

Tipps und Hinweise zur iv-Therapie

Fahrdienst

Für die Fahrten zur Praxis während der Dauer einer Tumorthherapie erhalten Sie einen Transportschein. Bitte reichen Sie diesen bei Ihrer Krankenkasse ein, die Ihnen ggf. ein geeignetes Fahrunternehmen nennt.

Pflege

- Intensivieren Sie Ihre routinemäßige Körperpflege schon vor Beginn der Chemotherapie.
- Duschen und baden Sie nicht zu heiß, weil dies die Haut austrocknet.
- Beginnen Sie schon 2-3 Tage vor Therapiestart, Ihre Haut mit einer Urea haltigen Körperlotion zu pflegen. Nutzen Sie ein mildes Shampoo.
- Tragen Sie einen Sonnenschutz mit einem hohen Lichtschutzfaktor auf. Denken Sie an die Lippenpflege.
- Vereinbaren Sie evtl. einen Termin zur professionellen Hand- und Fußpflege.
- Lassen Sie Ihren Zahnstatus vor Therapie überprüfen.
- Benutzen Sie weiche Zahnbürsten, milde Zahncremes und alkoholfreie Mundwasser. Wechseln Sie die Zahnbürsten regelmäßig aus.

Ernährung

- Achten Sie auf eine abwechslungsreiche und vitaminreiche Kost mit ausreichender Eiweiß-Zufuhr und regelmäßigem Verzehr von Obst und Gemüse.
- Reduzieren Sie scharfkantige, scharfe und saure sowie fette oder schwerverdauliche Speisen.
- Meiden Sie Alkohol, versuchen Sie nicht zu rauchen.
- Trinken Sie 2-3 Liter am Tag.
- Setzen Sie sich nicht unter Druck, essen und trinken Sie mit Ruhe. Nehmen Sie mehrere kleine Mahlzeiten zu sich. Den Kalorienbedarf können Sie auch teilweise durch Getränke decken.
- Wiegen Sie sich regelmäßig. Informieren Sie uns bei Gewichtsabnahme, damit evtl. eine Zusatzernährung oder eine intravenöse Ernährung eingeleitet werden.
- Halten Sie keine sog. "Krebsdiät" ein. Diese sind meist wissenschaftlich nicht bewiesen und können zu Mangelerscheinungen und Gewichtsverlust führen.

Erholung und sportliche Betätigung

- Ein ausgewogenes Maß von Aktivität und Ruhephasen ist während der Therapie wichtig. Planen Sie z.B. einen Mittagsschlaf ein.
- Regelmäßige leichte sportliche Betätigung und Bewegung verbessern die Therapieverträglichkeit und mindern das Auftreten von Nebenwirkungen, unterstützen das Kreislaufsystem und bringen das Immunsystem in Schwung. Ihre individuelle Tagesform entscheidet über die Dauer und Intensität der körperlichen Betätigung.