



### > Haare

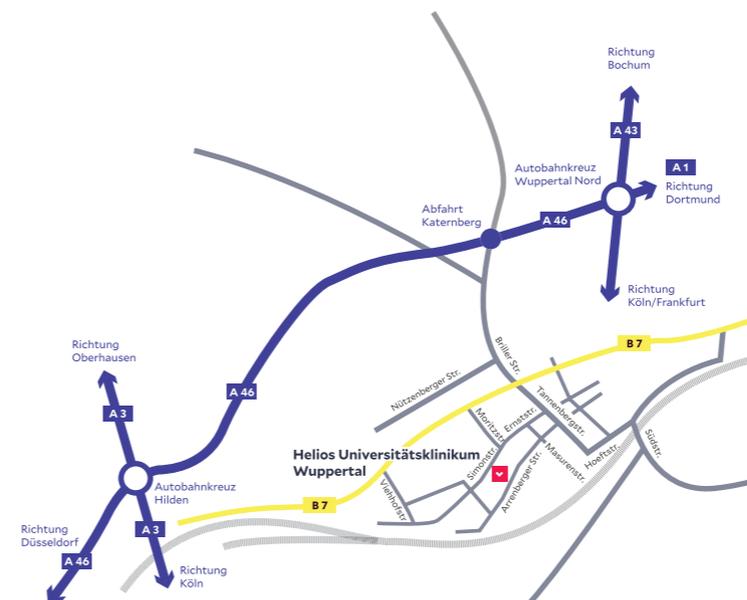
Auch die Haarwurzeln bestehen aus schnell wachsenden Zellen. Einige Patienten verlieren daher je nach verwendetem Medikament vorübergehend einen Teil oder alle Haare – wir werden Sie darauf hinweisen. Überlegen Sie, ob Sie für diesen Fall eine Perücke möchten. Wir empfehlen Ihnen Spezialisten vor Ort.

### > Entspannen Sie sich!

Insgesamt sollten Sie sich viel Ruhe gönnen und nur im Rahmen Ihrer Kräfte aktiv sein. Etwas Bewegung ist hilfreich, gute Gespräche und ein „Verwöhnen“ mit allem, was Ihnen schmeckt – auch ein Glas Wein oder Sekt kann erlaubt sein. Autogenes Training, Yoga oder Meditation tun gut – im Rahmen einer Rehabilitation können Sie diese Techniken erlernen.

### > Auch die Seele braucht Hilfe

Es ist ganz natürlich, dass Ihre Erkrankung Ihnen Angst und Sorgen bereitet oder sogar depressive Verstimmungen auslöst. Deshalb bieten wir Ihnen eine umfassende seelische Unterstützung durch Psychoonkologen, seelsorgerische und therapeutische Gesprächsangebote und natürlich die ausführliche ärztliche Beratung. Nutzen Sie diese Möglichkeiten, entlasten Sie sich und fragen Sie nach! Es ist hilfreich, dass Sie nach vorne schauen, denn eine optimistische Sicht trägt auch zur Heilung bei. Sie werden in der nächsten Zeit eingeschränkt sein und sich oft unwohl fühlen. Seien Sie dennoch zuversichtlich und vertrauen Sie auf die Medizin und auf Ihre Selbstheilungskräfte.



### Helios Universitätsklinikum Wuppertal Universität Witten/Herdecke

Medizinische Klinik 1 – Abteilung für  
Internistische Onkologie und Palliativmedizin  
Chefarzt: Dr. med. Oliver Schmalz

Heusnerstraße 40, 42283 Wuppertal

T (0202) 896-33 66 (24 Std. erreichbar)  
F (0202) 896-33 53  
oliver.schmalz@helios-gesundheit.de  
www.helios-gesundheit.de/wuppertal

IMPRESSUM  
Verleger: Helios Klinikum Wuppertal GmbH,  
Heusnerstraße 40, 42283 Wuppertal  
Druckerei: print24, Friedrich-List-Straße 3, 01445 Radebeul

Gut zu wissen

## Informationen zur Chemotherapie

Helios Universitätsklinikum Wuppertal



## Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

im Rahmen der Krebsbehandlung wurde Ihnen eine Chemotherapie verschrieben. Diese Behandlung in Form von Infusionen oder Tabletten ist sehr wirksam und wird von den behandelnden Ärzten genau auf Ihr Krankheitsbild abgestimmt. Wir verabreichen Ihnen die Therapie entweder ambulant, bei einzelnen Besuchen im Krankenhaus, oder stationär, also bei einem mehrtägigen Aufenthalt bei uns. Dauer und Art der Behandlung hängen von Ihrem Krankheitsbild ab, ebenso wie die ausgewählten Medikamente, die zum Teil sehr unterschiedlich wirken.

