

# Behandelwijzer

## Oncologie

[www.nwz.nl](http://www.nwz.nl)

# Inhoud

## Contactgegevens

1. Waarom deze behandelwijzer?
2. Met welke zorgverlener heeft u te maken?
3. Wat is kanker?

## Inlegvellen A tot en met D

4. Bijwerkingen en adviezen hoe hiermee om te gaan
5. Met welke klachten belt u het ziekenhuis
6. Uw behandeling/behandelschema
7. Pijn
8. Ondersteuning tijdens en na uw behandeling
9. Praktische zaken: vakantie en vervoer
10. Wetenschappelijk onderzoek

## Inlegvellen

- A. Chemotherapie  
Uw chemokuur - bijwerkingen  
Chemotherapie - haarverlies en hoofdhuidkoeling  
Chemotherapie – zo gaat u veilig om met resten cytostatica
- B. Immunotherapie  
Immunotherapie- bijwerkingen
- C. Hormoonbehandeling  
Hormoonbehandeling - bijwerkingen
- D. Botversterkende medicijnen

## 1. Waarom deze behandelwijzer?

Afhankelijk wat u met uw arts heeft afgesproken, krijgt u een behandeling met:

- A. chemotherapie en/of
- B. immunotherapie en/of
- C. hormoonbehandeling en/of
- D. botversterkende medicijnen

In de behandelwijzer vindt u informatie die rondom uw behandeling belangrijk zijn.

### **Hoe gebruikt u de behandelwijzer?**

Voordat u met uw behandeling begint, krijgt u hierover uitleg van ons. Zo krijgt u een voorlichtingsgesprek met de verpleegkundige. U krijgt al met al veel informatie die u misschien niet in één keer onthoudt. In deze behandelwijzer kunt u daarom alles nog een keer rustig nalezen.

### **Neem bij elke afspraak de behandelwijzer mee**

Behalve met uw artsen en verpleegkundigen van Noordwest Ziekenhuisgroep, heeft u mogelijk ook contact met zorgverleners buiten het ziekenhuis. Denk aan uw huisarts, de wijkverpleegkundige, enzovoort. Het is belangrijk dat alle zorgverleners die bij uw behandeling betrokken zijn, op de hoogte zijn van uw behandeling. De behandelwijzer is daarom ook als informatiebron voor hen bedoeld. Neem de behandelwijzer dan ook bij iedere afspraak mee.



## 2. Met welke zorgverleners heeft u te maken?

U wordt behandeld door een oncologisch team. Dit team bestaat uit zorgverleners die zijn gespecialiseerd in onderzoek naar en behandeling van kanker. Ze werken zowel op locatie Alkmaar als Den Helder. We geven u uitleg over de belangrijkste zorgverleners rondom uw behandeling met chemotherapie, immunotherapie, hormoonbehandeling en/of botversterkende medicijnen.

### Uw arts

Binnen Noordwest zijn er verschillende artsen die gespecialiseerd zijn op het gebied van chemo- en immunotherapie en/of botversterkende medicijnen. Afhankelijk van uw diagnose kunt u te maken krijgen met een internist-oncoloog, internist-hematoloog of long-oncoloog. Hormoonbehandelingen schrijven ook andere specialisten voor, die hierin zijn gespecialiseerd. In deze behandelwijzer noemen we ze allemaal 'uw arts'.

### De hoofdbehandelaar

Er is altijd 1 arts eindverantwoordelijk voor uw behandeling. Dit is de arts die het meeste van uw behandeling weet. We noemen dit uw hoofdbehandelaar.

#### Wie is uw hoofdbehandelaar?

U heeft in elke fase van de behandeling een andere hoofdbehandelaar. Zo is de chirurg bij een operatie de hoofdbehandelaar, de radiotherapeut bij een bestralingsbehandeling en de oncoloog bij chemotherapie en/of hormonale therapie. Weet u niet wie uw hoofdbehandelaar is, vraag er dan naar bij uw zorgverlener.

### Verpleegkundigen

Er zijn diverse functies voor verpleegkundige, elk met hun eigen bevoegdheden en taken. In deze behandelwijzer noemen we ze 'uw verpleegkundige'.

