

# Behandeling met Thalidomide

Bij patiënten met Multiple Myeloom

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op [www.asz.nl/brmo](http://www.asz.nl/brmo).

# informatie



# Inleiding

In deze folder leest u meer over de behandeling van Multiple Myeloom met het medicijn Thalidomide. Multiple Myeloom wordt ook wel de ziekte van Kahler genoemd.

## Multiple Myeloom

Bij iedereen worden in het beenmerg drie belangrijke soorten bloedcellen gemaakt. Dit zijn de rode bloedcellen, witte bloedlichaampjes en bloedplaatjes. Deze vormen samen bloed en worden zo door het hele lichaam vervoerd. Uit witte bloedlichaampjes vormen zich onder andere plasmacellen. Plasmacellen zorgen voor de productie van afweerstoffen om het lichaam te beschermen tegen ziekteverwekkers.

Bij de ziekte Multiple Myeloom is er sprake van een kwaadaardige woekering van plasmacellen. De woekerende plasmacellen dringen botten binnen. Daardoor worden de botten minder sterk en worden er minder gezonde bloedcellen gemaakt.

Klachten die u kunt hebben bij Multiple Myeloom zijn:

- Pijn in botten
- Steeds terugkomende ontstekingen
- Vermoeidheid
- Spierzwakte

### **De behandeling van Multiple Myeloom**

Het is niet mogelijk om Multiple Myeloom te genezen. Hoe de ziekte zich ontwikkelt, verschilt per patiënt. Bij sommigen verloopt de ziekte heel langzaam en wordt er (nog) niet behandeld. Dit noemen we dan een afwachtend beleid.

Als u veel last heeft van de ziekte kan het zijn dat uw arts een behandeling met chemotherapie, Thalidomide of een combinatie met andere medicijnen voorschrijft.

## Behandeling met Thalidomide

### Beleving

We proberen zo goed mogelijk aan te geven wat u kunt verwachten aan ongemak of pijn als u een behandeling krijgt. Toch beleeft ieder mens dat anders en op zijn eigen manier. Vertel het ons als u ergens tegenop ziet of ongerust bent, dan kunnen we daar nog extra rekening mee houden.

### Ook bekend als Softenon

Thalidomide wordt sinds een paar jaar gebruikt voor de behandeling van Multiple Myeloom. In de jaren vijftig is Thalidomide onder de naam Softenon, gebruikt als medicijn tegen slapeloosheid en ochtendmisselijkheid bij zwangeren. In 1961 is het medicijn verboden omdat het ernstige afwijkingen veroorzaakt bij het ongeboren kind.

Uit onderzoek is echter gebleken dat Thalidomide bij onder andere Multiple Myeloom de klachten kan verminderen. Daarom mag het onder strikte regels toch worden voorgeschreven.

### Thalidomide werkt op twee verschillende manieren:

1. De afweer wordt versterkt, zodat uw lichaam zelf de woekerende plasmacellen op kan ruimen.
2. Remming op het vormen van nieuwe bloedvaten (angiogenese). De woekerende plasmacellen hebben veel voeding en zuurstof nodig en vormen daarvoor steeds nieuwe bloedvaten. Door de Thalidomide kunnen minder bloedvaten gevormd worden, waardoor de plasmacellen stoppen met woekeren en afsterven.

## **Innemen van Thalidomide**

U neemt de Thalidomide tabletten met ruim water in; het liefst 's avonds voordat u naar bed gaat (het is van oorsprong een slaapmiddel). Uw arts vertelt u hoeveel tabletten u moet innemen en hoe vaak.

Als u binnen 30 minuten na inname braakt en de tabletten nog duidelijk zichtbaar zijn, moet u de Thalidomide opnieuw innemen.

## **Zwangerschap voorkomen**

Thalidomide veroorzaakt bij zwangere vrouwen ernstige afwijkingen aan het ongeborn kind. Thalidomide mag daarom niet gebruikt worden door vrouwen die zwanger zijn of willen worden.

Thalidomide komt bij mannen ook in het sperma terecht. Goede anticonceptie is noodzakelijk. Patiënten met een vruchtbare partner wordt aangeraden tenminste twee vormen van anticonceptie te gebruiken (condoom, anticonceptiepil, spiraaltje of sterilisatie), vanaf 4 weken voor de start van de behandeling tot minstens 4 weken na de behandeling.

## **Bijwerkingen**

Bij het gebruik van Thalidomide kunt u last krijgen van verschillende bijwerkingen. Aanhoudende of ernstige klachten moet u altijd melden bij uw arts.

