook de beweeglijkheid van je darm aantasten en daardoor diarree of constipatie veroorzaken.

Bespreek met je arts welke medicatie je kan nemen.

Soms kan het raadzaam zijn om je voedingsgewoonten aan te passen en bijvoorbeeld meer of minder vezels te eten. Bespreek dat met een van onze diëtisten!

Slikproblemen

Afhankelijk van de plaats waar de tumor zit, kan slikken moeilijker worden. Slikproblemen kunnen ook het gevolg zijn van een mondslijmvliesontsteking of droge mond (zie [Ontstoken mondslijmvlies en droge mond](#)).

Slikproblemen kunnen je voedsel- en vochtinname stevig aantasten. Het is belangrijk dat je ze signaleert aan je behandelend arts zodat die ze mee kan opvolgen en je indien nodig kan doorverwijzen naar een diëtist. De behandeling zal afhankelijk zijn van de oorzaak.

Wat kan je zelf doen?

- In overleg met je arts en/of diëtist overschakelen op vloeibare of zachte voeding, bijvoeding en indien nodig zelfs sondevoeding.
- Onderliggende klachten zoals mondslijmvliesontsteking laten opvolgen en behandelen.

Gewichtsverlies of gewichtstoename

Afhankelijk van je behandeling kan je gewicht afnemen of toenemen.

Als je onvoldoende voedingsstoffen opneemt, kan je vermageren. Mogelijke oorzaken zijn een [mondslijmvliesontsteking](#), [slikproblemen](#), [smaakveranderingen](#) en [aanhoudende diarree](#).

Tijdens je behandeling controleren we regelmatig je gewicht. Als je sterk vermagert, volgen we dat nauw op. Vermageringsdiëten zijn even niet aan de orde.

Je gewicht kan niet alleen afnemen, maar ook toenemen. Vochtophoping ([oedeem](#)) kan je gewicht snel doen stijgen en kan een teken zijn van problemen met je [hart](#) of [nieren](#).

Ook hormoontherapie kan je gewicht sterk beïnvloeden.

Je veranderde levensstijl en bewegingspatroon kunnen ook je gewicht beïnvloeden. Als je minder energie hebt en vermoeid bent, beweeg je mogelijk minder of anders dan voor je ziekte. Je spiermassa kan afnemen en je vetmassa toenemen waardoor je lichaamsgewicht verandert.

Ontregelde bloedsuikerspiegel

De meest voorkomende oorzaak van een ontregelde bloedsuikerspiegel is de toediening van cortisonen. Die worden zeer vaak gebruikt als ondersteunende medicatie tijdens je behandeling. Ze kunnen andere geneesmiddelen versterken en ervoor zorgen dat je lichaam bepaalde geneesmiddelen beter opneemt. Daardoor zijn ze bij veel kankerbehandelingen onmisbaar. Ze hebben wel als nadeel dat ze je bloedsuikerspiegel sterk kunnen verstoren en je waarden doen stijgen.

Hoe weet ik of mijn bloedsuikerspiegel is verhoogd?

- Frequent plassen, dorstgevoel, vermoeidheid, lusteloosheid en slaperigheid.
- Een verminderde eetlust, misselijkheid en vermagering.

Kortademigheid (dyspneu)

Kortademigheid is een belangrijke klacht of bijwerking. Ze ontstaat of verergert door de ziekte zelf of door de behandeling.

Bij sommige kankersoorten kan er bijvoorbeeld druk ontstaan op je luchtwegen of kunnen je luchtwegen vernauwd of verstopt raken. Daardoor ervaar je kortademigheid of ademnood.

Bepaalde kankermedicijnen kunnen je longen en/of luchtwegen beschadigen of een infectie veroorzaken.

Bespreek nieuwe klachten of verergering van bestaande klachten altijd met je behandelend arts.

Werking nieren en blaas

Sommige behandelingen doen de hoeveelheid eiwit in de urine stijgen. Daarom controleren we voor elke toediening het eiwitgehalte in je urine. Zo kunnen we nagaan of je nieren goed werken.

Nierontstekingen komen ook voor. De belangrijkste symptomen zijn koorts en pijn.

De nieren spelen een belangrijke rol bij de afbraak en verwerking van afvalstoffen in ons lichaam. Die afvalstoffen kunnen afkomstig zijn van de gebruikte kankermedicijnen. Het kunnen ook afvalstoffen zijn van lichaamscellen die afgebroken werden door de behandeling.

Bepaalde medicijnen kunnen ook je blaas irriteren.

Vochttopstapeling (oedeem)

Oedeem is vochtophoping in je lichaam op plaatsen waar normaal geen vocht aanwezig is. Dat uit zich bijvoorbeeld in vochtkussentjes in je voeten en onderbenen.

Er zijn meerdere oorzaken mogelijk: een verminderde pompfunctie van je hart, een hoge bloeddruk (hypertensie) of een vernauwing of afsluiting van een slagader in of naar je been (perifeer vaatlijden).