Hieronder vindt u uitleg over de diverse functies:

- **verpleegkundig specialist.** Dit is een verpleegkundige die zich heeft gespecialiseerd in medische taken op het gebied van kanker. Op locatie Den Helder is een van hen uw vaste aanspreekpunt gedurende uw behandeling. U en uw naaste(n) kunnen bij haar terecht voor informatie over uw diagnose, behandeling en nazorg. Zo nodig verwijst zij u door naar andere zorgverleners van het oncologisch team.
- **verpleegkundig consulent/casemanager.** Dit is een verpleegkundige speciaal voor opvang en begeleiding van patiënten met kanker. Op locatie Alkmaar coördineert een van hen uw zorgtraject en is uw vaste aanspreekpunt gedurende uw behandeling. U en uw naaste(n) kunnen bij haar terecht voor informatie over uw diagnose, behandeling en nazorg. Zo nodig verwijst zij u door naar andere zorgverleners van het oncologisch team.
- **Oncologieverpleegkundige.** Dit is een verpleegkundige speciaal voor opvang, behandeling en begeleiding van patiënten met kanker tijdens de dagbehandeling of opname. Tijdens uw behandeling op de dagbehandeling of verpleegafdeling oncologie zijn zij uw eerste aanspreekpunt.

### **Meer informatie**

Wilt u meer weten over ons oncologisch team, kijk dan op [www.oncologie.nwz.nl](http://www.oncologie.nwz.nl).

### 3. Wat is kanker?

Kanker is de verzamelnaam voor aandoeningen waarbij lichaamscellen onge-reemd gaan delen. Er zijn wel meer dan 100 verschillende soorten kanker.

#### **Celdeling**

Ons lichaam is opgebouwd uit miljarden bouwstenen, oftewel cellen. Om te groeien en om beschadigde en verouderde cellen te vervangen, maakt ons lichaam voortdurend nieuwe cellen aan. Nieuwe cellen ontstaan door celdeling. Bij celdeling ontstaan uit 1 cel 2 nieuwe cellen. Uit deze 2 cellen ontstaan 4 cellen, enzovoort.

#### **Ontregelde celdeling**

De celdeling gaat meestal goed. Maar door toeval of allerlei schadelijk invloeden zoals roken of te veel zonlicht, kan er ook iets misgaan. Meestal zorgen zogenoemde reparatiegenen voor herstel van de schade. Maar soms maken deze genen fouten. Bij te veel fouten in dezelfde cel, gaat deze cel ongeremd delen. Het lichaam heeft de celdeling dan als het ware niet meer onder contro-le. Hierdoor ontstaat een gezwel, of een tumor. Een tumor kan goedaardig of kwaadaardig zijn.

#### **Goedaardige tumor**

Een goedaardige tumor groeit niet dóór andere weefsels heen en verspreidt zich ook niet door het lichaam. Een goedaardige tumor kan wél tegen omliggende weefsels of organen drukken. Verwijdering van de tumor kan dan toch nodig zijn.

#### **Kwaadaardige tumor - kanker**

Een kwaadaardige tumor kan niet alleen op omliggende weefsels en organen drukken, maar er ook in doordringen. Bovendien kunnen cellen van een kwaad-aardige tumor losraken en zich door de rest van het lichaam verspreiden. Dit zijn uitzaaiingen. Alleen bij een kwaadaardige tumor spreken we van kanker.

#### **Behandeling van kanker**

Omdat er veel verschillende soorten kanker zijn, zijn er ook veel verschillende

behandelingen. De behandeling van kanker is afhankelijk van:

- het soort kanker
- de grootte en plaats van de tumor
- of er uitzaaiingen zijn
- uw lichamelijke conditie

Kanker kan op verschillende manieren behandeld worden met:

- een operatie
- radiotherapie (bestraling)
- chemotherapie, immunotherapie en/of hormoontherapie
- een combinatie van deze behandelingen

### **Uw behandeling is maatwerk**

Afhankelijk van uw ziekte, het stadium hiervan en uw persoonlijke situatie zijn verschillende combinaties en volgordes van behandelingen mogelijk. Behandeling is dus maatwerk. U krijgt hier van uw arts uitleg over. Om een goede keuze te kunnen maken, kunt u 3 goede vragen stellen aan uw arts:  
wat zijn mijn mogelijkheden?

wat zijn de voor- en nadelen van die mogelijkheden?

wat betekent dat in mijn situatie?

