



Patiënteninformatie

Radiotherapie bij hoofdhalskanker

Uw behandelwijzer

Inhoud

- 1 Persoonlijke gegevens**
 - Bestralingsschema
- 2 Hoofdhalskanker en radiotherapie**
 - Waarom bestraling?
 - Uitwendige bestraling
 - Bestraling in combinatie met chemotherapie
 - Met wie heeft u te maken?
- 3 Voor de behandeling van start gaat**
 - Consult met uw radiotherapeut
 - Tandarts
 - Receptiebalie radiotherapie
 - Gesprek met de medewerker voorlichting
 - Masker
 - Scans
 - Eerste bestralingsafpraak
 - Bestralingstijden
 - Op tijd komen
 - Vragenlijst
- 4 Uw behandeling in de praktijk**
 - Aanmelden
 - Afsprakensticker
 - De bestraling
 - Contrôles
 - Controleren van bloedwaarden
 - Diëtist
 - Mondhygiënist
 - Na afloop van de bestraling
 - Uw huisarts
 - Hoe heeft u uw behandeling ervaren?
- 5 Bijwerkingen en adviezen**
 - Droge mond, smaakverlies en slikklachten
 - Stijfheid kaakgewricht
 - Prikkelhoest en kortademigheid
 - Vermoeidheid
 - Huidklachten
 - Tandbederf
 - Haaruitval
 - Op de lange termijn
- 6 Begeleiding**
 - Dienst Begeleiding Ondersteuning
 - Niet-meer-roken poli
 - Polikliniek Seksualiteit en Kanker
 - Thuiszorg
- 7 Waar kunt u meer informatie krijgen?**
 - Voorlichtingscentrum NKI-AVL
 - Voorlichtingscentrum KWF Kankerbestrijding
 - Internet
- 8 Vrijwilligers en donaties**
- 9 Naar het NKI-AVL**
 - Adresgegevens
 - Taxivervoer en vervoerskostenregeling
 - Openbaar vervoer
 - Parkeren
 - Gast-Huis
- 10 Telefoonnummers**
- 11 De belangrijkste punten samengevat**

Persoonlijke gegevens

Uw naam:

Uw bestralingsschema ziet er als volgt uit:

Totaal aantal bestralingen:

Aantal dagen per week:

Aantal weken:

Uw radiotherapeut:

Bereikbaar via telefoonnummer:

Uw bestralingstoestel:

Bereikbaar via telefoonnummer:

020 512 2102



Hoofdhalskanker en radiotherapie

Hoofdhalskanker kan op verschillende manieren behandeld worden. Er kan gekozen worden voor een chirurgische ingreep, voor chemotherapie of voor radiotherapie. Behandelingen kunnen ook gecombineerd of tegelijkertijd aangeboden worden. Deze behandelwijzer informeert u over de uitwendige radiotherapie.

Waarom bestraling?

Bij u is een kwaadaardige tumor in het hoofdhals gebied geconstateerd. Een kwaadaardige tumor is een gezwell dat kan ingroeien in de omliggende weefsels. Via bloed- en lymfebanen kan een tumor ook uitzaaien naar plaatsen elders in het lichaam. Na een operatie kan de tumor teruggroeien in het oorspronkelijke gebied, ook al lijkt het volledig weggehaald te zijn door de chirurg. In een kwaadaardige tumor is het erfelijk materiaal, het DNA, verstoord. Het uitgangspunt van radiotherapie is dat het DNA

door de bestraling beschadigd wordt. Gezonde, normale cellen herstellen hierna weer snel, maar tumorcellen kunnen van deze beschadiging van het DNA niet goed herstellen. Door vaak te bestralen zullen de tumorcellen afgebroken worden. Uiteindelijk leidt dit tot een vernietiging van tumorcellen.

Uitwendige bestraling

Bij uitwendige bestraling bevindt het bestralingstoestel zich buiten het lichaam en wordt het te behandelen gebied door de huid heen bestraald.

De straling waarmee u behandeld gaat worden, is een elektrisch opgewekte straling. Dit gebeurt in het bestralingstoestel; de lineaire versneller. Hierin worden elektronen opgewekt, waar een enorm hoge snelheid aan wordt gegeven. Elektronen kunnen in het toestel ook omgevormd worden tot fotonen. Fotonen kunnen dieper in het lichaam doordringen. Door de hoge energie is het mogelijk om met heel gerichte stralingsbundels te behandelen.

Ter voorbereiding op de bestralingen wordt er een CT-scan gemaakt. Met behulp van deze CT-scan bepaalt de radiotherapeut het exacte bestralingsgebied. Hiermee wordt berekend hoe de tumor zo optimaal mogelijk bestraald



bestralingstoestel



en het gezonde weefsel zo min mogelijk belast kan worden. Dit heet het bestralingsplan.

Het bestralingstoestel kan in een hele cirkel om u heen draaien, zodat u uit elke gewenste hoek bestraald kan worden.

In de kop van het bestralingstoestel zitten afdekkingslamellen, waardoor de delen afgeschermd kunnen worden waar de straling niet mag komen. Deze afdekkingslamellen hoort u schuiven als u op het toestel ligt.

Van de bestraling voelt u niets. De bestraling duurt slechts enkele minuten. Afhankelijk van uw bestralingsplan wordt u op werkdagen gedurende een tot zeven weken bestraald. Soms kan om logistieke redenen, of omdat de behandeling dit voorschrijft, twee bestralingen op één dag gepland worden.

