

NEBENWIRKUNGEN UND MEDIKAMENTE

Liebe Frau

meist ist die Behandlung von Eierstock-, Eileiter- und Bauchfellkrebs mit der Einnahme von Medikamenten verbunden, um den Erfolg der operativen Therapie zu unterstützen. Nebenwirkungen und Begleiterscheinungen sind hierbei ungeliebte Begleiter nach

einer Operation, Chemotherapie oder anderen Medikamenteneinnahmen. Hier geben wir einen Einblick in die häufigsten Nebenwirkungen und Begleiterscheinungen, die im Rahmen der Eierstockkrebstherapie auftreten können.

FAKTEN

-
- | | | |
|-----------|---|---|
| 01 | Typische Nebenwirkungen der Chemotherapie | ... können sein: <ul style="list-style-type: none">- Übelkeit, Erbrechen, Durchfall- Blutungsneigung- Infektionsanfälligkeit- Blutarmut- Fatigue (Erschöpfungs-Syndrom)- Haarverlust- Entzündungen (bspw. der Mund- und Darmschleimhaut)- Nervenschädigungen/ Taubheitsgefühl/ Kribbelgefühl- Veränderungen des Geschmackssinns |
| <hr/> | | |
| 02 | Nebenwirkungen der Chemotherapie entstehen | ... da die Wirkstoffe Auswirkungen auf alle Zellen haben, die sich schnell teilen. Neben Tumorzellen zählen dazu auch Haar-, Schleimhaut- oder auch Darm- und Blutzellen. |
| <hr/> | | |
| 03 | Symptome einer Nebenwirkung | ... können alle Veränderungen Ihres Wohlbefindens sein. Deshalb achten Sie genau darauf und berichten Ihrem Arzt davon, wenn bspw. Knochen- oder Muskelschmerzen und Fieber auftreten. |
| <hr/> | | |
| 04 | Als Tumorresistenz bezeichnet man | ... Krebstumoren, die unempfindlich (resistent) gegenüber den eingesetzten Medikamenten (Chemotherapie) sind. |
| <hr/> | | |
| 05 | Nicht-kreuzresistente Krebsmedikamente | ... sind Wirkstoffe, die anderen Resistenzmechanismen unterliegen, d.h. bei Nichtwirken eines vorherigen Medikaments durchaus noch wirksam sein können, bspw. zytostatisch wirkende antibiotische Substanzen oder andere Krebsmedikamente. |
-

GUT ZU WISSEN

Nebenwirkungen können auch als Begleiterscheinungen bezeichnet werden, wie beispielsweise bei einer Operation. Bitte geben Sie Ihrer/m Ärztin/Arzt die Schwere und Dauer der Nebenwirkungen und deren Auswirkungen auf Ihr tägliches Leben an.

BEGLEITERSCHEINUNGEN NACH EINER OPERATION

Trotz der Tatsache, dass verschiedenste anatomische Strukturen bei Eierstockkrebs operiert werden, sind die meisten Komplikationen und Begleiterscheinungen nicht lebensbedrohlich und gut behandelbar. Dennoch können Komplikationen unterschiedlicher Art während und nach der Operation auftreten:

- Schmerzen, Blutungen, Wundheilungs- oder Empfindungsstörungen
- Ansammlungen von Wasser in den Beinen (Lymphödeme oder Lymphzysten) bei der Entfernung von Lymphknoten oder Bauchfell
- Magen-Darm-Beschwerden, die von Verstopfungen bis zu Durchfall reichen können, ebenfalls Schwierigkeiten beim Wasserlassen
- Trockenheit der Scheide, Narbenschmerzen, Sensibilitätsstörungen und körperliche Schwäche