Meer weten over 3 goede vragen, kijk dan op [www.3goedevragen.nl](http://www.3goedevragen.nl)

Twijfelt u over uw behandeling, bespreek dit dan met uw specialist of huisarts. U hoeft niet met een behandeling te beginnen als u dat niet wilt. U heeft altijd het recht om te kiezen en u beslist uiteindelijk zelf. Onafhankelijk van uw beslissing, kunt u altijd rekenen op de beste medische zorg.



## 4. Bijwerkingen en hoe hiermee om te gaan

Als gevolg van behandelingen voor kanker ontstaan vaak, maar niet altijd, bijwerkingen. Welke bijwerkingen u kunt verwachten van uw behandeling vindt u in uw kuurspecifieke informatie, zie hoofdstuk 7. U vindt hier ook de adviezen over wat u zelf kunt doen aan deze bijwerkingen.

Hieronder vindt u een aantal tips en adviezen die voor de meeste mensen die behandeld worden voor kanker van belang zijn.

### Huid

Behandelingen van kanker hebben vaak invloed op huid en slijmvliezen. Uw huid kan droog of schilferig worden. Smeert u zichzelf daarom dagelijks in met een vette crème. Dat is een crème voor de droge huid. Gebruik geen vaseline of zalf.

Uw huid kan gevoeliger worden voor de zon. Zonlicht is echter niet verboden, maar:

- smeert u zich wel in met een zonnebrandcrème factor 30. Doe dit iedere 2 uur
- bescherm uw hoofdhuid met een pet of hoed en
- vermijdt de volle zon tussen 12:00 en 15:00 uur

Voor meer informatie over de verzorging van de huid kunt u bij uw verpleegkundige vragen naar de Noordwestfolder 'Huidverzorging bij een behandeling voor kanker'. Op [www.nwz.nl/patientenfolders](http://www.nwz.nl/patientenfolders) kunt u de folder ook vinden

### Mond

Vooral chemotherapie heeft invloed op het mondslijmvlies. U kunt een pijnlijke, droge mond krijgen. Smaakverandering komt ook voor. Het is daarom belangrijk dat u uw mond goed verzorgt door:

- uw gebit 4 x per dag te poetsen met een zachte tandenborstel en met fluoride tandpasta. Als menthol scherp aanvoelt, gebruik dan een mentholvrije tandpasta
- uw gebitsprothese - als u die heeft - 's nacht uit laat
- uw mond 4 tot 10 x verdeeld over de dag met zout water te spoelen. Maak

hiervoor een oplossing van een liter water met een theelepel zout

- uw lippen en mondhoeken 3 x per dag in te smeren met vaseline uit een tube. Dit voorkomt droogte en kloofjes

Heeft u last van een droge mond, zuig dan op ijsblokjes, waterijs, pepermunt of kauw op kauwgom. Bij de poliklinische apotheek kunt u ook middelen kopen voor de verzorging en behandeling van de droge mond. Vraag daar om advies.

## Ogen

De slijmvliezen van de ogen kunnen geïrriteerd raken. Hierdoor kunt u tranende, gevoelige ogen krijgen. Mensen met contactlenzen hebben hier sneller last van. Het is belangrijk dat u:

- zo min mogelijk wrijft in uw ogen
- uw ogen met koud water wast met een washand, dit doet u van buiten naar binnen
- uw klachten van de ogen bespreekt met uw arts of verpleegkundige. U kunt dan eventueel oogdruppels of oogzalf voorgeschreven krijgen

## Uiterlijke verzorging

Door een behandeling voor kanker kunt u er anders uit gaan zien. Uw huid kan veranderen, mogelijk vallen wimpers en wenkbrauwen uit. Uw haar zit anders of u draagt een haarwerk/hoofddoek.

Tips en adviezen vindt u op [www.lookgoodfeelbetter.nl](http://www.lookgoodfeelbetter.nl).