Bestraling in combinatie met chemotherapie

Indien er voor u gekozen is voor een behandeling van radiotherapie in combinatie met chemotherapie dan wordt u hierover

nog uitgebreid ingelicht. Naast de wekelijkse controle bij de radiotherapeut wordt u ook wekelijks gezien door de research laborant. Dit is een gespecialiseerde radiotherapeutisch laborant die onder andere navraag doet naar de bijwerkingen en de bloedwaarden controleert.

Met wie heeft u te maken?

Het Antoni van Leeuwenhoekziekenhuis is een ziekenhuis dat zich specialiseert in de behandeling van kanker. In het Nederlands Kanker Instituut wordt veel onderzoek naar kanker gedaan. Op de afdeling radiotherapie werken radiotherapeuten. Dit zijn oncologische specialisten die patiënten behandelen met straling.

De bestraling wordt uitgevoerd door radiotherapeutische laboranten. In het ziekenhuis worden ook radiotherapeuten en radiotherapeutisch laboranten opgeleid. Zij staan altijd onder supervisie van gediplomeerde dienstverleners. Tevens werken op onze afdeling Physician Assistants, PA's. Dit zijn hoogopgeleide paramedische professionals. Zij staan onder verantwoordelijkheid van de radiotherapeuten en werken nauw met hen samen.



3 Voor de behandeling van start gaat

Wij adviseren om bij alle consulten en gesprekken iemand mee te nemen. Zo kunt u later met elkaar nog napraten over wat er is verteld. Mist u informatie of is iets niet helemaal duidelijk, aarzel dan niet uw vragen te stellen.

Consult met uw radiotherapeut

Er is voor u een afspraak gemaakt met een radiotherapeut. Hij/zij heeft al uw medische gegevens, die de verwijzende specialist heeft vastgesteld. Ondanks deze informatie zal uw radiotherapeut u toch opnieuw vragen stellen over uw ziekte. Meestal zal hij/zij ook een gericht lichamelijk onderzoek doen om een indruk te krijgen van uw lichamelijke gesteldheid. Indien nodig worden nog aanvullende onderzoeken aangevraagd.

In het gesprek wordt u verteld hoe uw behandeling er uit zal gaan zien en hoeveel keer u naar verwachting bestraald gaat worden. Ook zal het doel van de behandeling uitgelegd worden, en wat de eventuele bijwerkingen zullen zijn.

Indien u samen met uw arts besloten heeft om over te gaan tot een behandeling krijgt u een brief thuis met de afspraken voor de voorbereiding op de bestraling.

Voor eventuele onderzoeken of behandelingen in studieverband, zal schriftelijk uw toestemming worden gevraagd.

Tandarts

Wanneer de kaak of speekselklieren in het bestralingsgebied liggen, krijgt u een afspraak met een tandarts van het AVL. Deze bekijkt of er vooraf aan de bestraling aan het gebit of de kaak iets moet gebeuren. Voorts beoordeelt



hij het kaakgewricht.

Heeft u nog eigen tanden en kiezen, dan zal de tandarts een afdruk maken van uw gebit. Hiermee worden beschermkapjes en fluoridekapjes gemaakt.

Beschermkapjes draag u tijdens de bestraling. Fluoridekapjes zijn nodig om uw gebit met fluoride te behandelen. Door de verminderde speekselproductie ten gevolge van de bestraling, neemt ook de bescherming van uw gebit af. Dit verlies kan door fluoride gecompenseerd worden.

Draagt u een volledige gebitsprothese, dan zal er gekeken worden of er nog verstopte wortelresten zijn, en of de prothese de mond niet beschadigt.

De tandarts kan indien wenselijk, in en voortraject al een afspraak maken met de mondhygiënist.

Receptiebalie radiotherapie

Als u een afspraak heeft voor de voorbereiding op de bestraling, meldt u zich dan bij de receptiebalie van de radiotherapie (let op: NIET de radiologie!). Hier ontvangt u een groene kaart met een streepjescode. Met deze kaart meldt u zich altijd aan; bij een bestralingsafpraak maar ook voor alle andere afspraken. U meldt zich aan door de kaart met de streepjescode onder de streepjescodescanner te houden. Deze staat aan een paal vóór onze glazen schuifdeuren. Op het scherm kunt u dan aflezen welke afspraken u die dag heeft. U hoeft zich slechts éénmaal op een dag aan te melden.

Gesprek met medewerker voorlichting

Om u zo goed mogelijk op de bestraling voor te bereiden, krijgt u voorafgaand aan de behandeling ook een gesprek met een medewerker voorlichting. Tijdens dit gesprek komen vooral praktische zaken aan bod, zoals het afsprakensysteem, hoe de voorbereiding op de bestraling zal verlopen en hoe het bestralen zelf in zijn werking gaat

Masker

Ter voorbereiding op de bestraling wordt er een thermoplastisch masker gemaakt.



Hiervoor krijgt u een afspraak bij de moulagekamer. Het masker dient voor het goed fixeren van het hoofd/ Halsgebied. Uw hoofd mag namelijk niet bewegen. Met een masker op is het ook mogelijk om u steeds in precies dezelfde houding te kunnen neerleggen op het bestralingstoestel. Tevens kunnen hier ook de lijnen op aangetekend worden bij het maken van de voorbereidende CT-scan. Het masker bestaat uit een stuk plastic met gaatjes, dat in warm water soepel wordt gemaakt. Als u op de tafel ligt, met uw hoofd in een zachte hoofdsteun, wordt het over uw gezicht heen gelegd, en de contouren van uw gezicht worden er voorzichtig ingedrukt. Met bevestigingshoekjes wordt het masker vastgeklemd in de tafel waarop u ligt. Na vijf minuten is het masker voldoende afgekoeld en wordt het van het gezicht gehaald. U kunt door het masker ademen, kijken en luisteren.