Die Operation ist bei Ihrer Behandlung der wichtigste Therapiebaustein. Es handelt sich hierbei um eine sehr lange, aufwendige und intensive Operation, daher können operationsbedingte Begleiterscheinungen nicht ausgeschlossen werden. Der Umgang mit diesen Problemen wird vom Behandlungsteam meist ausführlich mit den Patientinnen durchgesprochen. Zögern Sie jedoch nicht, alle Probleme, Schmerzen oder Nebenwirkungen bzw. Begleiterscheinungen, die Sie haben, immer wieder vor Ihrem Arzt zu thematisieren. Die medikamentöse Therapie (z. B. Chemo- oder Hormontherapie) mit ihren vielen Möglichkeiten und Wirkstoffen bietet umfangreichere Nebenwirkungen, die in Ausmaß und Stärke sehr individuell sein können. Es ist wichtig zu wissen, dass es für viele Nebenwirkungen Behandlungsmöglichkeiten und auch vorbeugende Maßnahmen gibt. Diese Behandlungen werden auch Supportivtherapie genannt, da sie die Symptomatik einer Krankheit abschwächen und den Heilungsprozess unterstützen.

GLOSSAR



Lymphödem und Lymphzyste

Lymphödem ist eine nicht-gerötete und schmerzlose Schwellung infolge einer Flüssigkeitsansammlung in den Gewebsspalten, bspw. in der Leiste, im Genitalbereich und in den Beinen. Diese können auftreten, wenn das Lymphsystem gestört wird und die Lymphe (Zwischengewebsflüssigkeit) nicht abfließen kann. Wenn sich Lymphflüssigkeit in den Zysten ansammelt, spricht man von Lymphzysten.

Supportivtherapie

Unterstützende Behandlungen der Nebenwirkungen wie Schmerzen, Fatigue etc. Die unterstützende Behandlung ist ein unverzichtbarer Bestandteil der Therapie.

GUT ZU WISSEN

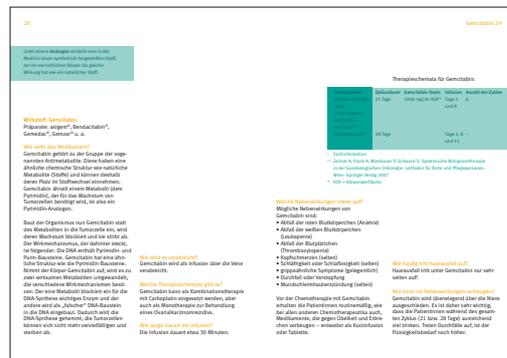
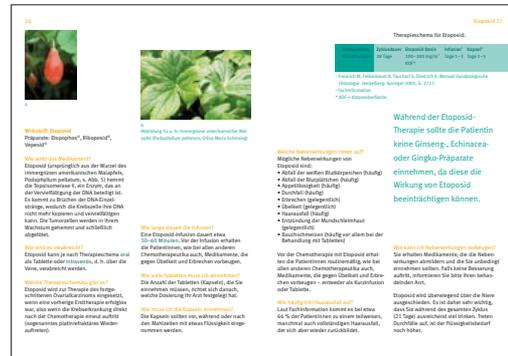
Lassen Sie sich Zeit für die Erholung und nutzen Sie die Möglichkeiten von Physiotherapien und Bewegungsprogrammen.