Vochtafdrijvende medicatie kan een oplossing bieden, maar belangrijker is het om de juiste oorzaak te achterhalen en die te behandelen.

Haarverlies

Sommige kankermedicijnen werken in op je haarfollikels en beschadigen je haar: je haar verdunt of valt uit.

Meestal begin je een tiental dagen na de start van je behandeling haar te verliezen. Je vindt bijvoorbeeld haren terug op je kussen of na het douchen. Je hoofdhuid kan ook pijn doen.

Er bestaan hulpmiddelen om haarverlies te voorkomen of te beperken. Bij sommige behandelingen is hoofdhuidkoeling met een ijskap een optie.

De ijskap 'bevriest' dan je haarfollikels en beschermt ze zo tegen de gebruikte geneesmiddelen. Het resultaat verschilt van persoon tot persoon: sommige mensen kunnen er hun haar door behouden, bij andere verdunt het of valt het toch uit.

Het haarverlies is bijna altijd tijdelijk. Meestal begint het enkele weken tot maanden na het einde van de behandeling opnieuw te groeien. Soms verandert de kleur of de structuur.

In uitzonderlijke gevallen is het haarverlies definitief

Wat kan je doen?

- Aan je arts vragen of je in aanmerking komt voor preventieve hoofdhuidkoeling met een ijskap. Laat je haren alvast inkorten, de ijskap kan je hoofdhuid dan beter bereiken.
- Een pruik dragen.
- Een hoofddeksel dragen, bijvoorbeeld een hoed, muts, doek. Er bestaat een heel gamma aan mogelijkheden. We kunnen je een adressenlijst bezorgen.
- Wat make-up gebruiken als je je daar goed bij voelt.

Haarverlies kan ingrijpend zijn. Geef aan hoe je je daarbij voelt. Een gesprek met een zorgverlener zoals een psycholoog kan je misschien helpen om er beter mee om te gaan of het te aanvaarden.

Huidveranderingen

Je behandeling kan gevolgen hebben voor je huid, bijvoorbeeld droogheid, schilferigheid, huidkloven, huidverkleuring, jeuk of huiduitslag.

Wat kan je doen?

- Draag extra zorg voor je huid. Gebruik bijvoorbeeld badolie of een neutrale, niet-geparfumeerde zeep.
- Voorkom uitdroging en gebruik regelmatig een bodycrème.
- Bescherm je huid tegen irritatie en verwondingen. Draag bijvoorbeeld handschoenen als je in de tuin werkt.

Bij zogenaamde doelgerichte therapieën kan een **heel typische huiduitslag**, vergelijkbaar met acne, ontstaan. Dat gebeurt soms al enkele dagen na de start van de behandeling. Die huiduitslag zien we meestal op het gelaat, de hoofdhuid, de borststreek, de hals, de schouders en de bovenrug. In sommige gevallen komt een ernstige vorm voor.

Wat kan je doen?

- Gebruik geen vette crème op plaatsen met acne.

Bepaalde behandelingen veroorzaken een **verhoogde gevoeligheid voor zonlicht**. Je verbrandt dan veel sneller bij contact met zonlicht. Niet alleen rechtstreeks contact met zonlicht is te beperken of af te raden, ook achter glas kan je huid sneller verbranden.

Wat kan je doen?

- Vermijd blootstelling aan de zon, gebruik altijd een beschermende zonnecrème met voldoende hoge factor (minstens factor 30).
- Gebruik geen zonnebank.

- Draag beschermende kledij en zoek eerder de schaduw op.

Hand-voetsyndroom

Het hand-voetsyndroom is een specifieke huidverandering die vooral voorkomt op de handpalmen en/of voetzolen.

Veel voorkomende symptomen zijn roodheid, zwelling, droogheid, kloven, jeuk en pijn.

Die symptomen kunnen optreden na enkele dagen of weken. Na het einde van de behandeling verdwijnen ze geleidelijk aan.

Wat kan je zelf doen om de symptomen te vermijden of verminderen?

- Hydrateer je huid goed met een vochtinbrengende crème of zalf. Blijf dat zeker doen tijdens de behandeling.
- Vermijd spannende schoenen.
- Stel je handen en voeten niet bloot aan extreme koude of warmte.
- Draag eventueel handschoenen, die kunnen extra bescherming bieden.

Wat kan je doen als je het hand-voetsyndroom hebt?

- Probeer warmte te vermijden en breng eerder koelte aan. Koudwaterbaden kunnen bijvoorbeeld verlichting geven.
- Probeer irritatie en wrijving door kleren en schoenen te vermijden en pas je kledij aan.
- Breng 's avonds voor je gaat slapen een dikke laag vochtinbrengende crème aan en trek daarna losse katoenen handschoenen en kousen aan. Zo kan de crème langer intrekken.

Nagelveranderingen

Door de behandeling kunnen je nagels broos worden, afbrokkelen, splijten of verkleuren. Op termijn zullen ze zich herstellen. De schade en de hersteltermijn hangen af van de soort behandeling.

