

Ihr Leitfaden zum Behandlungsbeginn



Vorbeugung und Umgang mit Nebenwirkungen

Zu Beginn einer neuen Krebsbehandlung
ist es wichtig, über mögliche
Nebenwirkungen Bescheid zu wissen.



Diese **Broschüre dient** als Orientierungshilfe:

**bei der
Vorbereitung**

Häufig
auftretende
Nebenwirkungen
verstehen



**bei der
Vorbeugung**

Sich proaktiv
im Voraus
vorbereiten



**beim
Umgang**

Was tun,
wenn
Nebenwirkungen
auftreten



Zur Verteilung durch medizinische Fachpersonen an die Patientin.
Zur Abgabe durch den Arzt an den Patienten nach Verschreibung
von Verzenios®.

Diese Informationen ersetzen nicht die Informationen vom
medizinischen Fachpersonal oder die Packungsbeilage, die Ihrem
Arzneimittel beiliegt.

Lilly
A MEDICINE COMPANY

Inhalt



ERSCHÖPFUNG.....2

- Vorbeugung und Vorbereitung
- Tipps und Tricks



DURCHFALL.....3

- Vorbeugung und Vorbereitung
- Versuchen Sie



DEN EIGENEN STUHLGANG VERSTEHEN.....4

- Die Bristol-Stuhlformen-Skala



DURCHFALLBEKÄMPFUNG.....5

- Tun und nicht tun



WAS SIE BEIM AUFTRETEN VON DURCHFALL TUN KÖNNEN.....6

- Darauf sollten sie achten
- Das sollten sie vermeiden



DEN STUHLGANG ÜBERWACHEN.....8



RUFEN SIE SOFORT IHR BEHANDLUNGSTEAM AN, WENN FOLGENDES AUFTRITT.....9



TIPPS UND TRICKS ZUR ÜBERWACHUNG.....10



IHRE NOTIZEN.....11

Liebe Patientin,

Ihre Ärztin/Ihr Arzt hat Verzenios® zur Behandlung Ihrer Brustkrebserkrankung ausgewählt. In dieser Broschüre finden Sie hilfreiche Informationen zu den häufigsten Nebenwirkungen bei der Einnahme von Verzenios®. Zudem erhalten Sie praktische Ratschläge, wie Sie Beschwerden minimieren und die Kontrolle über Ihren Alltag zurückgewinnen können.

Ein persönliches Therapietagebuch kann Ihnen dabei helfen, Ihr Wohlbefinden während der Verzenios®-Therapie und der antihormonellen Therapie zu dokumentieren und besser zu verstehen. Diese Broschüre dient als Ergänzung zur Packungsbeilage. Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, bevor Sie mit der Einnahme von Verzenios® beginnen, da sie wichtige zusätzliche Informationen enthält.

Bei Fragen, die in dieser Broschüre nicht beantwortet werden, und für medizinischen Rat wenden Sie sich bitte an Ihre behandelnde Ärztin/Ihren behandelnden Arzt.

Alles Gute für Ihre Gesundheit!

ERSCHÖPFUNG



Während der Behandlung kann es zu einem Leistungsabfall kommen. Denken Sie daran, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und um Hilfe zu bitten, wenn Sie müde sind.

Vorbeugung und Vorbereitung



- Erstellen Sie eine Liste der Dinge, die Sie heute gerne tun würden. Priorisieren Sie die Aktivitäten, die Ihnen Freude machen; eine bis drei Aktivitäten pro Tag sind eine gute Anzahl.
- Setzen Sie sich das Ziel, täglich 20 bis 30 Minuten leichte Übungen (z. B. Walking) zu machen.

Tipps und Tricks



Probieren Sie verschiedene entspannende Aktivitäten aus, z.B. Musik zu hören, leichte Lektüre zu lesen, oder zu meditieren.



Verbringen Sie mehr Zeit im Freien.



Schlafen Sie nachts ausreichend und machen Sie tagsüber ein kurzes Nickerchen, wenn Sie das Bedürfnis dazu verspüren.



Nutzen Sie Lieferdienste für Lebensmittel, Mahlzeiten, Medikamente und Reinigungsarbeiten, um sich das Leben ein wenig zu erleichtern.

Durchfall



Die meisten Fälle von Durchfall beginnen in der Regel innerhalb von acht Tagen nach Beginn der Behandlung mit Verzenios® und treten am häufigsten in den ersten Monaten auf.

Wenn Sie im Voraus planen, können Sie die Nebenwirkungen besser in den Griff bekommen.

Vorbeugung und Vorbereitung



- Besorgen Sie sich ein rezeptfreies Mittel gegen Durchfall, bevor Sie mit der Behandlung beginnen.

Versuchen Sie



Häufiger kleinere Mahlzeiten zu sich zu nehmen.



Wählen Sie Lebensmittel, die weich und leicht verdaulich sind, wie Bananen, Eier, Reis, Toast und einfache Nudeln.



Trinken Sie reichlich klare Flüssigkeiten, wie Wasser, klare Säfte, Brühe und koffeinfreien Tee.

Den eigenen **Stuhlgang** verstehen

Die **Bristol-Stuhlformen-Skala** hilft Ihnen dabei, Ihren Stuhltyp zu identifizieren und Ihre Symptome zu überwachen.

