

Einnahmeplan

von 17.06.2019 bis 14.07.2019

für:

Patient 43

Einnahmeplan

von 17.06.2019 bis 14.07.2019 für Patient 43 Testpatient

Seite 2

Datum	Uhrzeit	Medikament	✓	Befinden:	Nebenwirkung:
Mo., 17.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Di., 18.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Mi., 19.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Do., 20.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Fr., 21.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Sa., 22.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
So., 23.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Mo., 24.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Di., 25.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Mi., 26.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Do., 27.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Fr., 28.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E

Einnahmeplan

von 17.06.2019 bis 14.07.2019 für Patient 43 Testpatient

Seite 3

Datum	Uhrzeit	Medikament	✓	Befinden:	Nebenwirkung:
Sa., 29.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
So., 30.06.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Mo., 01.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Di., 02.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Mi., 03.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Do., 04.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Fr., 05.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Sa., 06.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
So., 07.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Mo., 08.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Di., 09.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
Mi., 10.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E

Einnahmeplan

von 17.06.2019 bis 14.07.2019 für Patient 43 Testpatient

Seite 4

Datum	Uhrzeit	Medikament	✓	Befinden:	Nebenwirkung:
Do., 11.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		
Fr., 12.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		
Sa., 13.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		
So., 14.07.	08:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		A B C D E
	20:00	2 x Capecitabin (500 mg)	<input type="checkbox"/>		

Wichtig! Bitte kreuzen Sie bei den Smiley's an, wie Sie Ihr Befinden an diesem Tag einschätzen.
 Falls Sie eine oder mehrere der unter A bis E genannten Nebenwirkungen bemerken, Kreuzen Sie bitte den zutreffenden Buchstaben an.

= es geht mir sehr gut
 = es geht mir gut
 = es geht mir mittelmäßig
 = es geht mir schlecht
 = es geht mir sehr schlecht

A = Übelkeit/Erbrechen
 B = Hautausschlag
 C = Durchfall
 D =
 E =

Informationen über mögliche Nebenwirkungen

Bauchschmerzen

Es können Bauchschmerzen auftreten.

Durchfall

Durchfall äußert sich in häufigen und wässrigen Stuhlgängen.

Der durch Ihre Therapie bedingte Durchfall kann in unterschiedlichen Intensitätsstufen auftreten, die folgendermaßen abgegrenzt werden:

Grad 1 <4 Stühle/Tag

Grad 2 4-6 Stühle/Tag, nächtlicher Stuhlgang, keine Alltagseinschränkungen

Grad 3 >6 Stuhlgänge/Tag, unkontrollierter Stuhlabgang, Bauchkrämpfe, blutige Stühle, Krankenhausaufenthalt ist notwendig

Grad 4 Lebensbedrohlicher Zustand, Krankenhausaufenthalt ist notwendig

Was Sie selbst vorbeugend tun können:

- Essen Sie mehrere kleine Mahlzeiten statt weniger großer!
- Bevorzugen Sie gegarte Speisen und verzichten Sie auf blähungstreibende Speisen (Kohl, Rohkost)!
- Verzicht auf Speisen und Getränke mit folgenden Zutaten, während Sie unter Durchfall leiden: scharfe Gewürze, saures Obst oder Gemüse (vor allem Zitrusfrüchte, Rhabarber, Ananas, Tomaten), Alkohol, Trockenfrüchte sowie laktosehaltige Nahrungsmittel (Milch, Joghurt, Quark etc.)
- Besser verträglich für Ihren Darm bei Durchfall sind stopfende Speisen wie Weißbrot, Bananen, Reis, Nudeln, gekochte Möhren, Kartoffeln, Mais, geriebene Äpfel, hartgekochte Eier und Schokolade!
- Fisch und Geflügel werden im Allgemeinen besser vertragen als dunkle Fleischsorten wie Wild, Rind oder Lamm!
- Trinken Sie klare, nicht reizende Getränke wie zum Beispiel stilles Wasser, Kräutertees, verdünnte Fruchtsäfte oder lauwarme Brühe!
- Trinken Sie Mineralwässer mit geringem Sulfatgehalt (SO₄²⁻-)!

