



Over op erwinase

Je kind krijgt vanaf nu erwinase in plaats van asparaginase. Het zijn vergelijkbare medicijnen, maar het schema is anders. Voor erwinase kom je om de dag naar het ziekenhuis. Dit is dus veel vaker. Je kind kan van erwinase ook meer last van misselijkheid en buikpijn hebben. Onderstaande tips kunnen je helpen.

Medicatie en spiegels

Voordat je kind de erwinase krijgt, krijgt het medicijnen tegen de misselijkheid. Die geven we via het infuus of neemt je kind al thuis in. Als je kind toch misselijk wordt, zeg het dan tegen de arts of verpleegkundig specialist. Wij kunnen dan een ander medicijn tegen misselijkheid geven. Er wordt regelmatig bloed afgenomen om de spiegel te meten. Bij een te hoge spiegel verlagen we de hoeveelheid erwinase. Dit geeft vaak ook snel vermindering van de misselijkheid.

Wat kun je zelf doen wanneer je kind misselijk is en minder eet?

- Stel je kind gerust door er te zijn. Zorg voor zoveel mogelijk rust en ontspanning.
 - Zorg voor frisse lucht in huis en voorkom sterke geuren.
 - Bij opkomende misselijkheid kan diep zuchten, zuigen op een ijsklontje of tandenpoetsen helpen.
 - Zuigen op een waterijsje of een stukje appel of ananas, kan de misselijkheid ook verminderen.
 - Geef je kind regelmatig kleine beetjes eten en drinken, want een lege maag kan de misselijkheid verergeren.
 - Geef je kind vaker kleine lichte maaltijden of tussendoortjes in plaats van grote maaltijden.
-

-
- Als je kind 's morgens misselijk is, geef het dan voor het opstaan een droge beschuit, toast of cracker. Het ontbijt overslaan, kan de misselijkheid verergeren.
 - Zorg dat het eten van je kind niet te warm of te koud is.
 - Laat je kind voldoende drinken. Een vochttekort verergert de misselijkheid.

Taal, structuur en actieve afleiding

Taal

Wat je zegt, heeft invloed op hoe je kind zich voelt. Als jij iets 'spannend' noemt, zal je kind het ook eerder spannend vinden. Met het benoemen van vervelende dingen help je je kind niet. Het maakt juist dat je kind aan die dingen gaat denken en er meer last van heeft. Praten over prettige dingen helpt wel. Bijvoorbeeld 'waarmee wil je straks op de dagbehandeling spelen?', 'wil je een lekkere kruik op je buik?' of 'wat zullen we voor leuke dingen doen als je weer wat beter voelt?'. Je helpt je kind ook met zinnen als 'omdat jij zo fijn bezig bent met dit spelletje, zul je merken dat je je beter gaat voelen.' Hiermee geef je je kind vertrouwen dat de misselijkheid overgaat.

Structuur

Door de dagen zo normaal mogelijk in te vullen, vaste tijden voor eten, naar buiten gaan, slapen etc. is er voldoende afleiding. Door uit bed te komen, aan school te werken en te bewegen wordt de focus verlegd. Maak vóór een bezoek aan de dagbehandeling samen een plan hoe je die dag gaat invullen. Welk speelgoed/spelletje/schoolopdracht nemen we mee?

Actieve afleiding

Voorlezen of een filmpje kijken kunnen soms voldoende afleiding afgeven. Maar als je kind veel last van bijwerkingen heeft, kun je het beter actieve afleiding bieden.

-
- Bewegen, bijvoorbeeld een stukje lopen over de afdeling
 - Een spelletje doen
 - Praten over leuke dingen, zoals vakantie, een droomuitje of een favoriete plek
 - Knutselen, bijvoorbeeld aan een meerdaags project
 - Videobellen met familie of vrienden
 - Werken aan een korte schoolopdracht

Ideeën voor lichte maaltijden

- 1 bruine boterham (evt. geroosterd) met halvarine en licht beleg + 1 glas halfvolle melk
- 1 knäckebröd/matse/creamcracker met halvarine en licht beleg + 1 glas halfvolle chocolademelk
- 1 bruin bolletje met omelet van 1 ei
- 100 ml Griekse yoghurt met 1 el honing of jam
- 150 ml volle kwark met fruit
- 1 grote eierkoek + 1 glas limonade
- 2 plakken ontbijtkoek met roomboter + 1 glas halfvolle melk
- kopje soep gemaakt van niet te kruidige bouillon, groenten, vermicelli/rijst en gehaktballetjes

Licht beleg

- casselerrib, magere achterham, kalkoen- en kiprollade, kip- en kalkoenfilet, rundergehakt, cornedbeef
 - ongekruidе kaas of smeerkaas, Hüttenkäse, Zwitserse strooikaas
 - omelet, roerei,
 - jam, honing, stroop, vruchtenhagel, anijshagel, (basterd)suiker
-