Een paar keer per jaar organiseert het ziekenhuis een workshop voor patiënten die behandeld worden voor kanker samen met de stichting Lookgoodfeelbetter. Informatie hierover vindt u op de afdeling.

## 5. Met welke klachten belt u het ziekenhuis?

Als u behandeld wordt met chemo- en/of immunotherapie, belt u ons dan als u de volgende klachten heeft:

- koorts boven 38,5 graden
- koude rillingen
- verminderd gevoel, kracht of tintelingen in armen en benen
- bloed in ontlasting of urine
- bloedneus die langer dan een ½ uur duurt
- blauwe plekken zonder dat u bent gevallen of zich heeft gestoten
- een wondje dat blijft bloeden (langer dan een ½ uur)
- huiduitslag die plotseling ontstaat

### **Als u langer dan 48 uur de volgende klachten heeft:**

- meerdere malen per dag overgeeft en de medicijnen tegen de misselijkheid niet helpen
- niet voldoende kan drinken (minimaal 1,5 liter per dag)
- meerdere malen per dag diarree heeft (4-6 keer waterdun)
- last heeft van verstopping

Heeft u vragen of bent u onzeker over klachten die mogelijk met uw behandeling te maken hebben? Belt u ons dan. U vindt de telefoonnummers bij hoofdstuk 1 in dit boekje.

Sommige immuno- en chemotherapieën geven specifieke klachten. Krijgt u deze therapie, dan noteert de verpleegkundige hieronder de specifieke klachten. Wilt u direct contact opnemen met één van de oncologie-afdelingen als u een van de onderstaande klachten krijgt:

.....

.....

.....



## 6. Uw behandelingschema en eventueel de bijwerkingen

Hier vindt u de kursspecifieke informatie uit [www.sibopmaat.nl](http://www.sibopmaat.nl). Afhankelijk wat de oncoloog met u heeft afgesproken, krijgt u 1 of meerdere medicijnen. De uitgebreide informatie is de bijsluiter van uw medicijn/medicijnen. In deze kursspecifieke informatie staan bijwerkingen die u mogelijk kunt krijgen. Het is dus per patiënt verschillend:

- hoe hij/zij op de medicijnen reageert en
- in welke mate de bijwerkingen optreden

Leest u de kursspecifieke informatie goed door. Er staan handige tips in hoe u met de bijwerkingen om kunt gaan.



## 7. Pijn

Kankerpatiënten kunnen last hebben van pijn. Om na te gaan of en hoeveel pijn u heeft, kan uw verpleegkundige bij een behandeling vragen een cijfer te geven aan uw pijn. Dit kan u helpen om aan te geven hoe u de pijn ervaart. Dit is immers heel persoonlijk. En het helpt de arts om pijnbestrijding voor te schrijven die afgestemd is op uw persoonlijke behoefte. U kunt nooit een verkeerd cijfer geven. Het gaat immers om hoe u de pijn ervaart.

### Cijfer voor pijn

U geeft een cijfer tussen de 0 en 10:

0 betekent absoluut geen pijn, 10 is onhoudbare pijn.

#### Lineaal



### Tips bij het geven van een pijncijfer

- denk aan pijn die u eerder gehad heeft. Vergelijk deze pijn met de pijn die u nu (eventueel) heeft
- heeft u op meerdere plaatsen pijn? Ga dan uit van de plaats waar de pijn het hevigst is
- heeft u alleen op bepaalde momenten pijn? Bij het plassen bijvoorbeeld. Geef daar dan een cijfer voor. Geef wel aan de verpleegkundige door dat het cijfer alleen geldt voor de specifieke situatie waarin u pijn heeft.





## 8. Ondersteuning tijdens en na uw behandeling

Bij de behandeling van kanker zijn een goede conditie en welbevinden belangrijk voor het herstel. Om u hierin te ondersteunen zijn er diverse mogelijkheden voor ondersteuning en begeleiding zoals:

- lastmeter
- Netwerk Oncologische Zorg (NOZ)
- bewegen en sporten
- voedingsadviezen en de diëtist
- psychosociale ondersteuning
- lotgenotencontact
- themabijeenkomsten voor kanker

De meeste onderwerpen worden per hoofdstuk behandeld.