## **Zenuwprikkelingen (neuropathie)**

Door het gebruik van Thalidomide kunnen tintelingen in de handen en voeten ontstaan of juist een doof gevoel. Deze bijwerking kan heel mild zijn, maar ook ernstig en pijnlijk. De klachten kunnen verdwijnen na het stoppen van de behandeling, maar zijn soms blijvend.

Bij ernstige klachten kan uw arts de dosering van de Thalidomide aanpassen. Soms is het nodig de behandeling te stoppen.

Klachten door neuropathie kunt u verminderen door:

- Geen strakke schoenen of sokken met elastiek te dragen.
- Uw arts te raadplegen als u tintelingen of een doof gevoel in de handen of voeten voelt.

## **Sufheid**

Het innemen van Thalidomide kan vaak een suf of slaperig gevoel geven. Hoe lang de sufheid aanhoudt, verschilt per patiënt. Door Thalidomide 's avonds voor het naar bed gaan in te nemen heeft u hier minder last van. Alcohol kan de sufheid verergeren, net als andere medicijnen die tot slaperigheid leiden (zoals kalmerings-tabletten en slaaptabletten). Merkt u dat nadenken langzamer gaat, u overdag steeds in slaap valt of u zich slecht kunt concentreren? Dan mag u geen voertuig besturen of machines bedienen.

## **Duizeligheid**

Om duizeligheid zo veel mogelijk te voorkomen is het verstandig, als u een tijd gezeten of gelegen heeft, rustig overeind te komen en niet direct te gaan lopen.

Verder is het beter om plotselinge bewegingen te vermijden, zoals snel achterom kijken. Dit kan betekenen dat u het niet verstandig is om aan het verkeer deelnemen (ook op de fiets).

## **Verstoppingsklachten**

'Verstopping' wordt ook wel obstipatie of een moeilijke 'stoelgang' genoemd. Dit betekent dat u minder makkelijk of niet kunt poepen.

Adviezen bij verstoppingsklachten:

- Zorg dat u voldoende drinkt, ongeveer 2 liter per dag.
- Gebruik een vezelrijke voeding, zoals bruin of volkoren brood, groente en fruit.

Als u langer dan 3 dagen geen ontlasting heeft gehad, neemt u contact op met de oncologieverpleegkundige. U vindt het nummer achterin de folder.

### **Huiduitslag**

Bij gebruik van Thalidomide kan huiduitslag optreden. Het kan helpen de huid te verzorgen met een vochtinbrengende neutrale lotion. Bij aanhoudende huiduitslag kan uw specialist een anti-allergie medicijn voorschrijven.

### **Vermoeidheid**

Door uw ziekte en de behandeling kunt u sneller moe worden. Ook merkt u misschien dat u prikkelbaar of emotioneel bent. Het helpt om hier rekening mee te houden in uw dagelijks leven.

Adviezen bij vermoeidheid:

- Neem voldoende rust, bijvoorbeeld iedere middag een uur.
- Verdeel de activiteiten die u wilt doen over de dag.
- Als familie of vrienden u hulp aanbieden, durf deze dan aan te nemen. Zo houdt u zelf energie over voor de dingen die u leuk of belangrijk vindt.
- Probeer uw conditie op peil te houden door in beweging te blijven. Door heel veel te rusten of passief te blijven gaat de vermoeidheid niet over.
- Als u hulp nodig heeft, bijvoorbeeld in de huishouding, dan kunt u zelf bij uw gemeente voorzieningen aanvragen uit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo).

Voor meer adviezen kunt u terecht bij de oncologieverpleegkundige of uw specialist.

## **Verminderde afweer**

Door het gebruik van Thalidomide kunnen de witte bloedcellen dalen. Hierdoor bent u extra vatbaar voor infecties. Om zoveel mogelijk te voorkomen dat u ziek wordt kunt u het beste geen contact hebben met mensen die ziek zijn of pas ziek zijn geweest.

## **Misselijkheid**

Na het innemen van de tabletten Thalidomide kunt u misselijk worden. Door de tabletten 's avonds in te nemen kan de misselijkheid verminderen.

Verdere adviezen bij misselijkheid zijn:

- Drink per dag 1½ tot 2 liter vocht.
- Sommige voedingsmiddelen kunnen door hun uitgesproken geur misselijkheid veroorzaken. Probeer dit te vermijden als u hier hinder van ondervindt.
- Bij ochtendmisselijkheid kan het helpen om vóór het opstaan iets te eten, bijvoorbeeld een beschuit met zoet beleg en een kopje thee met suiker.
- Gebruik regelmatig kleine maaltijden. Een lege maag kan ook misselijkheid veroorzaken.