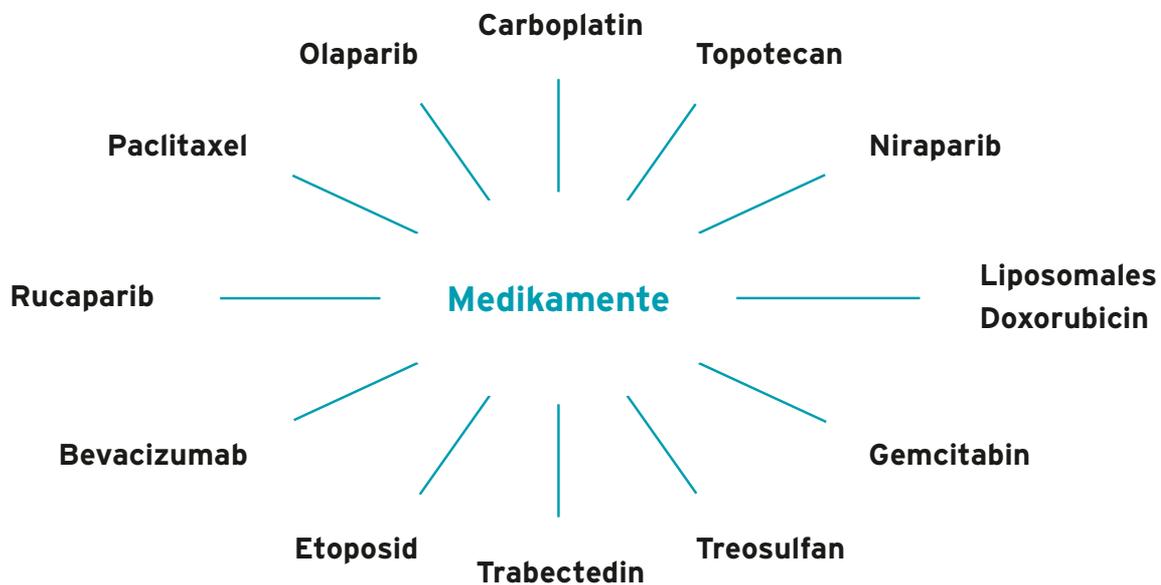


Literaturtipp:

„Medikamente gegen Eierstock-, Eileiter- und Bauchfellkrebs: Wirkungen und Nebenwirkungen“, Prof. Dr. med. Jalid Sehoul, akademos Verlag, 4. Auflage 2018



In der folgenden Grafik sehen Sie eine Auswahl verschiedener Substanzen, die aktuell für die Therapie von Eierstockkrebs zur Verfügung stehen. Wenn Sie Fragen zu spezifischen Nebenwirkungen Ihrer Eierstockkrebstherapie haben, wird Ihre behandelnde Ärztin und auch das Praxisteam Ihnen gerne jederzeit genauere Informationen und praktische Tipps geben. Scheuen Sie sich nicht, sie darauf anzusprechen!





Vergebung

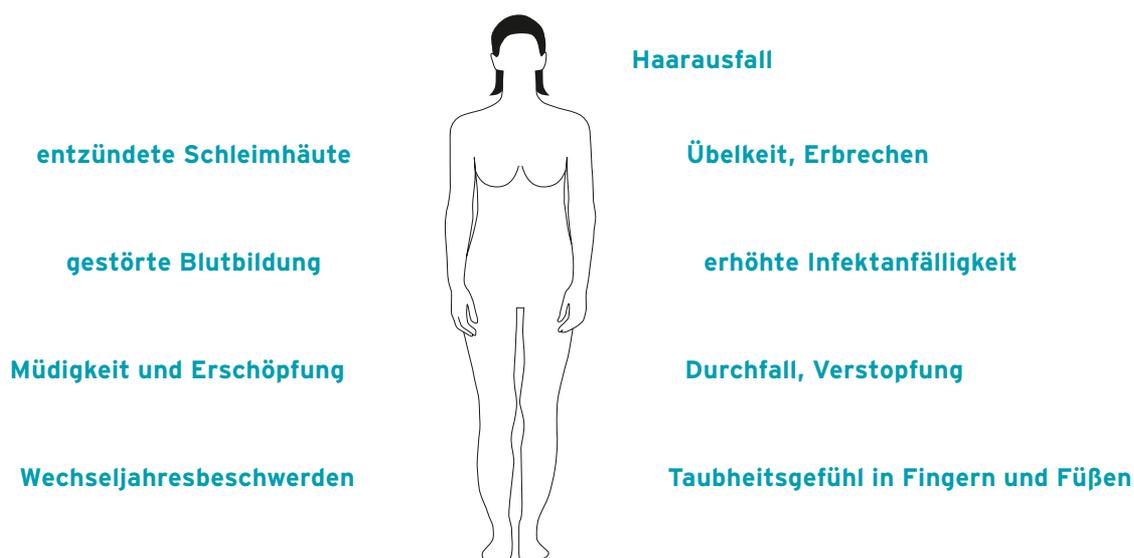
Anja Barth - Teilnehmerin Kunstwettbewerb 2019,
Deutsche Stiftung Eierstockkrebs