Medikamentöse Maßnahmen:

Loperamid: 1. Einnahme 4mg (= 2 Kapseln oder Tabletten) und 2mg (1 Tablette oder Kapsel) nach jedem ungeformten Stuhl

Nachts alle 4h 4mg (2 Kapseln oder Tabletten). Stellen Sie sich Ihren Wecker!

Sollte nach 24h keine Besserung auftreten, oder sollten Sie Fieber bekommen, benachrichtigen Sie bitte Ihren Arzt!

Bei starken Elektrolytverlusten ist nach Rücksprache mit dem Arzt die Einnahme von Elotrans®, Rehydrat® und Oralpädon® hilfreich.

Generelle Maßnahmen bei Durchfall:

- Trinken Sie ausreichend (bei normaler Nierenfunktion 30 ml/kg Körpergewicht)!
- Verwenden Sie weiches Toilettenpapier und feuchte Tücher!

Entzündung der Mundschleimhaut

Während einer Tumorbehandlung kann es zu einer Entzündung aller Schleimhäute, vor allem der Mundschleimhaut, kommen. Das zeigt sich durch Rötung, Brennen, möglicherweise offenen Stellen im gesamten Mundbereich einschließlich der Zunge.

Der Speichel ist zäh und es können weiße Belege und kleinere oder großflächigere Bläschen auftreten.

Was Sie selbst tun können

- Lassen Sie vor der Behandlung Ihre Zähne durch Ihren Zahnarzt gründlich sanieren
- Betreiben Sie eine schonende Mundhygiene (4x täglich Mundspülung mit Wasser oder Salbeitee, gegebenenfalls alkoholfreie, desinfizierende Mundspüllösungen, keine alkoholhaltigen Mundwässer verwenden).
- Benutzen Sie eine weiche Zahnbürste und wenden Sie Zahnseide oder eine Interdentalbürste vorsichtig an.
- Trinken Sie ausreichend (2- 3 l pro Tag).
- Meiden Sie Nikotin und Alkohol.
- Bevorzugen Sie weiche Speisen und meiden Sie scharfe, heiße und sehr saure Gerichte und Getränke.
- Gerötete und entzündete Stellen im Mund können Sie durch Lutschen von Eiswürfeln aus Salbeitee (ohne scharfe Kanten), Spülen mit Benzylamin Lösung (verschreibungspflichtig), Bepanthen® 5% Lösung oder dem Betupfen oder Besprühen mit dem Inhalt einer Traumeel® Ampulle (mit einem Applikator aus der Apotheke) behandeln.
- Suchen Sie beim Auftreten von weißen Belegen, einer dunkel gefärbten Zunge, kleineren und größeren Mundbläschen sowie offenen Stellen sofort Ihren Arzt auf, um durch ihn die notwendigen Maßnahmen einleiten zu lassen.

Erbrechen

Übelkeit äußert sich in einem flauen Gefühl mit Brechreiz und führt oftmals zum Erbrechen.

Leichte Formen gehen einher mit 1 bis 2 maligem Erbrechen/Tag im Abstand von 5 Minuten. In diesem Stadium ist es wichtig, ausreichend zu trinken und die Bedarfsmedikamente einzunehmen.

Mittelschwere Formen äußern sich durch 3 bis 5 maliges Erbrechen/Tag im Abstand von 5 Minuten. Bitte kontaktieren Sie Ihren Arzt, um notwendige Maßnahmen abzusprechen.

Bei schweren Formen zeigt sich meist ein mehr als 6 maliges Erbrechen/Tag im Abstand von 5 Minuten. Hier ist künstliche Ernährung und ein Krankenhausaufenthalt angezeigt. Bitte kontaktieren Sie sofort Ihren Arzt, um notwendige Maßnahmen anzusprechen.