### Lastmeter

De lastmeter biedt u de mogelijkheid om zelf uw klachten in kaart te brengen. Het kan u helpen in gesprek te gaan met uw zorgverlener(s) over problemen die u door uw ziekte ervaart. Na het invullen van deze lijst, kan dit voor u en uw zorgverleners meer duidelijkheid geven over uw situatie. Ook kan uw zorgverlener u aan de hand van de lijst beter doorverwijzen naar andere gespecialiseerde hulp. Meer informatie over de lastmeter vindt u op [www.lastmeter.nl](http://www.lastmeter.nl)

### Netwerk Oncologische Zorg (NOZ)

De diagnose kanker kan veel teweeg brengen. Niet alleen voor degene die ziek is, maar ook voor de directe omgeving. Zo kunt u veel vragen hebben waarop u zelf niet altijd eenvoudig het antwoord weet. Er zijn diverse hulpmiddelen, zorgverleners en instanties die u en uw naasten kunnen ondersteunen.

### Wat is Netwerk Oncologische Zorg?

Speciaal om mensen met kanker de mogelijkheid te bieden dichterbij huis begeleiding te krijgen, is het Netwerk Oncologische Zorg (NOZ) opgericht. In dit netwerk werken psychologen, fysiotherapeuten en diëtisten nauw samen met het ziekenhuis in het bieden van psychosociale ondersteuning, begeleiding bij sport en bewegen en het geven van voedingsadviezen. Alle zorgverleners van

het NOZ zijn gespecialiseerd in behandeling van mensen met kanker en voldoen aan strenge eisen wat betreft opleiding en ervaring.

In ons ziekenhuis kunt u bij diverse afdelingen ook terecht voor ondersteuning. Als dat mogelijk is proberen wij u echter te verwijzen naar gespecialiseerde zorgverleners buiten het ziekenhuis, dichterbij uw huis.

### **Meer informatie**

Informatie over de mogelijkheden binnen het NOZ komen in de volgende hoofdstukken aan de orde. Verder vindt u meer informatie over het NOZ en de aangesloten zorgverleners op: [www.netwerkoncologischeszorg.nl](http://www.netwerkoncologischeszorg.nl)

### **Sport en beweging**

Sporten en bewegen, tijdens en na behandelingen tegen kanker, kunnen een positief effect hebben op uw herstel en welbevinden. Dit is gebleken uit onderzoek. Elke vorm van bewegen is goed voor uw conditie. Ook in de palliatieve fase kan bewegen gunstig zijn. Conditie en kracht blijven beter op peil en vermoeidheidsklachten kunnen minder worden. Ook leert u omgaan met eventuele lichamelijke beperkingen. U kunt op elk gewenst moment tijdens de behandeling zelf aan de slag. Soms is het prettig of nodig dat u sport onder begeleiding of in groepsverband.

### **Hoe bewegen?**

Uit onderzoek is gebleken dat bewegen kan helpen om de kanker en chemotherapie beter te doorstaan en sneller te herstellen. Het kan goed zijn om het enkele dagen na de chemotherapie, rustiger aan te doen. Maar wilt u zich op den duur fitter voelen, dan is juist bewegen zoals wandelen en fietsen beter voor u. Dit houdt in dat u thuis zelf, in de eigen omgeving 4-6 x per week 30 minuten matig intensief beweegt en zo aan uw conditie werkt. Kies een vorm van bewegen die bij u past en die u prettig vindt. Dat maakt het makkelijker om het vol te houden en zo kunt u zelf een bijdrage aan uw herstel leveren. Uw verpleegkundige kan u hierover verder informeren.

### **Bewegen onder begeleiding**

Patiënten kunnen hun conditie verbeteren of op peil houden door te bewegen onder begeleiding van een fysiotherapeut. Is dat bij u ook het geval, dan kunt u bij de gespecialiseerde fysiotherapeuten van het Netwerk Oncologische Zorg terecht. Meer informatie vindt u op [www.oncologie.nwz.nl/nazorgwijzer](http://www.oncologie.nwz.nl/nazorgwijzer) of [www.netwerkoncologischezorg.nl](http://www.netwerkoncologischezorg.nl)

Informeer bij uw zorgverzekeraar naar de vergoedingen van de behandeling.