NEBENWIRKUNGEN BEI EIERSTOCKKREBS-THERAPIEN

So, wie sich verschiedene Medikamente zur Krebstherapie in ihrem Wirkmechanismus unterscheiden, so können sie auch unterschiedliche Nebenwirkungen hervorrufen. Eine Gemeinsamkeit der meisten Krebsmedikamente ist, dass sie das Risiko von Infektionen und Blutarmut (Anämie) erhöhen können. Die meisten Medikamente werden durch die Niere ausgeschieden und können Veränderungen

der Nierenfunktion hervorrufen (bspw. Carboplatin). Andere Medikamente haben Nebenwirkungen auf die Nerven (Sensibilitätsstörungen, z.B. Paclitaxel). Alle Medikamente können grundsätzlich Übelkeit und Erbrechen hervorrufen. Hierzu werden beispielsweise vor der Gabe einiger Chemotherapeutika Medikamente zur Vorbeugung gegen die Übelkeit gegeben.

Die folgende Grafik gibt einen Überblick über mögliche Nebenwirkungen von Medikamenten, die bei der Therapie von Eierstockkrebs eingesetzt werden.



Bedingt durch ihre unterschiedlichen Wirkmechanismen, zeigen verschiedene Medikamente unterschiedliche Nebenwirkungsprofile. So wirken z.B. Chemotherapeutika nicht nur in schnell wachsenden Krebszellen. Auch gesunde Zellen sind

anfällig für den Mechanismus dieser Substanzen. Daher betreffen Nebenwirkungen von chemotherapeutischen Substanzen besonders häufig Schleimhäute, das Blut oder auch die Haarwurzeln.

PATIENTINNEN-ARZT-GESPRÄCH BEI NEBENWIRKUNGEN

Das Patientinnen-Arzt-Gespräch bleibt Ihr wichtigstes Instrument der Aufklärung und Information! Nutzen Sie diese Möglichkeit regelmäßig und intensiv. Teilen Sie Ihrer/m Ärztin/Arzt ALLE Nebenwirkungen mit, auch wenn Sie nicht an einen Zusammenhang mit den Krebsmedikamenten denken!

 Siehe Kapitel 15 » *Das Patientinnen-Arzt-Gespräch und Zweitmeinung*

- 
- Wie geht es mir gerade?
 - Habe ich Beschwerden?
 - Wie habe ich die bisherige Therapie vertragen?
 - Welche Nebenwirkungen habe ich noch von den letzten Behandlungen?
 - Zeitspanne zwischen den Zyklen beachten!
- © Meisenelvector.com - Fotolia.com

ALLTAGSTIPPS BEI NEBENWIRKUNGEN

Symptom

Was passiert?

Was kann ich tun?

Übelkeit & Erbrechen

- durch vorbeugende Medikation tritt Übelkeit selten unmittelbar nach der Gabe der Chemotherapie auf
- verzögerte Übelkeit, die erst nach 1-2 Tagen auftritt und dafür ca. 3-5 Tage andauern kann

- vom Arzt empfohlene, vorbeugende Medikamente einnehmen
- nur leichte Kost essen
- frische Luft, angenehme Düfte und Geschmäcker (Frucht- o. Pfefferminzdrops)
- 3x täglich eine Tasse grob geraspelter Ingwertee (heiß aufgießen, 10-15 Min. ziehen lassen)

Antizipatorische Übelkeit

- durch eine Erfahrung mit Erbrechen nach einem Chemotherapie-Zyklus, kann die alleinige Befürchtung vor einem erneuten Auftreten dieser Reaktion das Erbrechen hervorrufen

- vorher mit dem Arzt sprechen, ob Sie zur Übelkeit neigen
- der Arzt versucht für jede Art von Übelkeit eine vorbeugende Maßnahme auszuwählen

Verstopfung (Obstipation)

- bei Chemotherapie und/oder Operation am Darm können Verstopfungen auftreten

- Viel trinken! 3 Liter pro Tag!
- ballaststoffreiche Ernährung (Gemüse, Vollkornprodukte)
- keine stopfenden Speisen (bspw. Bananen)
- Verzicht auf Alkohol und Nikotin
- ausreichende Bewegung (Spaziergänge)
- vorsichtige Darmmassagen
- Abführmittel nur nach Rücksprache mit dem Arzt

Durchfall (Diarrhö)

- nach Chemotherapie oder Operation am Darm kann Durchfall auftreten

- viel trinken, 2-3 Liter über den Tag verteilt
- Brühe oder Salzstangen helfen gegen Salzverlust!
- lieber mehrere kleine Mahlzeiten essen!
- geriebene rohe Äpfel, Bananen, geriebene Möhren sowie Reis und Kartoffeln wirken stopfend!

