

## Behandlung und zusätzliche Tipps bei DURCHFALL

### Allgemeine Information zu Durchfällen durch Chemotherapie

- & Chemotherapeutika greifen neben den Tumorzellen auch sich schnell teilende Zellen an. Dazu zählt auch die Schleimhaut des Verdauungssystems. Eine Schädigung der Darmschleimhaut äußert sich häufig in Form von Durchfällen.
- & Alle Tumortheraeutika werden nach der Häufigkeit, verschiedene Nebenwirkungen auszulösen, eingestuft. So kann individuell für Ihre Behandlung die Wahrscheinlichkeit für das Auftreten von Durchfällen abgeschätzt werden.

### Ratschlag? Notfallplan bereithalten!

- & Lassen Sie sich zu Beginn der Therapie einen Notfallplan für das Auftreten von Durchfällen, inkl. einem Rezept für die im Plan enthaltenen Medikamente mitgeben.
- & Besorgen Sie sich das Medikament schon vorher, dann müssen Sie nicht aus dem Haus, wenn Probleme auftreten.

### VORSICHT!

Durchfälle, die durch eine Therapie mit Wirkstoffen ausgelöst werden, die zu den Immuntherapeutika zählen, werden anders behandelt.

Bei beginnendem Durchfall melden Sie sich bitte bei Ihrem Arzt oder dem nächsten Krankenhaus (auch nachts oder am Wochenende)!



## VERHALTENSTIPPS BEI DURCHFALL

### Wichtig: Trinken

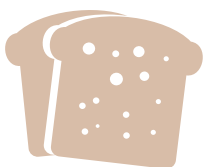
Gleichen Sie Ihren Wasser- und Elektrolythaushalt aus:

- Trinken Sie reichlich stilles Wasser, Tee (Fenchel-, Kamillen-, Pfefferminz- oder Leinsamentee) oder in Wasser auflösbare Elektrolytmischungen.
- Falls Sie diese nicht zur Hand haben, lösen Sie 1 TL Salz und 5 TL Zucker in 0,5 L abgekochten Wasser auf und füllen Sie die Mischung mit 0,5 L Saft oder Früchtetee auf.

**Cola ist NICHT geeignet!**



## EMPFEHLUNG FÜR MAHLZEITEN



1. Teilen Sie Ihre Mahlzeiten in mehrere kleine Portionen auf.
2. Bevorzugen Sie Nahrungsmittel wie Bananen, gekochte Kartoffeln, Schleimsuppen, Nudeln, Reis, Weißbrot, Toast oder Laugenstangen.
3. Bananen, Bananenchips und getrocknete Aprikosen enthalten viel Kalium und können ebenso bei Durchfall helfen.
4. Auch geriebene Äpfel sind sehr gut geeignet. Äpfel sind reich an Pektin, welches Flüssigkeit im Darm binden kann. Ebenfalls pektinreich sind reife Bananen oder weich gekochte Möhren. Zusätzlich enthalten getrocknete Heidelbeeren Gerbstoffe, die eine Schutzschicht im Darm bilden können.
5. Vermeiden Sie Lightprodukte (Zuckeraustauschstoffe können Durchfall verursachen), koffeinhaltige Lebensmittel, Milchprodukte sowie fettige und frittierte Speisen.
6. Bevorzugen Sie Sauermilchprodukte, wie Kefir, Joghurt, Buttermilch und Schmand. Empfehlenswert ist ebenfalls Zartbitterschokolade.

## GEREIZTE HAUT – WAS TUN?

Bei gereizter Haut der Analregion helfen gerbstoffhaltige Sitzbäder und wundheilungsfördernde Salben.

---

Gerne sind wir für Sie bequem per Chat auf [www.krebs-und-ich.de](http://www.krebs-und-ich.de) erreichbar oder via Telefon ☎ 0911 977 23 259 per E-Mail ✉ [krebs-und-ich@a-b-f.de](mailto:krebs-und-ich@a-b-f.de)

Sie finden dort qualifizierte pharmazeutische Ansprechpartner, die gerne Ihre Fragen beantworten.