Scans

Na het maken van het masker heeft u een afspraak voor een CT-scan. De CT-scanner is een toestel dat driedimensionale foto's maakt met röntgenstraling. Deze CT-scan is nodig om het bestralingsplan mee te maken.

Tijdens het maken van de scan ligt u op eenzelfde tafel als bij het maken van het masker. Uw hoofd ligt weer in dezelfde hoofdsteen, u krijgt uw beschermkapjes in en uw masker gaat op. In deze houding wordt u ook bestraald. Uit de muur in de ruimte van de CT-scanner komen laserlijnen, die zich projecteren op uw masker. Deze lijnen worden op uw masker aangetekend. In de bestralingsruimte komen ook deze laserlijnen uit de muur. Zo kunnen de radiotherapeutisch laboranten u door middel van de lijnen en puntjes op het masker in precies dezelfde

houding neerleggen bij de bestraling als bij het maken van de CT-scan. Het maken van een scan duurt ongeveer een half uur. Naast de CT-scan kan er ook een MRI- of PET scan gemaakt worden.



Eerste bestralingsafpraak

Is er voor u geen chemotherapie geselecteerd, dan krijgt u na uw afspraak op de CT-scan bericht thuis wanneer voor u de bestralingen gaan beginnen en op welk toestel. Wij streven ernaar om u binnen maximaal 10 kalenderdagen te laten beginnen. U kunt hierover ook altijd bellen met de receptiebalie op telefoonnummer 020 512 2102.

Bestralingstijden

Bij het inplannen van uw afspraken hebben wij met veel voorschriften en andere afspraken rekening te houden. Hierdoor kunnen de tijden van de bestraling per dag verschillen. Helaas kunnen wij geen rekening houden met verkeersomstandigheden. Mochten er bijzondere omstandigheden zijn, dan kunt u voor vragen hieromtrent terecht bij Service en Ondersteuning. Deze is te vinden in het kantoorje achter de receptie; de deur staat daar altijd open. Via de telefoon zijn ze te bereiken via 020 512 2102.

Op tijd komen

Vanzelfsprekend doet u uw best om op tijd op uw bestralingsafpraak te zijn. Wilt u met de gewone filedrukte rekening houden? Mocht er onderweg geheel onverwacht groot oponthoud zijn, dan kunt u bellen met het algemene nummer 020 512 2102. Zij geven dan aan het toestel door dat u verlaat bent. Maakt u zich vooral niet ongerust, u wordt altijd bestraald!

Vragenlijst

Voordat u aan de behandeling begint, wordt u gevraagd een vragenlijst in te vullen. Deze lijst krijgt u samen met uw afspraken opgestuurd. Wilt u deze lijst ingevuld meenemen en afgeven bij het voorlichtingsgesprek?

Om de bijwerkingen van de bestralingen beter in kaart te brengen, wordt u vaker gevraagd een vragenlijst in te vullen.



Uw behandeling in de praktijk

Voor uw behandeling zult u met veel verschillende afdelingen te maken krijgen. In het NKI-AVL bestaat er een goede samenwerking tussen de afdelingen. Hierdoor zullen uw afspraken zoveel mogelijk op elkaar aansluiten.

Aanmelden

Bij uw eerste bezoek aan de afdeling radiotherapie heeft u een groene kaart met streepjescode gekregen. Met deze kaart meldt u zich altijd aan. Dat doet u door de kaart onder de streepjescodescanner te houden.



aanmelden met streepjescode

Deze hangt aan een paal voor de afdeling radiotherapie. Op het scherm verschijnen dan uw afspraken. Als het een bestralingsafpraak betreft, ziet u op het scherm het nummer van het bestralingstoestel waar u verwacht

wordt, verschijnen. Voor de bestralingen neemt u plaats in de wachtruimte van het bestralingstoestel.

Afsprakensticker

Bij de receptie krijgt u uw afspraken mee op een sticker voor de rest van de week. Elke donderdag liggen bij de receptiebalie uw nieuwe afspraken klaar. Er is regelmatig ook een controleafpraak met uw radiotherapeut gepland. Deze afspraak wordt voor u gemaakt en staat ook op uw afsprakensticker vermeld. Afspraken met diëtisten of mondhygiënisten vindt u ook op uw afsprakensticker. Hiervoor meldt u zich bij de balie van de doktersassistenten. Ook voor het bloedprikken kan u terecht bij deze balie. U hoeft hiervoor niet naar de bloedafname.