Haarausfall (Alopezie)

- ca. 3 Wochen nach Chemotherapie können Kopfhaare, Wimpern, Augenbrauen, Achselhaare und Schamhaare ausfallen

- Rezept für eine Perücke bei Ihrer Krankenkasse ausstellen lassen
- alternativ schöne Hüte, Mützen oder Tücher tragen

Erschöpfungssyndrom (Fatigue)

- sehr vielschichtiges Krankheitsbild, Symptome sind u. a. frühe Ermüdung, Kurzatmigkeit, schwere Beine, Konditionsschwäche, Schlafprobleme, Konzentrationsstörung

- Prioritätenliste an Tageszielen erstellen
- Tagebuch führen, Notieren von Tageszielen und Beschwerden
- häufiges Spazierengehen an frischer Luft
- Essen mehrerer kleiner Speisen
- auf erholsamen Schlaf achten
- sehr anstrengende Aufgaben weiter delegieren

Symptom	Was passiert?	Was kann ich tun?
Appetit- losigkeit		<ul style="list-style-type: none"> - Bewegung vor dem Essen (frische Luft, kurze Strecke gehen) - Raum gut lüften, um unangenehme Gerüche zu vermeiden - essen, wenn Sie sich wohlfühlen und Sie auch Essen wollen - spontanem Appetit folgen - mehrere kleine Mahlzeiten essen
Schleimhaut- entzündungen (Mukositis)		<ul style="list-style-type: none"> - vor Therapiebeginn Beratung beim Zahnarzt einholen, ob eine Behandlung nötig ist - während der Chemotherapie milde Zahnpasta und Fluorid-Spülung verwenden - lassen Sie unmittelbar vor und während der Chemotherapie kleine Eiswürfel mit Ananasextrakten an der Mundschleimhaut zergehen - bei häufiger Mundschleimhautentzündung Spülung mit Pantothenensäure - generell können Salbeitee und Spülungen helfen - Speichelersatz oder Befeuchtungsgel nutzen
Wechseljahres- beschwerden	<ul style="list-style-type: none"> - Hitzewallungen, Scheidentrockenheit 	<ul style="list-style-type: none"> - Hormonersatztherapie kann erwogen werden - Gynäkologen nach Behandlungsmöglichkeiten fragen



Ernährungstipps bei Krebserkrankungen: [Kern gesund Rezepte-Box: Ernährung bei Chemotherapie, Haus des Lebens Leipzig e. V.](#)

GUT ZU WISSEN

Die genannten Angaben zu den einzelnen Nebenwirkungen sind als Orientierungshilfen zu verstehen, die Angaben beruhen auf klinischen Erfahrungen und Ergebnissen aus Studien. Nicht jede Nebenwirkung muss, kann aber sehr individuell bei einer Patientin auftreten. Bitte sprechen Sie dazu Ihre betreuende Ärztin an.

KNIFFLIGES ZUR ENTSPANNUNG

Sudoku kann ein tolles Gehirnjogging sein. Füllen Sie die Felder mit den Ziffern 1 bis 9 so, dass jede Ziffer in jeder Einheit (Spalte, Zeile, Block/Quadrat) genau einmal vorkommt. Hier starten Sie mit zwei leichten Sudoku-Übungen.

Viel Spaß!

	2	8	9	7	6	5	1	4
1		7		4	5	6	8	
5		4				7		
	5			8	3	2	4	
6		1		9	2		7	8
2		3		1	4	9	5	
	7	5		2	1	4		
4		6	8		9		2	
	1	2		6	7	8	3	5

5	3		8			4		9
7	6	7		1	3	5	2	
9		4	5	4	7		1	6
8	4		3		2	1	6	
	9	6	7	5	1		4	
3		7			4	9	5	2
4				6		2	3	
6		9			5	7	8	
1	5	3	2	7	8	6		4