

**Afdeling B2 oost: Hematologie**

# *Ambulante zorg*

# *Inhoudsopgave*

- 1 Inleiding** 3
  
- 2 De ambulante zorgperiode** 4
  - 2.1 Hoe gaat dit? 4
  - 2.2 Voor wie is ambulante zorg bestemd? 5
  - 2.3 De voorbereiding 6
  - 2.4 Hoe verlopen de controleafspraken? 6
  - 2.5 Medicatie 7
  - 2.6 Controle van temperatuur en gewicht 8
  - 2.7 Contact met het ziekenhuis 8
  
- 3 Leefregels en adviezen** 9
  
- 4 Praktische informatie** 15
  - 4.1 Medicatielijst 15
  - 4.2 Controlelijst voor medicatie/gewicht/temperatuur 16
  
- 5 Contactlijst** 27

# 1 Inleiding

Binnenkort wordt u opgenomen op de afdeling Hematologie voor een behandeling met cytostatica en/of stamceltransplantatie (hierna SCT genoemd). De verwachting is dat u kort na deze behandeling naar huis kunt. Wel is het nodig dat u 3 keer per week naar het ziekenhuis komt voor medische en verpleegkundige zorg. We noemen dit ambulante zorg.

Door de behandeling kan het beenmerg (tijdelijk) geen nieuwe bloedcellen aanmaken. In het bloed zijn de aantallen witte en rode bloedcellen en bloedplaatjes verlaagd. U bent dan gevoelig voor infecties. Ook kunt u erg vermoeid zijn en heeft u een verhoogde kans op bloedingen. We noemen deze periode de dipfase. Ongeveer 14 tot 21 dagen na de behandeling met cytostatica en/of de SCT zal de bloedaanmaak weer op gang komen en komt er een einde aan de dipfase.

Deze folder geeft informatie over de ambulante zorg. Er worden regels en adviezen beschreven over lichaamsverzorging en hygiëne. Daarnaast is deze folder te gebruiken als logboek tijdens deze periode. In hoofdstuk 4 staat een controlelijst die u kunt gebruiken bij de medicatie-inname en de temperatuur- en gewichtcontrole. Neemt u deze folder mee als u voor controle naar het ziekenhuis komt.

In het laatste hoofdstuk staat de contactlijst. Hierin staat beschreven wanneer u contact op moet nemen met de afdeling Hematologie tijdens de ambulante zorgperiode. Deze folder is een aanvulling op het Patiënten Informatie Dossier.

## 2 *De ambulante zorgperiode*

### 2.1 *Hoe gaat dit?*

U wordt opgenomen op de afdeling Hematologie voor een behandeling met cytostatica (en de SCT). Nadat de cytostatica en eventueel de SCT zijn toegediend, gaat u naar huis. U komt 3 keer per week naar het ziekenhuis voor controle van uw bloedbeeld en lichamelijke conditie. Als het nodig is, krijgt u een bloedtransfusie. De controledagen zijn maandag, woensdag en vrijdag.

Thuis bewaakt u, samen met uw mantelzorger, uw gezondheidssituatie. Mocht deze verslechteren, dan neemt u contact op met de afdeling Hematologie. Het kan zijn dat u weer wordt opgenomen op de afdeling Hematologie. Bijvoorbeeld als u koorts krijgt of als u de medicatie niet kunt innemen.

## 2.2 Voor wie is ambulante zorg bestemd?

Ambulante zorg is bedoeld voor patiënten die al vaker behandeld zijn met cytostatica of voor patiënten die een autologe SCT hebben ondergaan.

*Er zijn een aantal voorwaarden:*

- U kunt binnen 60 minuten aanwezig zijn in het UMCU met eigen vervoer of een taxi
- Er is 24 uur per dag een mantelzorger beschikbaar
- U en de mantelzorger spreken goed Nederlands
- U bent mobiel en heeft een goede conditie
- U begrijpt de risico's van de dipfase
- U kunt uw temperatuur opnemen en noteren
- U kunt uw gewicht meten en noteren
- U kunt uw voedings- en vochtinname bijhouden en indien nodig noteren
- U neemt uw medicatie volgens voorschrift in

Uw behandelend arts neemt samen met de verpleegkundige uiteindelijk de beslissing of de ambulante zorg voor u mogelijk is.