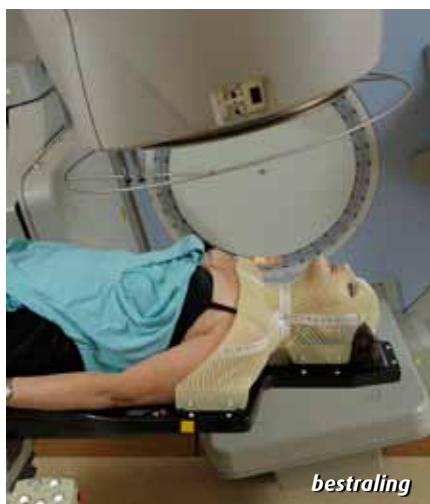
De bestraling

Een radiotherapeutisch laborant zal u ophalen uit de wachtruimte en naar de kleedkamer brengen. Hier kunt u zich omkleden. Neemt u een shirt of vestje mee dat u even aan kunt doen. De radiotherapeutisch laborant loopt met u mee naar de bestralingsruimte, waar u op de tafel plaatsneemt. U komt met uw hoofd weer in uw hoofdsteun te liggen, krijgt uw masker op. In de bestralingsruimte



uitkleedruimte naar toestel

komen weer laserlijnen uit de muur, die op uw masker schijnen. Zo kunt u precies neergelegd worden als bij het maken van de CT-scan. Regelmatig wordt deze instelling met behulp van röntgenfoto's gecontroleerd. Als u helemaal goed ligt, gaan de radiotherapeutisch laboranten naar de bedieningsruimte waar ze op de monitoren uw bestraling kunnen volgen. In de bestralingsruimte hangt een camera en een



bestraling

microfoon, zodat ze u kunnen zien en horen. Het is belangrijk dat u tijdens de bestraling stil ligt. In overleg met de radiotherapeutisch laboranten mag een begeleider met u mee in de bestralingsruimte bij de voorbereiding op de bestraling.

Het bestralingstoestel draait zich vervolgens om u heen om u te bestralen. Tijdens het bestralen hoort u een zoemend geluid. De tijd dat u bestraald wordt is erg kort, slechts enkele minuten. Met al het pas- en meetwerk zult u alles bij elkaar ongeveer 15 minuten in de bestralingsruimte zijn.

Contrôles

U wordt tijdens uw behandeling regelmatig gecontroleerd door uw radiotherapeut. Voor de afspraak met uw radiotherapeut meldt u zich aan de balie van de doktersassistenten op de afdeling radiotherapie. Uw radiotherapeut controleert hoe het met u gaat. U krijgt advies hoe u het beste met de bijwerkingen om kunt gaan. Hij/zij is er ook om al uw vragen te beantwoorden. Heeft u een nieuw recept nodig, dan kan dat voorgeschreven worden. Neemt u dan wel het oude doosje of flesje mee?

Controleren van bloedwaarden

Als u in dezelfde periode van de bestraling ook chemotherapie krijgt, worden er regelmatig afspraken gemaakt om uw bloed te laten prikken. U vindt dat op uw afsprakenkaart terug. Dit gebeurt ook bij de doktersassistenten op onze afdeling. Op donderdag moet u hiervoor wachten op de uitslag, wat twee uur kan duren. het is aan te raden dit vóór de bestraling te laten doen.



Diëtist

Omdat door de bestraling uw mond, keel of slokdarm pijn kan gaan doen, wordt er een afspraak gemaakt met de diëtist(e). Deze afspraak komt op uw afsprakensticker te staan. U kunt ook altijd contact opnemen met de diëtist(e) tijdens het telefonisch spreekuur, dagelijks van 12.00 – 13.00 uur, telefoonnummer is 020 512 1533.

Mondhygiënist

Tijdens de behandelperiode worden afspraken gemaakt bij de mondhygiënist(e) die u controleert en adviseert over een optimale mondverzorging. De mondhygiënist(e) heeft tevens informatie over producten die u kunt gebruiken bij een droge mond. Hiervoor kunt u zich melden bij de balie van de doktersassistenten. Het telefoonnummer van de mondhygiënist(e) is 020 512 7802.

Na afloop van de bestraling

Aan het eind van de bestralingsbehandeling blijft u onder controle bij uw radiotherapeut. Hiervoor wordt een afspraak gemaakt. Waarschijnlijk heeft u ook nog andere controleafspraken met behandelend artsen. Deze controles zijn van groot belang om

het effect van de behandeling te volgen. De uitwerking van de bestraling zet zich nog geruime tijd voort, zodat het uiteindelijke resultaat van de behandeling pas na tien weken (of nog langer) is te beoordelen.

Uw huisarts

De huisarts wordt aan het begin van uw behandeling op de hoogte gebracht. U kunt uw huisarts altijd bellen om te overleggen, maar ook als u plotseling klachten krijgt. Als u klachten krijgt die direct zorg behoeven, dan kunt u buiten regulier tijden om altijd het Antoni van Leeuwenhoekziekenhuis bellen en vragen naar de dienstdoende arts.

Hoe heeft u uw behandeling ervaren?

Een speerpunt van de afdeling radiotherapie is om de behandeling en de zorg rondom de patiënt zo goed mogelijk te laten verlopen. Door middel van een enquête willen we graag door u geïnformeerd worden over onze zorg. Dit enquêteformulier krijgt u na afloop van de behandeling aangereikt. Het is voor onze organisatie belangrijk om te horen hoe u uw behandeling en de zorg rondom heeft ervaren.

Bent u niet tevreden over het verloop dan de behandeling, dan kunt u tijdens de behandeling contact opnemen met het paramedisch hoofd van de afdeling radiotherapie. Hiervoor belt u met 020 512 2178.

Meer informatie over een klachtenprocedure leest u in onze folder 'Als u niet tevreden bent'. Deze folder is te verkrijgen in ons voorlichtingscentrum en is ook onder deze noemer te vinden op onze website www.nki.nl.