Was Sie zur Vorbeugung tun können:

- Nehmen Sie die vorbeugende Medikation wie verordnet ein und nicht nur im Bedarfsfall.
- Vermeiden Sie große Mahlzeiten. Essen Sie lieber kleine Mahlzeiten über den Tag verteilt.
- Essen Sie, worauf Sie Appetit haben.
- Kalte Speisen und Getränke werden häufig besser vertragen als warme.
- Vermeiden Sie süße und fette Speisen und intensive Gerüche.

Ermüdung

Die Ermüdung, die unter dieser Therapie auftreten kann, äußert sich in einer allgemeinen Schwäche mit dem Unvermögen, die notwendige Energie für alltägliche Tätigkeiten aufzubringen und in einem daraus folgenden massiv erhöhten Ruhebedürfnis.

Was Sie selbst dagegen tun können:

- Ruhen Sie sich häufig aus, und übertragen Alltagspflichten auf andere (z.B. Familie).
- Bewegen Sie sich regelmäßig (z.B. Spazieren gehen) und führen Sie Ihre gewohnten Tätigkeiten – Ihren Kräften angepasst – aus.
- Halten Sie Ihre festen Schlafzeiten ein und meiden Sie Koffein und Alkohol vor dem Einschlafen.
- Teilen Sie Ihre Kräfte ein, indem Sie z.B. in einem Tagebuch Ihre aktivsten Tageszeiten notieren.

Hand-Fuß-Hautreaktion

Dies bedeutet eine Hautveränderung an Händen und Füßen, einhergehend mit Rötung, Schwellung, Taubheitsgefühl und Kribbeln.

Achten Sie bitte auf diese Warnzeichen an Ihren Händen und Füßen.

Was Sie selbst vorbeugend tun können:

- Meiden Sie den Kontakt mit heißem Wasser und vermeiden Sie die starke mechanische Beanspruchung Ihrer Handflächen.
- Meiden Sie direkte Sonneneinstrahlung, Chlor und Salzwasser.
- Leichte Schmerzen können Sie durch Kühlung z.B. mit kalten nassen Handtüchern oder mit coldpacks oder Hochlagern der betroffenen Körperteile lindern.
- Tragen Sie weite Kleidung aus natürlichen Materialien und bequemes Schuhwerk.
- Verwenden Sie zur Pflege z.B. Bepanthal® Fußcreme, Bepanthal® Handbalsam oder bei starker Abschuppung die harnstoffhaltigen Cremes wie Eucerin® 10% Urea.

Bei stärkeren Schmerzen, Blasenbildung oder Blutungen an den Händen und Füßen sprechen Sie bitte umgehend mit Ihrem Arzt.

Schwäche

Dieses Arzneimittel kann zu Muskelschwäche führen.

verminderter Appetit

Einige Anwender klagen über verminderten Appetit. Es ist möglich, dass das Essen fade schmeckt und dass der Genuss beim Essen verloren geht. Dies führt automatisch zu einem Gewichtsverlust. Diesem können Sie durch eine gezielte Ernährungsberatung bei Ihrem Arzt oder Apotheker entgegenwirken. Essen Sie eiweißreich: Milchprodukte, Hülsenfrüchte, Fleisch, Fisch. Oft ist hochkalorische Kost, wie z.B. Fresubin®, Biosorb® hilfreich. Auch geeignet ist das geschmacksneutrale Maltodextrin® o.ä., das Sie unter die meisten Speisen mischen können und so die Kalorienzahl erhöhen können.

- Essen Sie, was Ihnen schmeckt, soviel und sooft Sie möchten und kalorienreich (Sahne, Butter usw.).
- Essen Sie in angenehmer Atmosphäre.
- Essen Sie Ihre Speisen kalt oder bei Zimmertemperatur, das mildert intensiven Geruch und Geschmack.