## *2.3 De voorbereiding*

Ruim voordat u wordt opgenomen op de afdeling Hematologie, heeft u een gesprek met een verpleegkundige. De verpleegkundige zal nagaan of uw situatie voldoet aan de praktische voorwaarden. Ook zal zij u uitleg geven over deze periode.

Als u na de behandeling met ontslag gaat, heeft u een ontslaggesprek met een verpleegkundige van de afdeling. Zij zal de procedure nogmaals met u doornemen. Ook controleert zij of u alle medicatie heeft, de afsprakenlijst klopt en natuurlijk is er nog ruimte voor vragen.

## *2.4 Hoe verlopen de controleafspraken?*

Tijdens het ontslaggesprek ontvangt u de afsprakenkaart met 7 controleafspraken. Van de doktersassistente ontvangt u 7 aanvragen voor bloedafname. Voor elke controleafspraak 1 aanvraag.

Op de dag van de controleafspraak gaat u eerst naar receptie 25, loket 12. Hier laat u bloed afnemen.

Daarna gaat u naar de afdeling Hematologie, B 2 Oost. U meldt zich bij de balie Hematologie. Tijdens de controleafspraak is er een bed voor u beschikbaar.

De verpleegkundige controleert de hartslag, temperatuur, bloeddruk en uw mond. Zij bespreekt met u de medicatie-inname, uw lichamelijke toestand en hoe het thuis gaat.

De arts kijkt naar het bloedbeeld en kan zo nodig bloed of bloedplaatjes bestellen. De arts komt bij u langs en zal een lichamelijk onderzoek verrichten.

#### *Voor de SCT-patiënt*

U hebt iedere maandag of vrijdag een afspraak met de SCT-verpleegkundige. De SCT-verpleegkundige neemt met u door hoe het met u gaat en geeft u en uw mantelzorger eventueel adviezen.

## *2.5 Medicatie*

Het is van belang dat u de medicatie volgens voorschrift inneemt. Dit staat beschreven in de medicatielijst (hoofdstuk 4). Als u nog andere medicatie gebruikt kunt u deze erbij schrijven. De controlelijst gebruikt u om bij te houden of u alle medicatie heeft ingenomen. Lukt het niet om de medicatie in te nemen, dan moet u contact opnemen met de afdeling Hematologie.

Als u binnen 30 minuten na het innemen van de medicatie moet braken, dient u de medicatie opnieuw in te nemen.

## *2.6 Controle van temperatuur en gewicht*

Eenmaal per dag weegt u zich. Het is belangrijk dit elke dag op hetzelfde tijdstip te doen. Driemaal per dag neemt u uw temperatuur op, om 8:00, 14:00 en 21:00 uur. De gemeten waarden kunnen op de controlelijst genoteerd worden. Neem deze lijst ook mee naar het ziekenhuis, zo kan de arts de gemeten waarden bekijken.

Als uw temperatuur boven de 38.5 graden is, moet u direct contact opnemen met de afdeling Hematologie.

## *2.7 Contact met het ziekenhuis*

De afdeling Hematologie is 24 uur per dag telefonisch bereikbaar. Tijdens kantooruren neemt u contact op met de polikliniek. Buiten kantooruren en in het weekend belt u met de verpleegafdeling. In de contactlijst, in hoofdstuk 5, staat beschreven wanneer u contact op moet nemen. U wordt dan doorverbonden met een internist-hematoloog. De internist-hematoloog kan u vragen naar het ziekenhuis te komen. Tijdens kantooruren komt u naar de polikliniek Hematologie. Buiten kantooruren en in het weekend gaat u naar de spoedeisende hulp. Als het nodig is, wordt u opgenomen.



