

Diabetes en kanker

'S MORGENS ETEN, 'S MIDDAGS CHEMO

Zo combineer je chemotherapie met de diabetesbehandeling



Diabetes en kanker is een ellendige combinatie van aandoeningen om te behandelen. Naast misselijkheid, moeheid en stress zijn er ook nog de bloedglucosewaarden, die omhoog schieten of juist naar beneden duikelen. Twee vrouwen vertellen over hun ervaringen met diabetes en chemotherapie. Regieverpleegkundige Martine Immerzeel geeft praktische tips. Prof. dr. Bart Kiemeny vertelt over de studies die er zijn naar het risico op kanker bij diabetes.

TEKST EVA RENSMAN BEELD WELMOET DE GRAAF

Ineke Rendering 'Chemokuren vragen meer voorbereiding dan ik kreeg'

In augustus 2008 ontdekte Ineke Rendering een knobbel-tje in een borst. Een dag later zat ze bij de huisarts, twee dagen later kon ze in het ziekenhuis terecht en weer een dag later kreeg ze de diagnose borstkanker. Ineke werd geopereerd, drieëndertig bestralingen volgden en daarna een behandeling met chemotherapie. Zes keer moest ze naar het ziekenhuis om via een infuus een chemokuur toegediend te krijgen. De behandeling was gelukkig succesvol, de tumor is verwijderd en de klieren zijn schoon.

"Wat me tegenviel," zegt ze, "was het effect van de behandelingen op mijn glucosewaarden. De invloed was enorm!" Ineke heeft sinds 1999 diabetes type 2. Ze gebruikt metformine en let op haar voeding. Dat ging goed, haar glucosewaarden waren goed en ze voelde zich goed. Maar na de eerste chemobehandeling ontdekte ze tot haar schrik dat ze opeens een glucosewaarde van 16 had. "In paniek belde ik het ziekenhuis. Daar zeiden ze: tja, dat is een bekende bijwerking. Daar hoeft u zich niet druk over te maken." De hoge glucosewaarden bleven een week, daarna werden ze weer normaal. Toch kreeg Ineke een hogere dosering metformine voorgeschreven van de

huisarts. Van die hogere dosering komt ze niet meer af. "Ik heb die extra tabletten echt nodig," vertelt ze. Zoals vaker voorkomt is door de periode van hoge bloedsuikers de insulineresistentie bij haar blijvend fors toegenomen. Last had Rendering niet van haar hoge glucosewaarden. Maar vervelend was het wel. "Ik was graag beter voorbereid op dat effect," zegt ze nu. "Ik schrok echt heel erg. Na de eerste keer chemotherapie wist ik dat ik het kon verwachten, toen probeerde ik er rekening mee te houden. Ik at minder koolhydraten, nam bijvoorbeeld twee crackers in plaats van twee boterhammen. Maar echt helpen deed het niet."

BIJWERKING CHEMOKUUR

Ontregeling van de bloedglucose – vaak een stijging, maar ook daling - is een bekende bijwerking van chemobehandelingen tegen kanker, legt Martine Immerzeel uit. Zij is oncologieverpleegkundige bij de Isala klinieken in Zwolle. Die ontregelingen komen óók voor bij mensen zonder diabetes. "Dat komt door de medicijnen die worden gegeven voor de bijwerkingen van de chemokuur. Van chemokuren kun je misselijk worden, waardoor je veel moet braken. Om dit te verhelpen worden medicijnen voorgeschreven die verwant zijn aan Prednison. Een bekende is dexamethason.

Er zijn mensen die diabetes type 2 ontwikkelen door chemokuren. Zo was hier vorige week een patiënt zonder diabetes die opeens een glucosewaarde van 34 had." De bijwerkingen verschillen per behandeling en per persoon. Bij Nel Kruijt, die in 2007 succesvol voor borstkanker werd behandeld, daalden de glucosewaarden juist door de chemobehandelingen. Kruijt heeft diabetes type 1. "Soms zat ik zelfs op 2. Ik wist niet goed wat ik ermee aan moest: je moet eten om die waarden weer omhoog te krijgen, maar je bent hartstikke misselijk. Na de eerste keer vroeg ik of ik 's middags de chemokuur kon krijgen, dan at ik 's ochtends redelijk veel.

*Nel Kruijt
'Soms zat ik op 2:
je moet eten,
maar je bent
misselijk'*

Dat maakte maar een klein beetje verschil. En het gekke was, ze hadden me er ook niet op voorbereid. Ik was voorbereid op de chemo, wist wat er kon gebeuren, maar niet dat mijn glucosewaarden zo omlaag zouden schieten."

Een dag lang bleef Kruijt laag zitten, daarna schoten haar waarden omhoog. "Die hoge waarden vond ik minder lastig, dat kon ik regelen door bij te spuiten. Ik vroeg mijn internist wat ik ermee moest, en hij antwoordde dat mijn suiker nu even niet zo belangrijk was. Toen heb ik het maar zo gelaten. Mijn HbA1c was altijd keurig, rond de 6. Nu is het gelukkig weer zoals het was."

