Übelkeit

Hausmittel wie Ingwertee oder Spaziergänge an der frischen Luft wirken lindernd. Übelkeit ist oft psychosomatisch bedingt, daher ist Ablenkung sehr wichtig. Bei beginnender Übelkeit nehmen Sie bitte Kontakt mit Ihrem Arzt auf.

Kontakt

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an:

Dr. med. Gerd Deutschinoff, Oberarzt der Klinik für Innere Medizin
oder
Marianne Daake, Fachkraft für onkologische Pflege und Leitung der Station 60.

T (02331) 201-2312 / -2321
F (02331) 201-2334 / -2332
onkoamb@akh-hagen.de

AGAPLESION
ALLGEMEINES KRANKENHAUS
HAGEN

ANFAHRT

Zu Fuß benötigen Sie vom Hauptbahnhof aus etwa 15 bis 20 Minuten. Mit Verlassen des Bahnhofs halten Sie sich rechts und folgen dem Graf-von-Galen-Ring. Biegen Sie nach etwa 200 Metern links in den Bergischen Ring ein und folgen Sie dann der Beschilderung. Parkhäuser befinden sich am Ärztehaus selbst sowie am Krankenhaus.

Per Bus erreichen Sie die Haltestelle Allgemeines Krankenhaus vom Hauptbahnhof aus mit der Linie 521 und aus Hagen-Haspe mit den Linien 521 und 525.

AGAPLESION ALLGEMEINES KRANKENHAUS HAGEN
Grünstraße 35
58095 Hagen
T (02331) 201- 0
F (02331) 201-1002
info@akh-hagen.de
www.akh-hagen.de

AGAPLESION
ALLGEMEINES KRANKENHAUS
HAGEN

Die Chemotherapie - Das müssen Sie wissen

Information für Patientinnen und Patienten

www.akh-hagen.de

Liebe Patientinnen und Patienten,

eine Chemotherapie ist eine besondere Zeit für einen krebskranken Menschen. Der Körper reagiert auf die Behandlung, wodurch sich verschiedene Aspekte des täglichen Lebens ändern können. In dieser für Sie schweren Zeit möchten wir Sie unterstützen und Ihnen mit dieser Broschüre helfen, mit den neuen Lebensumständen bestmöglich umzugehen.

Hautpflege

Cremen Sie Ihre Haut während der Therapie stets gut ein. Besonders geeignet sind Cremes mit einem hohen Urea-Anteil. Die Chemotherapie macht die Haut sehr empfindlich gegenüber UV-Strahlen. Setzen Sie sich deshalb nicht direktem Sonnenlicht aus und achten Sie auf einen extra hohen Sonnenschutz (LSF 50+).

Medikamente auf Antikörperbasis verursachen spezielle Hautprobleme, die eine gute Fußpflege erfordern. Ihr Arzt wird Sie selbstverständlich auf mögliche Hautprobleme hinweisen und beraten.

Mundpflege

Die Mundpflege ist während der Behandlung sehr bedeutsam. Beachten Sie folgende Hinweise für eine gute Mundhygiene:

- Putzen Sie Ihre Zähne zweimal täglich mit einer sehr weichen Zahnbürste.
- Achten Sie auf milde Produkte. Zu scharfe Mundspülungen und Zahncremes können Ihrer Mundflora schaden.
- Zitronen helfen auf natürliche Weise gegen therapiebedingte Mundtrockenheit; Ananas hilft bei Belägen im Mund.

Sport und Bewegung

Ein gesundes Maß an körperlicher Anstrengung steigert das Wohlbefinden während der Chemotherapie und führt dazu, dass Nebenwirkungen seltener auftreten. Geeignete Aktivitäten sind beispielsweise Spaziergänge, Fahrrad fahren, Training zu Hause (z.B. Home-Trainer oder Muskelspannungsübungen) und Dehnübungen. Verzichten Sie auf Schwimmen und Saunabesuche. Wichtig: Überanstrengen Sie sich nicht! Eine moderate körperliche Betätigung ist völlig ausreichend.

Ernährung

Während der Chemotherapie müssen Sie Ihre Ernährung nicht umstellen. Es gibt keine spezielle Krebsdiät. Alles, was Ihnen schmeckt und vertragen wird, darf gegessen werden. Auch Alkohol ist in geringen Maßen erlaubt.

Manche Formen der Chemotherapie greifen das Immunsystem an. Dann sind folgende Hinweise wichtig: Folgen Sie dem Credo **„Peel it, boil it or forget it!“ („Schäl‘ es, koch‘ es oder vergiss es!“).** Alles, was nicht geschält oder gekocht werden kann, sollten Sie während der Therapie nicht zu sich nehmen. Auch Nüsse, Schimmelkäse und Chips sollten Sie vom Speiseplan streichen.

AGAPLESION
ALLGEMEINES KRANKENHAUS
HAGEN

Nebenwirkungen

Ihr behandelnder Arzt wird Sie über mögliche Begleiterscheinungen Ihrer Chemotherapie aufklären und beraten. Für alle Nebenwirkungen gilt: Suchen Sie einen Arzt auf, wenn die Begleiterscheinungen zu stark werden! Folgende Hinweise können Sie im Umgang mit möglichen Nebenwirkungen Ihrer Chemotherapie unterstützen:

Haarausfall

Haarausfall ist während der Chemotherapie leider nicht vermeidbar. Aber: Nicht alle zur Behandlung benötigten Medikamente haben einen völligen Haarverlust zur Folge. Viele dünnen die Haare nur aus.

Gerne stellt Ihnen Ihr Arzt eine Bescheinigung für einen Haarersatz aus. Die Kosten werden von den Krankenkassen entweder ganz übernommen oder bezuschusst. Die Kostenbeteiligung hängt von der Qualität und der Ausführung des Haarersatzes ab.

Durchfall

Bei mehr als fünf Stühlen pro Tag oder wässrigem Stuhl schaffen gängige Medikamente gegen Durchfall Abhilfe. Bei sehr starkem Durchfall suchen Sie bitte dringend einen Arzt auf, da der Flüssigkeitsverlust gefährlich werden kann.

Fieber

Kalte Wadenwickel oder Paracetamol können leichtes Fieber senken. Fieber, das höher als 38,5 °C ist, muss dringend ärztlich abgeklärt werden, um eine Blutvergiftung auszuschließen.