### 3 *Leefregels en adviezen*

Tijdens de dipfase zijn er een aantal leefregels en adviezen van belang. In het patiënten informatie dossier (PID) over acute leukemie, het Non-Hodgkinlymfoom en de autologe stamceltransplantatie staan de leefregels en adviezen beschreven over:

- Handen wassen
- Douchen
- Scheren
- Nagels
- Gebruik van zakdoek

Hieronder volgen een aantal aanvullingen:

#### *Gebitsverzorging*

Poets uw tanden na iedere maaltijd en voor het slapen met milde tandpasta (bijvoorbeeld Elmex wit). Spoel hierna de mond met water of een zoutoplossing.

#### *Zoutoplossing*

Een zoutoplossing maakt u door 1 eetlepel zout aan een liter (gekookt en afgekoeld) water toe te voegen. Of 1 theelepel keukenzout in een glas (gekookt en afgekoeld) water. Iedere 24 uur dient u een nieuwe zoutoplossing klaar te maken.

#### *Voeding*

Tijdens de dipfase gelden er specifieke voedingsrichtlijnen. Die staan beschreven in de folder “Voeding voor mensen met een verminderde weerstand en risico op ondervoeding”.

## *Bloedingen*

Probeer stoten en vallen te voorkomen, zodat de kans op bloedingen zo klein mogelijk is.

### *Bloedneus*

Als u een bloedneus heeft drukt u de neus dicht net onder het botje in uw neus. Het is handig om iets kouds uit de vriezer te pakken, er een theedoek omheen te wikkelen en de koude pakking in uw nek leggen. Dit kan helpen om de bloedneus te stoppen

Indien de bloeding na 30 minuten nog niet gestopt is neemt u contact op met de afdeling Hematologie, zie hiervoor de contactenlijst.

## *Vermoeidheid*

Zorg bij vermoeidheid voor een goede dagindeling van rust en activiteit.

## *Pijn in de mond en/of keel*

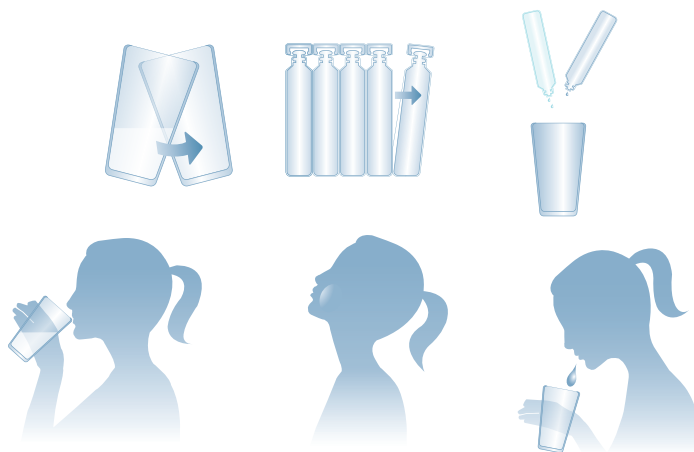
Zodra u pijn of een beschadiging van het slijmvlies in de mond of keel heeft, kunt u spoelen met Caphosol® in plaats van een zoutoplossing. Caphosol laat een beschermlaag achter in de mond.

Hierdoor hebt u minder pijn en herstellen de beschadigingen sneller.

Daarnaast is het verstandig om tijdig te starten met pijnstilling (paracetamol), zoals beschreven staat op de medicatielijst. Het is aan te bevelen om gebitsprotheses 's nachts uit te doen. Als u veel pijnklachten heeft, kan het prettig zijn gebitsprotheses de hele dag uit te laten. Meld het aan de verpleegkundige als u pijnklachten heeft.

## Gebruik Caphosol®

1. Caphosol® bestaat uit 2 oplossingen:
  - 1 blauwe ampul
  - 1 doorzichtige ampul
2. Haal 1 blauwe en 1 witte ampul uit de verpakking.
3. Verwijder de caps van beide ampullen en giet de volledige inhoud van beide ampullen in een glas.
4. Mix de inhoud door het zwenken van het glas.  
Gebruik de oplossing direct na het mixen.
5. Neem de helft van de oplossing in uw mond. Niet doorslikken!
6. Spoel en gorgel 1 minuut met de oplossing in de mond.
7. Spuug de oplossing uit. Herhaal hetzelfde nog eens met de andere helft van de oplossing.



