

Interne geneeskunde  
040 286 4873

## Inleiding

Misselijkheid en braken is één van de bijwerkingen van chemotherapie. Met deze brochure willen wij helpen hoe om te gaan met deze verschijnselen. Misselijkheid en braken is meestal het ergst de eerste 24 uur na uw behandeling en soms kunnen de verschijnselen enkele dagen blijven duren. De ernst en de duur van deze bijwerkingen is van persoon tot persoon zeer verschillend. Sommigen ervaren weinig of geen hinder en anderen ervaren bijwerkingen als zeer lastig en onaangenaam. Klachten die gepaard kunnen gaan met misselijkheid en braken zijn:

- Verminderde eetlust
- Een vol gevoel
- Opboeren of kokhalzen
- Maagzuur

## Preventie en controle

Meestal is misselijkheid en braken goed te controleren met medicatie. Om misselijkheid en braken te voorkomen, krijg je altijd aangepaste medicatie voor de toediening van jouw chemotherapie. Zo nodig schrijft je arts extra medicatie voor om thuis te gebruiken. Neem in jouw belang de medicatie zoals voorgeschreven en op de juiste tijdstippen in. Hieronder vind je uitleg over de medicatie die tegen misselijkheid en braken kan voorgeschreven worden.

Let op: medicatie tegen misselijkheid kan verstopping/obstipatie veroorzaken.

In de bijlage vind je het aangekruiste schema dat **bij jou** van toepassing is.

Medicatie	Vorm
Dexamethason	tablet
Akynzeo	capsule
Ondansetron/granisetron	tablet
Metoclopramide	tablet

## Praktische voedingstips bij misselijkheid en braken

- Eet wanneer je trek hebt en probeer altijd iets in je maag te hebben. Eet meermaals per dag een kleine hoeveelheid (meer dan 3 maal per dag).
- Bij erge misselijkheid en braken is het beter om even niet te eten. Drinken is dan belangrijker (cola, appelsap, bouillon, ...). Als je een lange tijd niets meer hebt gegeten, start dan eerst met beschuit en heldere bouillon.
- Wanneer je weinig drinkt, kun je meer last krijgen van een ziek en misselijk gevoel. Het is daarom heel belangrijk dat je voldoende drinkt: 1,5 tot 2 liter per dag. Dit is ongeveer 12 kopjes of 10 bekertjes. Probeer niet alleen water te drinken, maar wissel dit af met bijvoorbeeld bouillon, limonade, melkproducten, vruchtensap of groentesap.
- Als je misselijk wordt van geurtjes kan het raam opengezet worden tijdens het koken. Ook kun je eventueel afgekoelde gerechten gebruiken. Hierbij komen minder geuren vrij.

- Drink vooral voor of na de maaltijden, want tijdens de maaltijden kan dit een opgeblazen gevoel geven.
- Kauw goed, eet traag en neem wat rust na de maaltijd (niet plat liggen). Dit bevordert de vertering.
- Zoek wat afleiding als je misselijk bent of concentreer je op een trage diepe ademhaling.

#### Wat zeker te vermijden?

- Te sterk gekruid/ gezouten/geurende en vette (gefrituurde) spijzen.
- Te warme/te koude spijzen of dranken.
- Je lievelingseten blijven proberen terwijl je er toch misselijk van wordt.

#### Vragen

Heb je na het lezen van deze brochure nog vragen of opmerkingen, dan kun je terecht bij jouw behandelend arts of de casemanager/(oncologie) verpleegkundigen. Wij hopen dat deze brochure je tips kan geven om het misselijk zijn en braken draaglijk te maken.

Neem contact met ons op als de klachten van misselijkheid niet verdwijnen, ondanks dat de medicatie tegen de misselijkheid is ingenomen, via telefoonnummer 040 286 4847.

#### Bijlage

##### o Schema 1

	Medicatie	Route	Moment van innemen
Dag 1	Akynzeo 300/0,5 mg	Tablet	30-60 minuten voor start van de chemotherapie
Dag 1	Dexamethason 8 mg	Tablet	30-60 minuten voor start van de chemotherapie
Zo nodig	Granisetron 1 mg	Tablet	Zo nodig 2x per dag, max 3 dagen

##### o Schema 2

	Medicatie	Route	Moment van innemen
Dag 1	Granisetron 1 mg	Tablet	30-60 minuten voor chemotherapie
Dag 1	Dexamethason 8 mg	Tablet	30-60 minuten voor chemotherapie
Zo nodig	Granisetron 1 mg	Tablet	Zo nodig 2x per dag, max 3 dagen

##### o Schema 3

	Medicatie	Route	Moment van innemen
	Metoclorapine 10 mg	Tablet	30-60 minuten voor chemotherapie
<b>Zo nodig</b>	Granisetron 1 mg	Tablet	Zo nodig 2x per dag, max 3 dagen

OF

	Metoclopramide 10 mg	Tablet	30-60 minuten voor chemotherapie
<b>Zo nodig</b>	Metoclopramide 10 mg	Tablet	Zo nodig 3x per dag, max 3 dagen

o **Schema 4**

	Medicatie	Route	Moment van innemen
<b>Zo nodig</b>	Metoclopramide 10 mg	Tablet	Zo nodig 3x per dag, max 3 dagen

**Pre medicatie schema's**

Bij bepaalde medicijnen is het nodig om vooraf medicatie te geven die een reactie op het medicijnen kunnen voorkomen. De zogenoemde premedicatie. Deze kan al dan niet in combinatie met anti emetica voorgeschreven worden. Dit is geheel afhankelijk van de anti kanker behandeling die je arts voorgeschreven heeft.

In de bijlage het aangekruiste schema wat van toepassing is.

o **Pre medicatie schema 1 oncologie**

**Bij Docetaxel en Pemetrexed**

	Medicatie	Route	Moment van toedienen
Dag 1 (voor de kuur)	Dexamethason 8 mg	Per os	In de ochtend
Dag 1	Dexamethason 8 mg	Per os	30-60 minuten voor chemotherapie
Dag 2	Dexamethason 8 mg	Per os	In de ochtend

o Pre medicatie schema 2 oncologie  
Bij Paclitaxel en Cabazitaxel

	Medicatie	Route	Moment van toedienen
Dag 1	Levoceterizine 5 mg	Per os	30-60 minuten voor chemotherapie

o Pre medicatie schema 1 hematologie

	Medicatie	Route	Moment van toedienen
Dag 1	Levoceterizine 5 mg	Per os	1 uur voor de kuur
Dag 1	Paracetamol 1000 mg	Per os	1 uur voor de kuur
Dag 1	Dexamethason 8 mg	Per os	1 uur voor de kuur wanneer er <b>GEEN</b> dexamethason of prednisolon in het kuurschema zit

### Persoonlijke notities/vragen

Indien er vragen of opmerkingen zijn, adviseren wij deze op te schrijven. Dan heb je ze altijd bij de hand.

Wil je deze informatie online bekijken ga dan naar [www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/int028-misselijkheid-en-braken-bij-chemotherapie/](http://www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/int028-misselijkheid-en-braken-bij-chemotherapie/)  
Of scan met je telefoon of tablet de QR-code.



INT028  
06-02-2024