Alle intensieve behandelmethoden kennen een aantal bijwerkingen. De mate en ernst van de bijwerkingen varieert per persoon. Tevens is het gebied dat bestraald wordt en de dosis die afgegeven wordt bepalend voor het optreden van specifieke bijwerkingen. Uw radiotherapeut zal u hierover zo volledig mogelijk informeren. Het al dan niet optreden van bijwerkingen zegt niets over het effect van de behandeling.

Droge mond, smaakverlies en slikklachten

Als de speekselklieren in het te bestralen gebied liggen, krijgt u last van een drogere mond en taai speeksel. De speekselvorming neemt in de eerste twee tot drie weken van de bestralingen af. Door de vermindering van speekselvloed is er ook sprake van smaakverlies.

Ligt een deel van de slokdarm in het te bestralen gebied, dan worden de slijmvliezen van de slokdarm aangedaan. Hierdoor zal in na ongeveer twee tot drie weken pijn bij het slikken ontstaan of krijgt u moeite met slikken, wat kan leiden tot verslikken. Om de pijn te verzachten kan uw radiotherapeut pijnstillers voorschrijven. De mondhygiëniste heeft informatie over producten die u kan gebruiken om het slikken te vergemakkelijken.

Wanneer door slikproblemen het moeilijk is voldoende voedingsstoffen binnen te krijgen, krijgt u het advies te starten met aanvullende drinkvoeding.

Deze voeding bevat relatief veel calorieën, eiwitten en extra vitamines/mineralen. Mocht er ondanks de drinkvoeding blijken dat u nog steeds onvoldoende voeding binnen

krijgt zal er een neussonde of andere sonde worden ingebracht. U gaat dan over op kunstmatige voeding: sondevoeding.

De diëtiste zal bepalen hoeveel sondevoeding u nodig heeft en draagt zorg voor het aanvragen van de materialen voor thuis. Hoelang u afhankelijk bent van sondevoeding is per persoon verschillend. Wel is het belangrijk dat u ondanks de sondevoeding toch elke dag een aantal keren slikt, bijv. water. Hierdoor hopen wij te bereiken dat u na afloop niet opnieuw hoeft leren te slikken. Wanneer het slikken weer beter gaat zal er vanaf zes weken na de laatste bestraling de sondevoeding worden afgebouwd. De diëtist begeleidt u bij de overgang van sondevoeding naar normale voeding.

Tijdens de behandeling is het belangrijk dat u in ieder geval twee liter vocht drinkt. Voor de combinatiebehandeling adviseren wij om drie liter vocht te drinken.

Na het beëindigen van de bestralingsbehandeling kunnen de slikklachten gedurende enkele maanden aanhouden. In de meeste gevallen zal de speekselvorming en het de smaak in de loop van anderhalf jaar terugkomen.



Adviezen bij slikklachten, droge mond en smaakverlies:

- Vermijd hard en grof voedsel. Vervang vaste voedingsmiddelen (bv. brood) door vloeibare voedingsmiddelen (bv. vla of pap).
- Verdeel de maaltijden over de dag: zes tot acht kleine hoeveelheden in plaats van drie grotere maaltijden.
- Gebruik geen scherpe specerijen of sterk gezouten voedsel.
- Gebruik smeugig beleg op brood (bv. smeerkaas, paté).
- Kies meer voor vloeibare producten (bv. pap, drinkontbijt of maaltijdsoep) of gebruik extra jus of saus.
- Probeer veel verschillende producten uit, per moment of dag kan de voorkeur erg verschillen.
- Bij drogist en apotheek zijn speekselvervangende producten te krijgen die het kauwen van voedsel en het doorslikken vergemakkelijken. De mondhygiënist kan u hierover adviseren.

Verder verwijzen we u naar de brochure "Voeding bij kanker" van het KWF.

Stijfheid kaakgewricht

Afhankelijk van het bestraalde gebied worden door het bestralen de kauw- en slikspieren stijver.

Het kan helpen hiervoor oefeningen te doen. Als blijkt dat het nodig is, kan een logopediste hier u mee helpen.

Voedingsadviezen bij stijfheid kaakgewricht:

- Snijd voedsel klein of pureer het met een blender of staafmixer.
- Kies voor zachte voedingsmiddelen. (bv. pasta, vis, gekookte groente i.p.v. rauwkost).

Verder verwijzen we u naar de brochure "Voeding bij kanker" van het KWF.

Prikkelhoest of kortademigheid

Door het aangedane slijmvlies kan u prikkelhoest krijgen of kortademigheid ervaren. Deze klachten verdwijnen doorgaans een paar weken na de behandeling.

Vermoeidheid

Het is mogelijk dat u zich vermoeider voelt dan normaal. Dit heeft niet alleen te maken met de behandeling maar ook met de verwerking van de diagnose. Ook het regelmatig reizen naar het ziekenhuis kan een extra belasting zijn. De mate van vermoeidheid hangt ook af van uw situatie en conditie. Het is gebleken dat de vermoeidheid minder lang aanhoudt als u regelmatig in beweging blijft. U voelt zelf het beste wat u wel of niet kunt doen.



Huidklachten

De huid zal in de loop van de behandeling rood worden. Soms gaat de huid open. Uw radiotherapeut of de doktersassistent kan u speciale crèmes voorschrijven.