### *Droge ogen*

Door uw behandeling kunt u droge ogen krijgen. Hierdoor hebt u een verhoogde kans op infecties en bloedingen in de ogen. Als u last hebt van droge ogen is het aan te bevelen geen contactlenzen te dragen. In overleg met uw arts kunt u eventueel starten met oogdruppels.

### *Misselijkheid*

Als u misselijk bent, kunt u gebruik maken van de metoclopramidezetpillen (primperan®). Deze zijn voorgeschreven door de arts.

Vertel uw arts dat u misselijk bent. Probeer kleine hoeveelheden te eten en goed te drinken. Een te kort aan vocht, zout en suiker kan de misselijkheid verergeren. Voor meer adviezen verwijzen wij naar de folder “Voeding voor mensen met een verminderde weerstand en risico op ondervoeding”.

### *Diarree*

Diarree kan ontstaan doordat de slijmvliezen in de darmen zijn aangetast door de cytostatica. Ook antibiotica kan diarree veroorzaken. Meld bij de controleafspraak altijd aan de arts dat u diarree heeft.

### *Bezoek*

Het is verstandig om bezoek dat last heeft van huid-, luchtweg-, en/of darminfecties (verkoudheid, griep of diarree) niet te laten komen. Bezoek kan heel belangrijk voor u zijn. Houdt u er rekening mee dat bezoek vermoeiend kan zijn. Geef duidelijk aan wanneer u thuis wel of geen bezoek wilt ontvangen.

### *Huisgenoten*

Wanneer uw huisgenoten last hebben van huid-, luchtweg-, en/of darminfecties (verkoudheid, griep of diarree) is hygiëne nog belangrijker. Bij kinderen is het verstandig om alert te zijn op kinderziektes. Meld het aan uw arts als een huisgenoot ziek is.

Heeft uw huisgenoot diarree en er zijn 2 toiletten in huis, dan kunt u gebruik maken van één toilet en uw huisgenoot van het andere toilet. Wanneer er één toilet is, raden wij uw huisgenoot aan na iedere toiletgang het toilet met een huishoudelijk sopje schoon te maken.

### *Huisdieren*

Huisdieren zijn tijdens het ambulante traject toegestaan. Houd er wel rekening mee dat huisdieren ziekteverwekkers bij zich kunnen dragen. Was daarom uw handen nadat u in contact bent geweest met uw huisdier. De kattenbak en de verblijfplaats van uw huisdier mogen niet door u schoongemaakt worden.

### *Bloemen, planten en tuinieren*

Bloemen en planten zijn toegestaan in uw huis. U mag niet zelf het water verversen van de bloemen. In dit water kunnen veel bacteriën zitten. Draag bij het verpotten van planten en tuinieren handschoenen. Was uw handen daarna.

### *Huishouden*

Wij raden u af om zelf het huis schoon te maken.

Als u gaat schoonmaken komt u in aanraking met allerlei bacteriën. Vooral sopwater, vaatdoeken en huishoudsponsjes bevatten veel bacteriën. Huishoudelijke taken die u wel kunt doen zijn bijvoorbeeld strijken of de was ophangen. Over het algemeen hoeft u niet extra uw huis te reinigen. Een ‘gewone’ gezonde leefstijl is voldoende.

### *Verbouwing*

Verbouwingen zijn niet toegestaan tijdens het ambulante traject. In beton en hout bevinden zich veel schimmels die vrij kunnen komen bij een verbouwing.

### *Openbaarvervoer*

Het is niet toegestaan om met het openbaar vervoer reizen. Naar het ziekenhuis kunt u met eigen vervoer komen of met de taxi. Het is aan te bevelen om niet zelf te rijden. Uw behandeld arts kan een aanvraag ondertekenen om een taxivergoeding aan te vragen bij de zorgverzekering.

### *Drinken*

Drink minstens 1,5 liter per 24 uur.