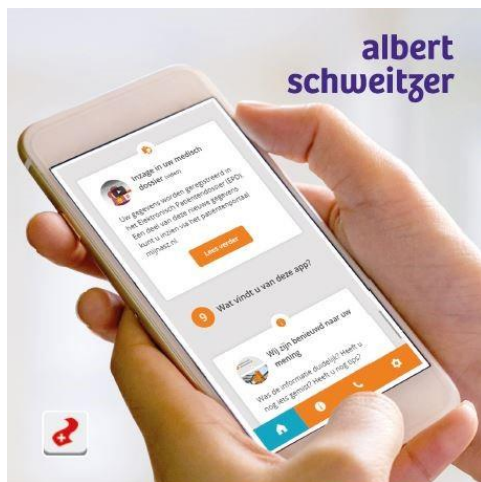
## **Tot slot**

Heeft u na het lezen van de folder nog vragen? Bel dan gerust van maandag tot en met vrijdag naar de Hematologieverpleegkundige. Zie de blauwe pagina in uw boekje 'Medicijnen tegen kanker'.



## Behandelpadapp

Download de gratis app 'Patient Journey'. Accepteer de push notificaties en zoek bij zorginstelling naar 'Asz Behandelpad'. Daarna kiest u bij behandeling voor 'medicijnen tegen kanker' en druk op start.



Download onze app

Medicijnen tegen kanker

## Meer informatie

- **Kanker.nl**

Bij de KWF kunt u onder andere terecht voor informatie over uw ziekte. Zij organiseren ook weekenden voor patiënten en partners over het omgaan met leven en kanker.

Infolijn: 0800-0226622 (gratis), op werkdagen: 09.00-18.00 uur.

Internet: <http://www.kwfkankerbestrijding.nl>

- **Stichting Hematon**

Patiëntenorganisatie voor patiënten met bloedkanker zoals Multiple Myeloom, lymfklierkanker, stamceltransplantatie.

<http://www.hematon.nl/>

tel. (030) 760 38 90

- **Inloophuis Helianthus**

Het Inloophuis is een ontmoetingsplaats die laagdrempelig en toegankelijk is voor alle mensen met kanker en hun naasten in regio Drechtsteden. Het Inloophuis biedt ook activiteiten aan zoals yoga, mindfulness, wandelen, voetmassage en creatieve workshops. Het adres is Singel 28, 3311 SJ Dordrecht.

Tel. (078) 737 00 62

Website: [Inloophuishelianthus.nl](http://Inloophuishelianthus.nl)

E-mail: [info@inloophuishelianthus.nl](mailto:info@inloophuishelianthus.nl)

- **Roparun Inloophuis De Boei**

Ontmoetingscentrum voor mensen met kanker en hun naasten  
In het inloophuis kunt u terecht voor informatie over kanker en lotgenotencontact.

Er worden tal van activiteiten georganiseerd waaraan u kunt deelnemen, zoals tekenen en schilderen, werken met klei, yoga, themabijeenkomsten bijwonen, gespreksgroepen of boeken lenen.

Er is ook de mogelijkheid om vergaderruimte te reserveren voor uw patiëntenvereniging. Voor sommige activiteiten wordt een eigen bijdrage gevraagd.

Het adres is Weimansweg 70-72, 3075 MP Rotterdam. De Boei is geopend van maandag t/m donderdag van 10.00 - 16.00 uur.

Website: [inloophuisdeboei.nl](http://inloophuisdeboei.nl)

E-mail: [info@inloophuisdeboei.nl](mailto:info@inloophuisdeboei.nl)

Tel. (010) 215 28 55

- **De Vruchtenburg**

Centrum voor ondersteuning van mensen met/na kanker en hun naasten. Deze ondersteuning bestaat onder andere uit verstrekken van informatie, individuele begeleiding en het geven van cursussen, bijvoorbeeld op het gebied van spanning en ontspanning. Er zijn geen kosten aan verbonden.

De Vruchtenburg heeft twee locaties:

- Locatie Straatweg  
Straatweg 171  
3054 AD Rotterdam en
- Locatie Rotterdam-Zuid  
Maasstadweg 90  
3079 DZ Rotterdam

Website: [www.devruchtenburg.nl](http://www.devruchtenburg.nl)

E-mail: [info@devruchtenburg.nl](mailto:info@devruchtenburg.nl)

Tel. voor beide locaties: (010) 285 95 94



*Deze folder is getest door een onafhankelijk patiëntenpanel*

Albert Schweitzer ziekenhuis  
december 2021  
pavo 0940