De doktersassistenten kunnen u helpen met het verzorgen van de huid. Gedurende de behandeling kunt u gewoon douchen en een milde zeep gebruiken. Wij adviseren om al vooraf aan de behandeling niet meer nat te scheren, maar een scheerapparaat te gebruiken. Dit om de huid zo min mogelijk te irriteren. Gaat u niet in de zon met de behandelde huid. Als de behandeling klaar is en de huid niet meer rood, gebruikt u dan een zonnebrandcrème met hele hoge beschermingsfactor. In het behandelde gebied kan ook onderhuids vocht vastgehouden worden, waardoor er zwelling op treedt. De huid wordt strakker. Na de behandeling zal dit langzaam weer verdwijnen.

Tandbederf

Als speekselklieren in het bestralingsgebied liggen, zal door de verminderde speekselproductie er een grotere kans op tandbederf zijn. Het is daarom van groot belang regelmatig uw eigen tandarts te bezoeken. Om de kans op tandbederf zoveel

mogelijk te verminderen, is het nodig om gedurende twee jaar uw gebit met fluoride te behandelen. Hiervoor zijn de fluoridenkapjes gemaakt. De mondhygiëniste zal u met al uw mond- en tandproblemen helpen en adviseren.

Mocht het noodzakelijk zijn een tand of kies te trekken dan moet dit altijd in overleg met de tandarts uit het AVL gebeuren.

Haaruitval

Uw haar kan dunner worden of uitvallen als het in het bestralingsgebied ligt. Afhankelijk van de dosis kan het haar na de bestraling opnieuw groeien, of is er blijvend haaruitval. Mocht dit een voor u te verwachten bijwerking zijn dan zal uw radiotherapeut dit met u bespreken.

Op de lange termijn

Bestraling zou op zeer lange termijn een nieuwe tumor kunnen veroorzaken. Het risico hierop is erg klein. Er wordt hier veel onderzoek naar gedaan. Uw radiotherapeut kan u hierover verder informeren.



Het krijgen van kanker en het ondergaan van een behandeling zijn ingrijpende gebeurtenissen. Uw radiotherapeut kan u helpen met psychosociale ondersteuning.

De Dienst Begeleiding en Ondersteuning van het NKI-AVL biedt aanvullende psychosociale ondersteuning aan patiënten en hun naasten. U kunt bij deze afdeling terecht met diverse vragen en problemen.

Dienst Begeleiding en Ondersteuning

Binnen de Dienst Begeleiding en Ondersteuning, DBO, werkt een scala aan hulpverleners zoals maatschappelijk werkers, geestelijk verzorgers en creatief therapeuten.

Zij hebben veel ervaring met het omgaan met kanker. Zij helpen u bij het zoeken naar antwoorden op uw vragen, geven inzicht en handvatten voor het omgaan met de ziekte, de behandeling en de beperkingen die deze met zich mee kan brengen. Dit geldt ook voor de herstelperiode na de behandeling. Tevens kunnen zij bemiddelen en adviseren bij verwijzing naar andere instanties buiten het ziekenhuis en bieden zij materiële hulpverlening gerelateerd aan de ziekte of behandeling. Het telefoonnummer van DBO is 020 512 2650.

Niet-meer-roken Poli

Roken kan de bijwerkingen van de bestraling versterken. Het is dan ook zeker aan te raden hiermee te stoppen. Het NKI-AVL heeft een speciale poli hiervoor: de Niet-meer-roken poli. Als u hier behoefte aan heeft, kan uw

radiotherapeut een afspraak voor u maken. U kunt ook zelf bellen.

De Niet-Meer-Roken poli houdt op maandag spreekuur en is telefonisch bereikbaar via telefoonnummer 020 512 7969.

Op dinsdag tot en met vrijdag kunt u contact opnemen voor een afspraak via telefoonnummer 020 512 7921.

Polikliniek Seksualiteit en Kanker

De medewerkers van de Polikliniek Seksualiteit en Kanker hebben ervaring met het bespreken van problemen op het gebied van intimiteit en seksualiteit.

Voor het maken van een afspraak kunt u contact opnemen met het secretariaat DBO via telefoonnummer 020 512 2650.

Thuiszorg

Voor vragen over thuiszorg kunt u terecht bij het voorlichtingscentrum, in de hal van het ziekenhuis. U kunt zich hiervoor uiteraard ook tot uw huisarts wenden.

7

Waar kunt u meer informatie krijgen

Voor patiënten met hoofdhalskanker is er een stichting opgericht die de belangen van de patiënten vertegenwoordigd. De stichting heet Klankbord en is te bereiken via telefoonnummer 033 247 3464 of via de website: www.stichtingklankbord. Bij de patiëntenvereniging kan u terecht met specifieke vragen, maar vooral ook voor patiëntencontact.

Voorlichtingscentrum NKI-AVL

In het voorlichtingscentrum van het NKI-AVL is aanvullende informatie te verkrijgen over verschillende vormen van kanker en hun behandelingsmogelijkheden. Daarnaast zijn in het centrum folders, boeken, brochures en tijdschriften beschikbaar. De folders en brochures zijn gratis. De boeken en tijdschriften zijn niet uitleenbaar. Verder beantwoorden de medewerkers van het voorlichtingscentrum uw vragen over het NKI-AVL en geven ze informatie over patiëntenverenigingen, psychosociale zorg rond kanker, adressen voor hulpmiddelen (pruiken, protheses) en andere instellingen en organisaties. Het voorlichtingscentrum is open op werkdagen van 09.00 – 12.00 uur en van 13.00 – 16.30 uur.

Het telefoonnummer is 020 512 2991.