### **Tegenkracht, stichting kanker en sport**

Deze stichting biedt kankerpatiënten een sportplan op maat. Dit is een intensief sportbegeleidingsprogramma voor kankerpatiënten die willen (blijven) sporten. Bent u kankerpatiënt of herstellende daarvan en heeft u interesse? Kijk dan op [www.tegenkracht.nl](http://www.tegenkracht.nl).

### **Voedingsadviezen en de diëtist**

In dit hoofdstuk vindt u informatie over voeding en wanneer u het beste naar een diëtist kan gaan.

#### **Voeding en kanker**

U kunt door kanker en/of uw behandeling problemen krijgen met eten. Zo kan eten niet altijd meer vanzelfsprekend lekker zijn. Als uw smaak bijvoorbeeld is aangetast, smaakt zelfs uw lievelingseten anders. Als u misselijk bent, is eten wel het laatste waar u zin in heeft. U kunt dan onbedoeld afvallen.

#### **Goede voeding en blijf op gewicht**

De voedingsproblemen door kanker en/of de behandeling ervan verschillen per persoon. Niet iedereen krijgt dezelfde klachten. Ook als u geen problemen heeft, kan informatie over voeding belangrijk zijn. Goede voeding en vooral een stabiel lichaamsgewicht kunnen u helpen de behandeling te doorstaan en ervan te herstellen. Bovendien houdt goede voeding uw weerstand op peil. Daarom is het verstandig om bij uzelf na te gaan of:

- u goed eet en drinkt en/of
- u op gewicht blijft. Weegt u daarom 1 tot 2 keer per week. Meer en belangrijke informatie over voeding en kanker vindt u op [www.voedingenkankerinfo.nl](http://www.voedingenkankerinfo.nl)

## **Voedingsadviezen bij chemotherapie**

Er is veel onderzoek naar de invloed van voeding op behandelingen voor kanker. De meest actuele informatie hierover vindt u op [www.voedingenkankerinfo.nl](http://www.voedingenkankerinfo.nl). Vraag uw verpleegkundige ook om informatie hierover.

Wij raden u af de volgende producten te gebruiken bij chemotherapie:

- geen grapefruit, omdat dit een nadelig invloed kan hebben op uw chemotherapie
- geen vette vis en visolie op de dag van en na uw chemokuur waarin platinahoudende stoffen zitten. Vraag uw verpleegkundige of u deze chemokuur krijgt.

## **Diëtist**

Het is belangrijk om tijdens de behandeling op gewicht te blijven. Vraag in ieder geval om een diëtist als u meer dan 3 kg in 1 maand of 6 kg in 6 maanden afvalt. In het ziekenhuis verwijst uw verpleegkundige u zo nodig door naar een diëtist die is aangesloten bij het Netwerk Oncologische Zorg, [www.netwerkoncologischezorg.nl](http://www.netwerkoncologischezorg.nl). Voor meer informatie kunt u ook kijken op de Nazorgwijzer van het ziekenhuis: [www.nwz.nl/nazorgwijzer](http://www.nwz.nl/nazorgwijzer).

## **Psychosociale ondersteuning**

Een behandeling voor kanker kan lichamelijk en emotioneel ingrijpend zijn. Zowel u als uw naasten kunnen daar de weerslag van ondervinden. Voor hulp en ondersteuning kunt u in ons ziekenhuis terecht bij:

- psychologen
- medisch maatschappelijk werkers
- geestelijke verzorgers

Een medisch maatschappelijk werker werkt samen met u aan om uw situatie hanteerbaar te maken. U kunt tijdens uw behandeling op de dagbehandeling of verpleegafdeling vragen om een afspraak met een medisch maatschappelijk werker.

### **Oncologiewijkverpleegkundige**

Naast verpleegkundige- en lichamelijke verzorging bieden thuiszorgorganisaties ondersteuning en hulp aan voor kankerpatiënten.