### *Uitscheiding*

Let op uw uitscheiding: urine, ontlasting en braaksel. Noteer bijzonderheden op de controlelijst en meld dit aan de arts.

## *Seksualiteit*

Er is geen reden om seksueel contact te vermijden. Condoomgebruik is noodzakelijk in verband met de uitscheiding van cytostatica. Er kunnen bloedingen ontstaan als uw weinig bloedplaatjes heeft. Wees daarom voorzichtig tijdens alle vormen van seksueel contact.

# 4 *Praktische informatie*

## 4.1 *Medicijnenlijst*

<b>Medicatie</b>	<b>Inname tijden</b>
Ciproflaxacine (Ciproxin®) 2 keer daags 500 mg	10.00 uur en 22.00 uur
Fluconazol (Diflucan®) 1 keer daags 150 mg	8.00 uur
Clindamycine (Dalacin®) 3 keer daags 300 mg	8.00 uur en 14.00 uur en 22.00 uur

<b>Innemen bij misselijkheidklachten</b>	<b>Inname tijden</b>
Metoclopramide (Primperan®) zetpillen à 20 mg	Zo nodig, maximaal 4 x daags

<b>Innemen bij pijnklachten</b>	<b>Inname tijden</b>
Paracetamol/codeïne à 500/10 mg	Zo nodig 2 tabletten, bij voorkeur iedere 6 uur innemen

## 4.2 Controlelijst voor medicatie/gewicht/temperatuur

<b>Legenda</b>	
	Het aangegeven medicijn innemen of gewicht/temperatuur opnemen.
	U hoeft geen medicijn in te nemen of u hoeft geen temperatuur/gewicht op te nemen.

<b>Dag+1</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
<b>Ciproflaxacine</b>						
<b>Fluconazol</b>						
<b>Clindamycine</b>						
<b>Metoclopramide</b>						
<b>Paracetamol/ Codeïne</b>						
<b>Gewicht</b>						
<b>Temperatuur</b>						



<b>Dag+2</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+3</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+4</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+5</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+6</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+7</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+8</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+9</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+10</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+11</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+12</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+13</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+14</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+15</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+16</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						

<b>Dag+17</b>	<b>08.00</b>	<b>10.00</b>	<b>14.00</b>	<b>18.00</b>	<b>20.00</b>	<b>22.00</b>
Ciproflaxacine						
Fluconazol						
Clindamycine						
Metoclopramide						
Paracetamol/ Codeïne						
Gewicht						
Temperatuur						





*Ruimte voor aantekeningen*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 5 *Contactlijst*

**Maandag t/m vrijdag van 8.30 tot 17.00 uur dient u bij  
onderstaande klachten contact op te nemen: 088 75 58 380**

---

Onverwachte veranderingen in lichamelijke conditie

---

Lichaamstemperatuur  $\geq 38$  en/of koude rillingen

---

Benauwdheidsklachten en hoestbuien

---

Blauwe plekken, puntbloedinkjes, neusbloedingen, bloedblaren in de mond

---

Bloedverlies bij ontlasting, urine of een heftige menstruatie

---

Aanhoudend bloedend tandvlees, aanhoudend bloedend  
neusslijmvlies

---

Pijn en / of ontstekingen in de mond

---

Niet kunnen innemen van medicatie

---

Vochtintake  $\leq 1500$  ml per 24 uur

---

Ernstig en aanhoudend braken

---

Huiduitslag

**Vanaf 17.00 tot 08.30 uur in het weekend dient u bij  
onderstaande klachten contact op te nemen met:  
088 75 562 43 of 088 75 562 41**

---

Lichaamstemperatuur  $\geq 38.5$  of/en koude rillingen

---

Ernstige benauwdheidsklachten

---

Aanhoudende bloedingen

*Divisie Interne Geneeskunde en Dermatologie*

**Afdeling B2 oost: Hematologie**

UMC Utrecht, Heidelberglaan 100, Postbus 85500, 3508 GA Utrecht

Tel 088 75 555 55

**[www.umcutrecht.nl](http://www.umcutrecht.nl)**

© 2012, UMC Utrecht, afdeling Interne en Externe Communicatie