Typ 1		Einzelne harte Klumpen, wie Nüsse (können nur schwer ausgeschieden werden) Verstopfung
Typ 2		Wurstförmig, aber klumpig Leichte Verstopfung
Typ 3		Wie eine Wurst, aber mit Rissen an der Oberfläche
Typ 4		Wie eine Wurst oder Schlange, glatt und weich
Typ 5		Weiche Kleckse mit deutlichen Kanten
Typ 6		Krümelige Stücke mit ausgefranstem Kanten, ein matschiger Stuhl Weicher oder matschiger Stuhl
Typ 7		Wässrig, keine festen Teile – völlig flüssiger Durchfall

Durchfallbekämpfung

Bei den ersten Anzeichen von weichem Stuhl oder Durchfall (Typ 6 oder 7) sollten Sie unbedingt **die folgenden Schritte befolgen:**

1

Beginnen Sie mit der Einnahme eines Medikamentes gegen Durchfall.

2

Kontaktieren Sie Ihr Behandlungsteam und informieren Sie es über Ihre Symptome, wenn die Symptome länger als 24 Stunden anhalten.

3

Nehmen Sie mehr Flüssigkeit (mind. 1,5 - 2,0l klare Flüssigkeiten wie Wasser, Brühe oder Magen-Darmfreundlichen Tee) auf, um Ihren Flüssigkeitshaushalt im Gleichgewicht zu halten.

4

Besprechen Sie mit Ihrem Behandlungsteam alle Vitamin- und Mineralstoffpräparate, die Sie einnehmen, da einige Nebenwirkungen haben können.

Vermeiden Sie



Lebensmittel, die reich an Ballaststoffen, Fett oder Koffein sind



Milchprodukte, würzige und frittierte Lebensmittel



Was Sie beim Auftreten von **Durchfall** tun können

DARAUF SOLLTEN SIE ACHTEN



Trinken Sie täglich 1.5 bis 2 Liter Flüssigkeit wie Wasser, verdünnte Fruchtsäfte, Tee (z.B. Schwarztee), Gemüsebouillon oder isotonische Getränke.



Nehmen Sie kaliumreiche Nahrungsmittel zu sich wie zerdrückte Bananen, Aprikosen, Pfirsiche, Kartoffeln, Fleisch und Fisch, um Ihren Mineralstoffhaushalt wieder auszugleichen. Gekochter Reis oder pektinhaltige Nahrungsmittel wie geriebene Apfel und gekochte Karotten enthalten wasserlösliche Ballaststoffe, die einen festeren Stuhlgang unterstützen.



Trinken Sie auch zwischen den Mahlzeiten.



Essen Sie häufiger und dafür kleinere Portionen.



Versuchen Sie die Mahlzeiten lauwarm oder bei Zimmertemperatur zu genießen.

DAS SOLLTEN SIE VERMEIDEN



Vermeiden Sie Nahrungsmittel, die zu Bauchkrämpfen, Blähungen oder Durchfall führen können, wie beispielsweise kohlen-säurehaltige Getränke, Bier, Kaffee, Bohnen, Kohl, Brokkoli, stark gewürzte Speisen sowie künstliche Süsstoffe und zuckerfreie Kaugummis.



Vermeiden oder reduzieren Sie stark fetthaltige Nahrungsmittel, wie Pommes frites, Sossen und Salatdressings.

Den **Stuhlgang** überwachen



Verwenden Sie die folgende Tabelle, um Ihren Stuhlgang in den ersten zwei Wochen der Behandlung zu überwachen.

Tipp: Mithilfe von Notizen können Sie die Dringlichkeit des Stuhlgangs verfolgen oder festhalten, ob Sie Nahrungsergänzungsmittel eingenommen haben usw.

[illegible]



Rufen Sie sofort Ihr Behandlungsteam an, wenn Folgendes unter der Einnahme von Verzenios® auftritt:

Blutungen oder vermehrte Blutergüsse

Wiederholtes Fieber oder Infektionen

Husten, Fieber und Atemnot oder Brustschmerzen

Schmerzhafte und geschwollene Beine, Brustschmerzen, Kurzatmigkeit, schnelles Atmen oder schneller Herzschlag

Ungewöhnliche Gewichtsveränderungen, Gelbfärbung der Haut oder des Augenweißes und/oder dunkler Urin

Es ist wichtig, dass Sie sich sofort an Ihr Behandlungsteam wenden, wenn bei Ihnen eine der oben genannten Nebenwirkungen auftritt.

Tipps und Tricks zur Überwachung

Wenn Sie den Stuhlgang überwachen, können Sie und Ihr Behandlungsteam herausfinden, wie Sie Ihre Symptome am besten in den Griff bekommen.

Tipps: Denken Sie daran, den Tracker zu Ihrem nächsten Termin mit Ihrem Behandlungsteam mitzubringen.

MITTEL GEGEN DURCHFALL (DOSIERUNG) UND SONSTIGE NOTIZEN

Ihre Notizen

Tipp: Mithilfe von Notizen können Sie die Dringlichkeit des Stuhlgangs verfolgen oder festhalten, ob Sie Nahrungsergänzungsmittel eingenommen haben.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ihre Notizen

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Eli Lilly (Suisse) SA
Ch. des Coquelicots 16, CP 580
CH-1214 Vernier GE

Diese Broschüre wurde in Zusammenarbeit von Eli Lilly und einem Experten für unerwünschte Ereignisse bei Brustkrebs erarbeitet.

© 2024 Eli Lilly und Unternehmen.
Alle Rechte vorbehalten.
PP-AL-CH-0658/11.2024.