Een oncologiewijkverpleegkundige komt bij u thuis als u dat wilt. Dit worden continuïteitshuisbezoeken genoemd. De oncologiewijkverpleegkundige heeft kennis en ervaring op het gebied van kanker. De oncologiewijkverpleegkundige kan u en uw naasten helpen bij het zoeken naar antwoorden en (praktische) oplossingen. U kunt bijvoorbeeld met haar praten over:

- bijwerkingen door de behandeling
- het beperken van uw vermoeidheid
- het aanvaarden van hulp van anderen
- lotgenotencontact en wat dit voor u zou kunnen betekenen
- de veranderde relatie met uw naasten
- hoe u de draad weer kunt oppakken na uw ziekte of behandeling

Voor het inschakelen van een oncologiewijkverpleegkundige kunt u zelf direct contact opnemen met een thuiszorgorganisatie. Hiervoor is geen CIZ indicatie nodig. Uw verpleegkundige kan dit ook voor u doen. Thuiszorgorganisaties in de regio van Noordwest Ziekenhuisgroep vindt u op de nazorgwijzer.

### **Meer informatie**

Voor locatie Den Helder en Alkmaar is er een nazorgwijzer. Hierin staan de contactgegevens van diverse zorgverleners en instanties die nazorg kunnen bieden voor patiënten met kanker. U vindt hier dus ook contactgegevens van maatschappelijk werk en de psycholoog/psychiater. U vindt de nazorgwijzer op [www.nwz.nl/nazorgwijzer](http://www.nwz.nl/nazorgwijzer). Heeft u als patiënt hierover vragen? Informeer dan bij uw verpleegkundige.

Ook kunt u voor informatie over psychosociale ondersteuning kijken op [www.netwerkoncologischezorg.nl](http://www.netwerkoncologischezorg.nl)

### **Lotgenotencontact**

Het kan prettig zijn uw ervaringen te delen met een lotgenoot, die weet wat het betekent om kanker te hebben. En die uit ervaring u praktische informatie en

tips kan geven. Heeft u behoefte aan contact met lotgenoten? Er zijn diverse organisaties waar u hiervoor terecht kan.

### **Inloophuizen**

Inloophuizen kunt u altijd terecht voor lotgenotencontact. Verder organiseren de inloophuizen diverse activiteiten. In onze regio zijn 3 inloophuizen.

#### **Stichting Inloophuis Den Helder e.o.**

Voor meer informatie, zie [www.inloophuisdenhelder.nl](http://www.inloophuisdenhelder.nl)

#### **'t Praethuys Alkmaar**

Voor meer informatie, zie [www.praethuys.nl](http://www.praethuys.nl)

#### **Inloophuis Pisa in Hoorn**

Voor meer informatie, zie [www.inloophuispisa.nl](http://www.inloophuispisa.nl).

### **Kanker.nl**

Ook op [www.kanker.nl](http://www.kanker.nl) kunt u via het internet in contact komen met lotgenoten. Kanker.nl is een project van onder andere KWF Kankerbestrijding. U kunt gebruik maken van blogs, discussiegroepen en persoonlijk contact.

### **Themabijeenkomsten**

Noordwest ziekenhuisgroep organiseert jaarlijks themabijeenkomsten over diverse onderwerpen rondom kanker. Deze bijeenkomsten worden gehouden in Alkmaar en in Den Helder op een locatie buiten de Noordwest Ziekenhuisgroep. De bijeenkomsten zijn in de ochtend, middag of avond. Dat hangt van de locatie af.

Tijdens deze bijeenkomsten staat telkens een ander onderwerp centraal. Een deskundige geeft een inleiding. Daarna is er gelegenheid om vragen te stellen en ervaringen uit te wisselen. De bijeenkomsten worden begeleid door een oncologie(wijk)verpleegkundige. Het minimum aantal deelnemers is 8 personen. Het maximum aantal deelnemers is 20 tot 25. Deelname is gratis, maar u moet zich wel van te voren aanmelden.

### **Themamiddagen locatie Alkmaar**

Deze themamiddagen worden meestal op de tweede dinsdag van de maand gehouden van 14.00 tot 16.00 uur in inloophuis 't Praethuys, Westerweg 50, 1815DG, Alkmaar.

