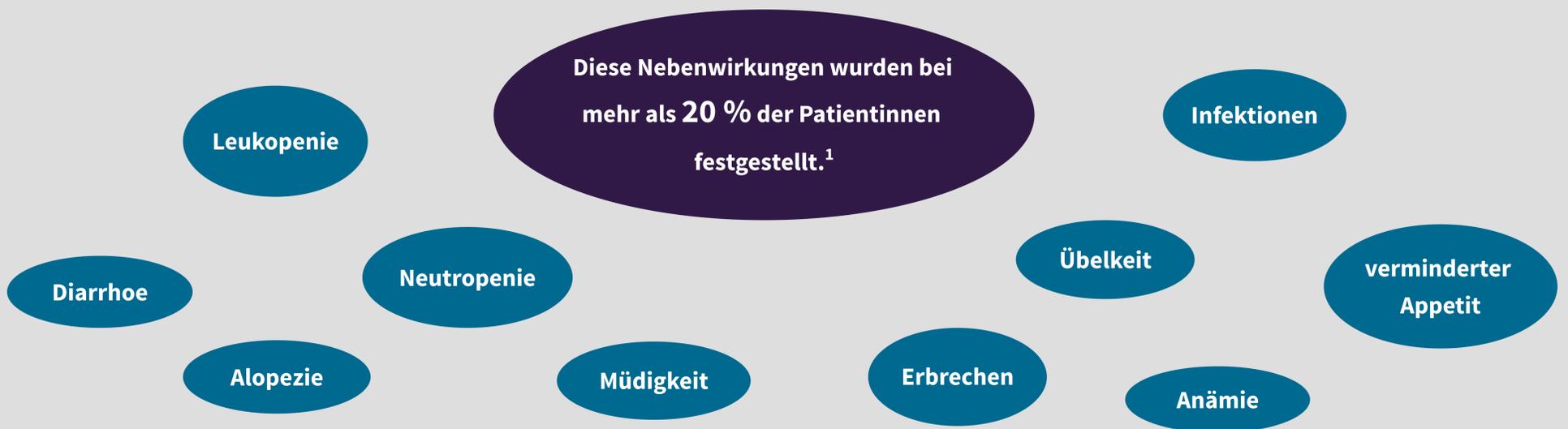


CDK4 & 6 Inhibitoren: Wie umgehen mit Nebenwirkungen?

Mögliche Nebenwirkungen



Diarrhoe: Behandlung über Medikamente & Ernährung



Akutbehandlung: Loperamid bei unkomplizierten Diarrhoen²



Ernährungsanpassung: kleine abwechslungsreiche Mahlzeiten, leichtverdauliche Lebensmittel²



Ausgleich des Flüssigkeitshaushaltes:
Trinkmenge > 2L/Tag (Tee, Wasser)²



Komplementäre Maßnahmen: Präparate mit Gerbstoffen, Apfelpektin oder Uzarawurzel²



Verzicht auf: Koffein, Alkohol, Milchprodukte, Fruchtsäfte, frittierte/scharfe/fettige/ballaststoffreiche Lebensmittel²



Pflanzliche Hausmittel: Geriebener Apfel, Flohsamen, getrocknete Heidelbeeren (bis ca. 50g/Tag), Möhrensuppe nach Ernst Moro^{2,3}

Neutropenie (= Abfall der neutrophilen Granulozyten)

Mögliche Symptome: Auftreten von Fieber (mehrmalig > 38°C oder einmalig > 38,5°C)¹



Vitamin- und eisenhaltige Kost einnehmen²



Termine zur Laboruntersuchung wahrnehmen²



Corona- und Gripeschutzimpfung wahrnehmen²



Regelmäßig Hände waschen, große Menschenansammlungen meiden²



Kontakt zu infektiösen Personen vermeiden²

Anämie (= Abfall der roten Blutkörperchen)

Mögliche Symptome: Müdigkeit, Schwäche, Kurzatmigkeit²

Trinken von: Kräuterblut, Rote Beete-Saft, Rotem Traubensaft, Aroniasaft²

Verzehr von: eisenhaltigen Lebensmitteln wie Brokkoli, Spinat, Rote Beete, Tomate, Kürbis, Fleisch, Kichererbsen, Trauben, Linsen²

Übelkeit, Erbrechen & verminderter Appetit

Maßnahmen bei Übelkeit & Erbrechen:⁴



Kräutertees trinken



Ingwer kauen



Akupunktur/Akupressur



Antiemetika



Entspannungstechniken oder Verhaltenstherapie

Bei Verminderung des Appetits:^{5,6}

- Gewicht regelmäßig kontrollieren
- Tägl. mehrere kleine Mahlzeiten, Snacks
- Weniger Ballaststoffe, mehr Eiweiß und Fett
- Starke Essensgerüche vermeiden & Speisen appetitlich anrichten
- Ausreichende Bewegung sichern
- Vor und während Essen möglichst nichts/wenig trinken (Sättigungsgefühl durch Flüssigkeit)

¹Harbeck, Reimer. Supportive Therapie und Nebenwirkungsmanagement. Stand April 2022. unter: https://www.ago-online.de/fileadmin/ago-online/downloads/_leitlinien/kommission_mamma/2022/Einzeldateien/AGO_2022D_14_Supportive_Therapie_und_NW-Management.pdf (abgerufen am 21.11.2022).

²Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft DK, AWMF). S3-Leitlinie: Supportive Therapie bei onkologischen PatientInnen. Stand Februar 2020. AWMF-Reg.-Nr. 032/0540L, unter: https://www.leitlinienprogramm-onkologie.de/fileadmin/user_upload/Downloads/Leitlinien/Supportivtherapie/LL_Supportiv_Langversion_1.3.pdf (abgerufen am 21.11.2022).

³Kastner U et al. Saure Oligosaccharide als Wirkprinzip von wäßrigen Zubereitungen aus der Karotte in der Prophylaxe und Therapie von gastrointestinalen Infektionen. Wien Med Wochenschr. 2002;152(15-16):379-381.

⁴Übelkeit und Erbrechen bei der Krebstherapie: Vorbeugen und behandeln. DKFZ Krebsinformationsdienst, 2022. <https://www.krebsinformationsdienst.de/service/iblatt/iblatt-uebelkeit.pdf?m=1656324472&> (abgerufen am 30.01.2023).

⁵Kräfte sammeln und bewahren: Was tun bei Gewichtsverlust? DKFZ Krebsinformationsdienst, 2014. <https://www.krebsinformationsdienst.de/leben/alltag/ernaehrung/ernaehrung-gewichtsverlust.php> (abgerufen am 30.01.2023).

⁶Ernährung bei Krebs: Was ist wichtig? DKFZ Krebsinformationsdienst, 2022. <https://www.krebsinformationsdienst.de/service/iblatt/iblatt-ernaehrung-bei-krebs.pdf?m=1656325292&> (abgerufen am 30.01.2023).