Voorlichtingscentrum KWF Kankerbestrijding

KWF Kankerbestrijding heeft een voorlichtingscentrum gevestigd aan de Delflandlaan 17 te Amsterdam. In dit voorlichtingscentrum kunt u tijdschriften en boeken inzien en uw vragen aan deskundigen stellen. Het voorlichtingscentrum is op werkdagen geopend van 09.00 – 18.00 uur. U kunt uw vragen ook stellen via de gratis hulp- en informatielijn, 0800 022 6622.



Internet

De meeste patiënten doen hun uiterste best om zoveel mogelijk informatie over hun ziekte te vergaren. Op het internet is hierover erg veel te vinden. Omdat niet alle informatie op internet even betrouwbaar is, verwijzen wij u graag naar een aantal gerenommeerde sites:

www.nki.nl
www.hoofdhals.nki.nl
www.kwfkankerbestrijding.nl
www.stichtingklankbord.nl
www.diagnose-kanker.nl
www.kankerpatient.nl
www.kankerbestrijding.nl
www.herstelenbalans.nl
www.gast-huis.nl

Vrijwilligers



Sinds 1949 is de Stichting Patiëntenzorg actief in het NKI-AVL. Het doel van deze stichting is de sfeer in het ziekenhuis zo prettig mogelijk te maken voor zowel patiënten als verpleegkundigen. De Stichting werkt met vrijwilligers.

Deze vrijwilligers gaan elke werkdag, in de ochtend en middag, rond met een koffiekar om de patiënten te voorzien van koffie of thee. Vragen omtrent de Stichting Patiëntenzorg kunt u richten aan patiëntenzorg@nki.nl

Donaties

Sinds 1913 werkt het NKI-AVL aan het bestrijden van kanker door middel van patiëntenzorg, onderzoek en onderwijs.

Naast onderzoek naar het ontstaan van kanker doet het NKI-AVL veel klinisch onderzoek naar verbetering van bestaande behandelingen en de werking van nieuwe therapieën.

Het NKI-AVL speelt een voortrekkersrol bij nieuwe ontwikkelingen op het gebied van kankerbestrijding.

Voor het wetenschappelijk onderzoek is geld nodig. De Vereniging 'Vrienden van het Nederlands Kanker Instituut' ondersteunt dit onderzoek ook financieel. Iedereen die de behandeling van kankerpatiënten en het wetenschappelijk onderzoek een warm hart toedraagt, kan vriend worden. Vrienden ontvangen het informatieve magazine Antoni thuis.

Vriend worden is eenvoudig: u kunt uw naam en adres telefonisch doorgeven door 020 512 2856 te bellen of te mailen naar vriendworden@nki.nl



Het NKI-AVL is zowel per openbaar vervoer als met de eigen auto gemakkelijk te bereiken. Parkeren is niet gratis, maar er geldt een gereduceerd tarief voor patiënten en bezoekers.

Adresgegevens

Het adres van het NKI-AVL is Plesmanlaan 121, 1066 CX in Amsterdam. Het algemene telefoonnummer is 020 512 9111. Meer informatie over de bereikbaarheid kunt u vinden op onze website www.nki.nl. Als u op de website het AVL kiest, en daarna de link 'Direct naar' aanklikt en vervolgens 'route' kiest, dan vind u daar alle informatie.

Taxivervoer en vervoerskostenregeling

Uw zorgverzekeraar kan u informeren over een vergoeding per kilometer als u zelf naar het NKI-AVL komt, of over de vergoeding als u gebruik wilt maken van een taxi. Krijgt u

van uw verzekering een vervoersverklaring, dan kunt u deze laten invullen bij de receptie van de afdeling radiotherapie. Als u met eigen vervoer komt, bewaar dan uw afsprakenkaart. Aan het eind van de bestralingsbehandeling kan u uw afsprakenkaart samen met een vervoersverklaring opsturen naar uw zorgverzekeraar. In de centrale hal kunt u zelf een taxi bellen of kunt u een taxi laten oproepen via de receptie.

Openbaar vervoer

Het NKI-AVL is zeer goed bereikbaar per openbaar vervoer. Op de Johan Huizingalaan, gelegen naast het NKI-AVL, stoppen tramlijn 2 en bussen 19, 62 en 195.





Komt u met de trein, dan kunt u vanaf de stations Bijlmer, Arena, Zuid of Rai de metrolijn 50 nemen, richting Isolatorweg. Vanuit de treinstations Lelylaan en Sloterdijk neemt u de metrolijn 50 richting Gein. U stapt uit bij de Heemstedestraat. Lopend is het dan nog 10 minuten. U kunt ook op tramlijn 2 stappen richting Nieuw Sloten, en een halte meerijden tot de Johan Huizingalaan. Vanaf station Lelylaan is het ook mogelijk om direct naar de Johan Huizingalaan te gaan met bus 62. Voor actuele routes en vertrek- en aankomsttijden verwijzen wij u naar www.9292ov.nl. U kunt ook bellen met 0900 9292.

Parkeren

Het parkeerterrein voor patiënten en bezoekers vindt u vanaf de ingang aan de Plesmanlaan na 500 meter aan de rechterkant en vanaf de ingang aan de Louwesweg na 200 meter aan de linkerkant. Onder het gebouw bevindt zich ook parkeergelegenheid. De ingang van de parkeergarage vindt u naast de hoofdingang. Patiënten en bezoekers betalen een gereduceerd tarief. De eerste 20 minuten zijn gratis, en maximaal, voor 6 uur of langer, betaalt u 5 Euro. U rekent af bij de parkeerkaartautomaat in de hal van het ziekenhuis.