Voor aanmelden, vragen en informatie:

- afdeling patiëntenvoorlichting in de centrale hal van locatie Alkmaar, huisnummer 037
- telefonisch: 072- 548 3500
- e-mail: [info-alkmaar@nwz.nl](mailto:info-alkmaar@nwz.nl)
- [www.praethuys.nl](http://www.praethuys.nl)

### **Themaochtenden- en avonden locatie Den Helder**

Deze themabijeenkomsten worden gehouden in het inloophuis Den Helder, Marsdiepstraat 621a (HOC gebouw), 1784 AM Den Helder.

Tijdstip: ochtend van 10.00 tot 12.00 uur

avond van 19.30 tot 21.30 uur

Voor aanmelden, vragen, informatie:

- afdeling patiëntenvoorlichting in de hal naast de receptie
- telefonisch: 0223 - 69 6346
- e-mail: [info-denhelder@nwz.nl](mailto:info-denhelder@nwz.nl)
- [www.inloophuisdenhelder.nl](http://www.inloophuisdenhelder.nl)

### **Meer informatie**

Folders met informatie over deze themabijeenkomsten vindt u bij de afdeling patiëntenvoorlichting. Ook vindt u de informatie over de bijeenkomsten op [www.nwz.nl/agenda](http://www.nwz.nl/agenda).





## 9. Praktische zaken: vakantie en vervoer

### Vakantie

Heeft u plannen voor een vakantie, dan is het verstandig eerst uw vakantie te bespreken met uw arts. Als u op vakantie gaat in binnen- of buitenland, neemt u dan deze behandelwijzer mee. Hierin staan alle gegevens over uw ziekte en medicijngebruik.

### Vaccinatie

Moet u voor een buitenlandse reis gevaccineerd worden? Overleg dan eerst met uw arts.

Meer informatie vindt u in de Noordwestfolder 'Veilig op reis met een (chronische) aandoening'.

U vindt deze in onze folderrekken of op [www.nwz.nl/patientenfolders](http://www.nwz.nl/patientenfolders).

### Vervoer

De meeste patiënten komen met eigen vervoer naar het ziekenhuis. Nu kan het zijn dat de medicijnen die u krijgt, de rijvaardigheid beïnvloeden. We adviseren u dan om niet zelf naar huis te rijden. U krijgt hier van uw verpleegkundige van tevoren uitleg over.

### Vergoeding

Het kan zijn dat uw zorgverzekeraar de kosten van eigen vervoer en/ of taxivervoer vergoedt. U kunt dit bij uw zorgverzekeraar navragen. Mogelijk vraagt de zorgverzekeraar een overzicht van uw behandelafspraken. U kunt dit overzicht in Den Helder bij de oncologieverpleegkundige opvragen, op locatie Alkmaar bij de secretaresse.



## **10. Wetenschappelijk onderzoek**

Door vroege opsporing en betere behandel mogelijkheden is de kans op overleving sterk verbeterd. Toch is kanker in Nederland nog steeds de belangrijkste doodsoorzaak. Meer wetenschappelijk onderzoek naar nieuwe behandelingen is daarom nog steeds nodig. Het kan zijn dat uw behandelend arts vraagt of u wilt meedoen aan wetenschappelijk onderzoek. Een researchverpleegkundige informeert en begeleidt patiënten die meedoen aan onderzoek. Meer informatie over wetenschappelijk onderzoek op [www.nwz.nl/wetenschap](http://www.nwz.nl/wetenschap).

### **Overzicht onderzoeken in Nederland**

Op [www.kanker.nl](http://www.kanker.nl) kunt u een overzicht vinden van de actuele onderzoeken in Nederland.

## **Noordwest Ziekenhuisgroep**

Postbus 501

1800 AM Alkmaar

[www.nwz.nl](http://www.nwz.nl)

**tel** 072 - 548 4444

## **Colofon**

<b>Redactie</b>	oncologie afdeling communicatie
<b>Lay-out</b>	vormgeving Noordwest Ziekenhuisgroep
<b>Druk</b>	Ricoh
<b>Artikel nr</b>	235793 / 2017.07

*Op alle onderzoeken en behandelingen van Noordwest Ziekenhuisgroep zijn de algemene voorwaarden van Noordwest Ziekenhuisgroep van toepassing, zie [www.nwz.nl](http://www.nwz.nl).*