Folgende Unterlagen bringen Sie bitte mit:

- Entweder den Einweisungsschein für die stationäre Behandlung oder
- einen Überweisungsschein pro Quartal für die ambulante Behandlung
- Ihre Chipkarte der Krankenkasse
- Ihren Tumorpass
- Bitte sprechen Sie mit Ihrer Krankenkasse die Übernahme der Fahrtkosten ab.

Bitte wenden Sie sich jederzeit an uns, wenn Sie Fragen zur Organisation, zur Wirksamkeit oder auch zu den auftretenden Nebenwirkungen Ihrer Behandlung haben. Wir tun alles für Ihre rasche Erholung und sind rund um die Uhr für Sie da.

**Ihr Helios Universitätsklinikum Wuppertal**

## Diese Nebenwirkungen sind möglich

Die Chemotherapie hat in den letzten Jahren große Fortschritte in Wirksamkeit und Verträglichkeit gemacht. Leider führen die verschiedenen Medikamente bei einigen – nicht bei allen – Menschen zu Nebenwirkungen, über die wir Sie gerne im Vorfeld informieren möchten. Bitte sprechen Sie uns an, wenn Ihnen Veränderungen auffallen, denn es gibt heute viele Möglichkeiten, diese wirksam zu unterdrücken.

Außerdem können Sie zum Teil auch selbst vorbeugen und die Medizin bei der Heilung Ihres Körpers unterstützen, indem Sie etwa nicht rauchen oder sich vernünftig ernähren. Auch für die Zeit zwischen den Therapieterminen oder wenn Sie nach Ihrer Entlassung noch eine gewisse Zeit unter den Folgen der Nebenwirkungen leiden, haben wir Hinweise aufgeführt.

### ➤ Mund

Die Chemotherapie wirkt, indem sie schnell wachsendes Tumorgewebe angreift. Auch die menschliche Schleimhaut hat diese Eigenschaft und wird in Mitleidenschaft gezogen. Bei unangenehmem Geschmack, Schluckbeschwerden oder Entzündungen der Schleimhaut helfen

- Bonbons, Kaugummi und Kräutertee
- alkoholfreie Mundspülungen
- das Lutschen von Eiswürfeln
- eine sorgfältige Mundhygiene mit einer weichen Zahnbürste und fluoridreicher Zahnpasta.

### ➤ Übelkeit

Einige Medikamente nehmen direkten Einfluss auf das Brechzentrum im Gehirn, das mit Übelkeit und Erbrechen antworten kann. In den ersten 8 bis 10 Stunden nach der Verabreichung ist diese Wirkung am stärksten. Sie klingt meist in 2 bis 3 Tagen ab. Neben den effektiven Mitteln, die wir Ihnen schon vorbeugend verabreichen, helfen hier

- eine Scheibe Toast vor dem Aufstehen
- frischer Ingwer- oder Salbeitee, auch Kamillen- und Pfefferminztee
- langsames Kauen, kleine Portionen, keine fetten, scharfen und blähenden Speisen. Vorsicht bei Kaffee und kross Gebratenem.
- Bei Durchfall bitte viel trinken, günstig ist Brühe wegen des Salzgehaltes.
- Nutzen Sie die verordneten Medikamente nach Anweisung.

### ➤ Haut

Ihre Haut kann trocken werden, die Nägel brüchig. Hier helfen

- regelmäßiges Eincremen mit von uns empfohlenen Produkten
- benutzen Sie Nagelhärter und Lippenpflege
- wenig Seife, Shampoo, Duschgel, um die Haut nicht unnötig zu belasten.

### ➤ Immunsystem

Die Chemotherapie ist ein radikaler Angriff auf die Krankheit, aber auch ein Eingriff in den Körper. Das Blutbild verändert sich und sollte



regelmäßig kontrolliert werden. Nach der ersten Therapiewoche ist der niedrigste Stand von roten und weißen Blutplättchen zu erwarten.

Jetzt ist Ihr Immunsystem geschwächt und Sie sind anfällig für Infektionen. Deshalb meiden Sie möglichst den Kontakt zu Menschengruppen oder erkrankten Personen. Keimüberträger sind fremde Hände, Türgriffe etc. Waschen Sie sich die Hände nach solchen Kontakten mit milden Substanzen. Wir verordnen Medikamente, die die Neubildung von weißen Blutkörperchen fördern.