

Was können Sie für sich tun?

Ernährung

- Diäten nur in Absprache mit dem behandelnden Onkologen.
- Nehmen Sie Vitamine, Nahrungsergänzungsmittel und frei verkäufliche Arzneimittel nur in Absprache mit Ihrem behandelnden Onkologen ein.

Körperliche Aktivität

- Bewegung ist nicht nur wohltuend für Körper und Psyche, sondern hat auch einen heilsamen Effekt auf Nebenwirkungen wie z. B. Fatigue.
- Empfehlung: 2- bis 3-mal 30 Minuten pro Woche bewegen oder 5- bis 6-mal 15 bis 30 Minuten pro Woche.
- Eine Erhöhung der Alltagsaktivität ist genauso wertvoll wie Sport.
- Sie haben Anspruch auf Reha-Sport, dies kann Ihr behandelnder Arzt verordnen.

Hilfreiche Methoden bei innerer Unruhe und Stress

- Schauen Sie auf sich und Ihre Bedürfnisse und tun Sie sich etwas Gutes.
- Entspannungstechniken wie z. B. Yoga, Qigong oder Tai-Chi können Ihnen helfen, innere Ruhe zu finden.

Sexualität

- Sexualität gehört zum normalen Leben dazu.
- Während einer Immuntherapie sollte man nicht schwanger werden oder Kinder zeugen.
- Bitte lassen Sie sich von Ihrem behandelnden Arzt beraten zu geeigneten Verhütungsmethoden.

Immuntherapie mit Checkpoint-Inhibitoren

Noch Fragen?

Kontaktmöglichkeit onkologische Fachpflege

Klinikum Oldenburg
Nordwestdeutsches Tumorzentrum
Rahel-Straus-Straße 10
26133 Oldenburg

Sprechzeiten
Montag bis Donnerstag: 8.00 - 15.00 Uhr
Freitags: 8.00 - 12.00 Uhr

Ansprechpartner
Clazina Jozien Bahlmann
Tel.: 0441 403-77302
Mail: Bahlmann.Clazina@klinikum-oldenburg.de

Kirsten Makiewicz
Tel.: 0441 403-72619
Mail: Makiewicz.Kirsten@klinikum-oldenburg.de

Ramona Meißner
Tel.: 0441 403-77314
Mail: Meißner.Ramona@klinikum-oldenburg.de



Willkommen

Liebe Patientin, lieber Patient,

mit der Diagnose „Krebs“ kann sich viel im Leben verändern. Oftmals treten Ängste bzw. Unsicherheiten auf. Trotz ausführlicher Arztgespräche ergeben sich dennoch häufig weitere Fragen.

In persönlichen Beratungsgesprächen nehmen sich Fachkräfte für onkologische Pflege des Nordwestdeutschen Tumorzentrums Oldenburg Zeit, Sie als Patient in einer Ausnahmesituation gemäß Ihren Bedürfnissen angemessen zu begleiten und zu stützen.

Hierbei stehen Sie als Patient selbst und Ihre Angehörigen im Mittelpunkt unseres Handelns. Sie werden als Experte für sich und Ihre Erkrankung wahrgenommen und respektiert.

Allgemeine Hinweise zur Immuntherapie mit Checkpoint-Inhibitoren

- Krebszellen können die Eigenschaft besitzen, das eigene Immunsystem auszubremsen. Durch die Gabe der Checkpoint-Inhibitoren werden die Bremsen gelöst und somit wird das Immunsystem wieder in die Lage versetzt, Tumorzellen anzugreifen.
- Nebenwirkungen können dadurch auftreten, dass das Immunsystem überschießend reagiert. Diese Nebenwirkungen treten häufig erst verzögert auf.
- Eine gute Eigenbeobachtung ist daher unerlässlich. Hilfreich ist das Führen eines Symptomtagebuches.
- Bitte sprechen Sie neu aufgetretene Symptome, wie **Hautveränderungen, Durchfall, Müdigkeit, Husten** usw. zeitnah in Ihrem onkologischen Behandlungsteam an.
- Die frühzeitige Beurteilung und Behandlung von Nebenwirkungen durch Ihren Onkologen verringert die Wahrscheinlichkeit, dass die Behandlung mit den Checkpoint-Inhibitoren vorübergehend oder ganz abgesetzt werden muss.
- Bitte bedenken Sie, dass diese Nebenwirkungen auch Monate nach Beendigung der Immuntherapie auftreten können.

Wann sollten Sie sich melden?

Atmung

Sollten Probleme bei der Atmung auftreten, z. B. in Form einer Kurzatmigkeit oder vermehrtes Husten, kontaktieren Sie bitte umgehend Ihr Behandlungsteam.

Ausscheidung

Sollte es zu Durchfall kommen, der länger als 24h anhält, oder verspüren Sie Schmerzen, Druckempfindlichkeit im Oberbauch, haben Blut im Stuhl, dann melden Sie sich bitte unverzüglich bei Ihrem Behandlungsteam.

Wann sollten Sie sich melden?

Hautveränderungen

Sollte es zu stärkerem Juckreiz oder Hautausschlägen kommen, informieren Sie bitte umgehend Ihr Behandlungsteam.

Auch bei anderen Veränderungen Ihrer körperlichen Verfassung melden Sie sich bitte bei Ihrem Behandlungsteam, um abzuklären, ob es sich um eine Nebenwirkung der Immuntherapie handelt.

Versuchen Sie nicht, die Symptome selbst zu behandeln!

Was können Sie für sich tun?

Hautpflege

- Gute Hautbeobachtung.
- Milde Seife, Wasch- und Reinigungsmittel und unparfümiertes Shampoo verwenden.
- Cremen Sie Ihre Haut regelmäßig mit 5% bis 10%-harnstoffhaltiger (Urea) Körpercreme ein.
- Verwenden Sie Sonnenschutz, einen Lippenschutz und Sonnencreme mit einem LSF von 50+.
- Vermeiden Sie die direkte Sonneneinstrahlung oder künstliche UV-Strahlung durch Solarien während der Therapie, Ihre Haut reagiert möglicherweise empfindlicher auf die Sonnenstrahlen.