Preventieve 'koudetherapie' kan de bloedvaten in je handen en voeten doen vernauwen waardoor de gebruikte medicijnen minder diep kunnen doordringen. Daardoor verkleint de kans op nagelbeschadiging.

Andere behandelingen veroorzaken nagelriemontstekingen. Dan is soms extra medicatie nodig

Wat kan je zelf doen om een nagelriemontsteking te voorkomen?

- Gebruik vanaf het begin van je behandeling een nagelversteviger om inscheuringen te vermijden.
- Hou je nagels kort.
- Draag eventueel handschoenen om te vermijden dat je blijft haken met je nagels.

Overgevoelighedsreacties

Sommige geneesmiddelen kunnen acute overgevoelighedsreacties veroorzaken tijdens de toediening. Mogelijke symptomen zijn huiduitslag (eventueel over heel het lichaam), roodheid van het gelaat, gezwollen tong, sliklast, een gevoel van benauwdheid, lage bloeddruk, snelle hartslag, koorts of rillingen.

Het is belangrijk dat je zulke gewaarwordingen onmiddellijk meldt aan de verpleegkundigen of arts.

Om overgevoelighedsreacties te voorkomen, krijg je voor de toediening van de kankermedicijnen 'premedicatie' zoals cortisonen en antiallergische medicatie.

Oogproblemen

Bij sommige producten kan je last ondervinden aan je ogen. Mogelijke klachten zijn pijnlijke ogen, irritatie, een schurend gevoel, roodheid, ontstoken oogranden, tranende ogen of korstjes in de ogen als je wakker wordt. Die klachten kunnen al enkele dagen na de toediening voorkomen. Ze verdwijnen doorgaans spontaan nadat je behandeling gestopt is.

Wat kan je zelf doen?

- Gun je ogen zoveel mogelijk rust als je hinder ondervindt.
- Draag een zonnebril en voorkom abrupte wisseling van lichtsterkte.
- Kijk televisie in een voldoende verlichte kamer.
- Soms is het nodig om oogdruppels of -zalf te gebruiken. Je arts schrijft die voor.

Oorsuizingen en een verminderd gehoor

Door je behandeling kan je minder goed horen of oorsuizingen hebben. Meestal is dat tijdelijk. Soms is een verminderd gehoor blijvend.

Vertel mensen dat je minder goed hoort, zodat je omgeving er rekening mee kan houden. Gesprekken voeren met meerdere mensen kan moeilijk zijn, probeer dat te vermijden.

Verwittig zeker je arts als je gehoorproblemen ondervindt.

Griepelig gevoel en koorts

Tijdens de behandeling kan je je griepelig voelen. Hoofdpijn, spierpijn, rillen en koorts kunnen wijzen op een normale reactie van je lichaam op de medicatie. Koorts moet je wel altijd melden aan je behandelend arts want het kan een teken van infectie zijn en moet altijd opgevolgd worden.

Tintelingen of voos gevoel

Tintelingen en een voos gevoel kunnen zich voordoen naarmate je behandeling vordert. Meestal verdwijnen de klachten spontaan nadat de behandeling is beëindigd. Het herstel kan wel langere tijd in beslag nemen.

Tintelingen en voosheid komen meestal voor in de vingertoppen en tenen. Dat kan hinderlijk zijn bij fijne bewegingen en als je stapt.

Ook minder goed warmte of koude gewaarworden, krachtverlies en pijn zijn mogelijke nevenwerkingen.

Bij behandelingen die zulke zenuwschade (neuropathie) veroorzaken, kunnen we 'koudetherapie' gebruiken. Door de handen en voeten te koelen, kunnen we de effecten van de geneesmiddelen beter controleren en de tintelingen verminderen of vermijden.

Lees ook

[Algemene aandachtspunten bij een kankerbehandeling met medicijnen](#)

→

Raadpleeg je arts als een van de volgende problemen optreedt

- koorts van 38°C of hoger of koude rillingen
- meer dan 24 uur hevig braken
- meer dan 48 uur diarree
- plots optredende en frequente bloedingen en blauwe plekken
- ongewone hoofdpijn
- extreme vermoeidheid of kortademigheid
- pijnlijke mond of keel
- branderig gevoel als je plast
- bloed in je urine

Vragen?

Begrijp je sommige informatie niet goed? Vraag dan uitleg aan je arts of een verpleegkundige.

Laatst bijgewerkt op 20/09/2024

Begeleiding en ondersteuning

Je staat er niet alleen voor. Voor een gesprek of ondersteuning kan je terecht bij het **oncologisch begeleidingsteam** van ZAS. Dat organiseert ook regelmatig **informatiesessies, workshops, praatcafés en andere activiteiten**.

Info ombudsdienst

Heb je een compliment of ben je niet tevreden?

Dat kan je via de website melden aan de Ombudsdienst: zas.be/ombudsdienst

VU: Willeke Dijkhoffz, Kempstraat 100, 2030 Antwerpen

Source: <https://www.zas.be/diensten/oncologisch-centrum-antwerpen/hoe-omgaan-met-bijwerkingen-van-een-kankerbehandeling-met-medicijnen>