Übelkeit

Übelkeit äußert sich in einem flauen Gefühl mit Brechreiz und führt oftmals zum Erbrechen.

Leichte Formen gehen einher mit 1- bis 2-maligem Erbrechen/Tag im Abstand von 5 Minuten. In diesem Stadium ist es wichtig, ausreichend zu trinken und die Bedarfsmedikamente einzunehmen.

Mittelschwere Formen äußern sich durch 3- bis 5-maliges Erbrechen/Tag im Abstand von 5 Minuten. Bitte kontaktieren Sie Ihren Arzt, um notwendige Maßnahmen abzusprechen.

Bei schweren Formen zeigt sich meist ein mehr als 6-maliges Erbrechen/Tag im Abstand von 5 Minuten. Hier ist künstliche Ernährung und ein Krankenhausaufenthalt angezeigt. Bitte kontaktieren Sie sofort Ihren Arzt, um notwendige Maßnahmen anzusprechen.

Was Sie zur Vorbeugung tun können:

- Nehmen Sie die vorbeugende Medikation wie verordnet ein und nicht nur im Bedarfsfall.
- Vermeiden Sie große Mahlzeiten. Essen Sie lieber kleine Mahlzeiten über den Tag verteilt.
- Essen Sie, worauf Sie Appetit haben.
- Kalte Speisen und Getränke werden häufig besser vertragen als warme.
- Vermeiden Sie süße und fette Speisen und intensive Gerüche.

Capecitabin (_____) Filmtabletten

Capecitabin

Häufig auftretende Nebenwirkungen

Nach Einnahme des Medikaments können Nebenwirkungen auftreten. Die meisten dieser Nebenwirkungen können Sie durch das Einhalten einiger Ratschläge abschwächen oder ganz vermeiden.

Folgende unerwünschte Wirkungen treten sehr häufig auf:

- Bauchschmerzen
- Durchfall
- Entzündung der Mundschleimhaut
- Erbrechen
- Ermüdung
- Hand-Fuß-Hautreaktion
- Schwäche
- verminderter Appetit
- Übelkeit

Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten

Die Wirkung Ihrer Krebstherapie kann durch diverse Umstände beeinflusst werden. Informieren Sie daher Ihren Arzt und Ihren Apotheker über alle Medikamente, die Sie einnehmen. Beachten Sie dabei, dass Wechselwirkungen nicht nur mit Arzneimitteln auftreten können, sondern auch mit Nahrungs-, Nahrungsergänzungs- und Genussmitteln (wie z.B. Alkohol). Wechselwirkungen mit Arzneimitteln, die Sie auf Rezept erhalten, sind hier nicht aufgelistet. Sie werden gesondert von Ihrem Apotheker geprüft.

Mit folgenden freiverkäuflichen Arzneimitteln sowie Nahrungs- und Genussmitteln sind derzeit Wechselwirkungen bekannt:

- Folsäure

Hinweise zur Einnahme

Bitte befolgen Sie diese Einnahmehinweise:

- Nach Vorgabe des Arztes
- Täglich zweimal
- Zeitpunkt: abends
- Zeitpunkt: morgens

- individuelles Therapieschema (mit Therapiepausen) genau einhalten
- innerhalb von 30 Minuten nach einer Mahlzeit einnehmen.

Was Sie sonst noch wissen sollten

Bitte beachten Sie diese weiteren Hinweise:

- Hautveränderungen müssen ärztlich beurteilt werden
- enthält Lactose: nicht bei Lactoseintoleranz anwenden
- während der Behandlung nicht stillen
- Schutzmaßnahmen einhalten, insbesondere beim Teilen der Tabletten, um Haut-, Augen-, Nasen- und Mundschleimhautkontakt zu vermeiden
- Frauen im gebärfähigen Alter müssen eine zuverlässige Verhütungsmethode anwenden.