Gast-Huis

Als de afstand tussen uw woonplaats en het NKI-AVL groot is en u meerdere malen per week voor behandeling komt, kan het handig zijn om korte tijd in de buurt van het ziekenhuis te verblijven. U kunt dan gebruik maken van het Gast-Huis. Het Gast-Huis bevindt zich naast het ziekenhuis, maar is een op zichzelf staande organisatie.

Het Gast-Huis is een modern ingericht logeershuis voor patiënten van het NKI-AVL en hun naasten. Tegen een vergoeding kunt u gebruik van een tweepersoonskamer met badkamer en toilet. In de gemeenschappelijke keuken kunt u zelf uw maaltijden bereiden. Naar behoefte ervaren gasten ook steun aan elkaar of aan de vrijwilligers die er werken. Inmiddels zijn er steeds meer zorgverzekeraars die de kosten van een logeershuis in hun polisvoorwaarden opnemen. Informeert u bij uw zorgverzekeraar of u hiervoor in aanmerking komt.

De bestralingsafspraken kunnen in veel gevallen zo geregeld worden dat u op maandag pas later hoeft te komen en op vrijdagochtend weer terug kan naar huis.

Voor het bespreken van een kamer kunt u het beste bellen met het management. Zij zijn telefonisch bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 10.00 tot 15.00 uur op telefoonnummer: 020 346 2020.

Het Gast-Huis bestaat mede dankzij de vele vrijwilligers. Zij zijn elke dag aanwezig van 9.30 tot 22.00 uur. Zij helpen u op weg in en om het huis. Voor meer informatie gaat u naar www.gast-huis.nl.



Nederlands Kanker Instituut - Antoni van Leeuwenhoek Ziekenhuis:	020 512 9111
Radiotherapie	
Afdeling Radiotherapie, van 8.00 tot 17.00 uur	020 512 2100
Receptiebalie	020 512 2102
Voorlichtingslaborant	020 512 2257
Doktersassistenten	020 512 2113
Service en Ondersteuning, voor uw afspraken	020 512 2160
Paramedisch Hoofd	020 512 2178
Dienst Begeleiding en Ondersteuning	020 512 2650
Polikliniek Seksualiteit en Kanker	020 512 2650
Niet-meer-roken poli , op maandag consult op andere werkdagen	020 512 2526 020 512 7921
Voorlichtingscentrum: op werkdagen van 9.00 tot 12.00 en van 13.00 tot 16.30 uur	020 512 2991
Gast-Huis: tussen 9.30 en 22.00 uur Voor het bespreken van een kamer tussen 10.00 en 15.00 uur	020 346 2020
KWF Kanker infolijn een gratis telefoonlijn	0800 022 6622
Openbaar vervoer	0900 9292

Vriend worden van NKI-AVL:	020 512 2856
-----------------------------------	--------------

Aantekeningen



A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page below the header.

- Het is raadzaam om zeker bij de geplande gesprekken iemand mee te nemen.
- Wilt u deze behandelwijzer meenemen bij het voorlichtingsgesprek?
- Wilt u óók de ingevulde vragenlijst afgeven bij uw voorlichtingsgesprek?
- Het is aan te raden om tijdens de behandelingen te scheren met een scheerapparaat.
- Ongeveer 10 kalenderdagen na het maken van de CT-scan zal u starten met uw bestralingen. Hiervoor ontvang u thuis bericht.
- U meldt zich altijd aan met de groene kaart waarop de streepjescode-sticker is geplakt. Deze houdt u onder de streepjescode-scanner aan de paal links voor de glazen schuifdeuren.
- Op het scherm leest u op welk bestralingstoestel u wordt bestraald.
- Voor de bestralingsafpraak neemt u plaats in de wachtruimte van het bestralingstoestel.
- Voor de contrôleafpraak, afspraken met diëtist, mondhygiënist of voor het prikken van bloed, meldt u zich bij de balie van de doktersassistenten.
- Als u bloed moet laten prikken, is het aan te raden dit vóór de bestraling te laten doen. Op donderdag moet u wachten op de uitslag, wat twee uur kan duren.
- Vanaf donderdag liggen uw afspraken klaar voor de week erop bij de receptie.
- Bent u bekend met de bijwerkingen? U kunt dit lezen in hoofdstuk 5. Uw radiotherapeut kan u hier meer over vertellen.
- Bij sondevoeding is het belangrijk dat u toch steeds slikt, bv. ieder uur wat water.
- Aan de radiotherapeutisch laboranten op het toestel kunt u vragen of uw begeleider mee mag.
- Wilt u uw kaart met streepjescode en afspraken meenemen de bestralingsruimte in? De radiotherapeutisch laboranten kunnen deze dan controleren.
- De tijd dat u in de bestralingsruimte bent is ongeveer 15 minuten.

Patiënteninformatie

NKI-AVL

Afdeling Radiotherapie

Postbus 90203
1006 BE Amsterdam

Bezoekadres:

Plesmanlaan 121
1066 CX Amsterdam

T 020 512 9111

I www.nki.nl

Colofon

Behandelwijzer
Radiotherapie bij hoofdhalstkanker
van het NKI-AVL

Redactie
M. Belderbos
Afdeling Radiotherapie

Fotografie
Audio Visueel centrum - NKI-AVL

Opmaak en druk
ACI Printing Company, Amsterdam