GEPUZZEL

Diabetes en chemokuren betekent vaak puzzelen, zegt Immerzeel. "Het is elke keer weer afwachten hoe iemand reageert. Dat kan ook nog eens per kuur verschillen. Het is belangrijk om de glucosewaarden goed bij te houden, dan kun je ingrijpen als het nodig is. Daarom controle-

ren wij regelmatig, ook bij mensen zonder diabetes.

En mensen kunnen 24 uur per dag met vragen terecht bij de diabetesverpleegkundigen van de Isala klinieken. Dat geldt ook voor mensen met diabetes type 2, die door de huisarts worden behandeld. Sinds kort komen zij ook bij de diabetesverpleegkundige. Die bereidt hen voor op mogelijke ontregelde glucosewaarden en legt uit waar ze op moeten letten, hoe een hyper voelt en een hypo. Het maakt veel uit als je weet wat je kunt verwachten. Wij willen bovendien dat ze 24 uur per dag ergens terecht moeten kunnen met vragen en problemen. Dus ze weten bij wie ze dan terecht kunnen."

Ontregelde glucosewaarden door chemokuren hoeven gelukkig niet altijd voor lief te worden genomen. "Er is wel wat aan te doen. Bijvoorbeeld door te kijken of het mogelijk is medicatie aan te passen." Soms zit er niets anders op dan de hoge waarden gewoon te accepteren en eventueel meer medicijnen te gebruiken. "Laatst had ik een patiënt die na wat experimenteren met insuline uiteindelijk op glucosewaarden van 11 uit kwam. In overleg met de internist is besloten dat deze waarde op dit moment de best haalbare was. Eerst zat ze namelijk constant boven de 30. Uiteraard zou het mooi zijn als de glucosewaarden nog lager werden, maar dat is erg moeilijk zolang je chemo krijgt."

NIEUW: REGIEVERPLEEGKUNDIGE

Sinds vorig jaar worden kankerpatiënten in de Isala klinieken begeleid door een regieverpleegkundige. Immerzeel: "Wij zijn binnen de Isala klinieken al jaren bezig met het verbeteren van de zorg voor kankerpatiënten. Voor bijwerkingen van de behandeling, maar ook voor de emotionele en sociale kant. Kanker is ingrijpend. Er komt van alles op je af, je hele leven staat op z'n kop. Maar ook lichamelijk is het zwaar. De behandeling kan zwaar zijn, net als de bijwerkingen. Daardoor kun je je erg slecht voelen. De regieverpleegkundige helpt mensen zo goed mogelijk door de behandeling heen te komen. Zij begeleidt patiënten door het gehele traject van behandeling."

De regieverpleegkundige geeft uitleg, bereidt voor en denkt mee als er heftige bijwerkingen zijn, zoals ontregelde glucosewaarden. "De zorg was goed, maar het was versnipperd. Voor de behandeling van kanker kom je vaak op verschillende afdelingen van het ziekenhuis: bij oncologie, bij radiotherapie voor bestralingen, bij chirurgie voor operaties en bij interne geneeskunde voor chemotherapie. Op elke afdeling werden patiënten begeleid door weer een nieuwe arts en verpleegkundigen. We merkten dat mensen niet goed wisten waar ze met vragen naar toe moesten en dat ze met problemen

bleven rondlopen. Bijvoorbeeld als er hoge glucosewaarden waren. Daar kwam nog bij dat de ene arts er rekening mee hield en de ander weer minder. Dat zorgde voor problemen. ”

Immerzeel is regieverpleegkundige voor mensen met hersentumoren. “Ik ben er om uit te leggen hoe de behandeling gaat, de voortgang te bespreken en de verbinding te leggen met andere afdelingen. Maar juist omdat ik het hele traject meeloop, kan ik ook in de

gaten houden hoe het met iemand gaat en mogelijke problemen aanpakken. Patiënten kunnen tijdens kantooruren bij ons terecht met vragen. En 24 uur per dag kunnen ze het ziekenhuis bellen. Voor een chemokuur zijn mensen vaak maar kort in het ziekenhuis, soms maar een uur. Maar de bijwerkingen kunnen wel veertien dagen aanhouden. Daarom vinden we het belangrijk dat ze altijd bij ons terecht kunnen.” ■



Tips bij chemokuren

- Houd er rekening mee dat de bloedglucosewaarden ontregeld kunnen raken door chemotherapie.
- Houd de waarden goed bij en meet extra vaak wanneer u chemotherapie krijgt. Zo kunt u snel ingrijpen als dat nodig is.
- Vaak zijn er meerdere kuren na elkaar nodig. Probeer inzicht te krijgen. Schrijf op hoe uw lichaam reageert op de eerste kuur, en pas die kennis toe bij volgende kuren.
- Steeds ontregeld? Bespreek dit met uw arts of verpleegkundige. Misschien kunt u andere medicijnen krijgen.
- Vraag een voedingsadvies bij een diëtist als u tobt met eten en misselijkheid.
- Maak u niet al te druk over te hoge of te lage bloedglucosewaarden: het gevecht tegen kanker komt nu op de eerste plaats. Geef bij artsen wel steeds duidelijk uw klachten aan.
- Metformine, het meest gebruikte bloedglucoseverlagende tablet bij diabetes type 2, vermindert de kans op kanker, zo blijkt uit diverse grote studies.