



**UNIVERSITÄTS  
KLINIKUM** FREIBURG

PATIENTENINFORMATION

# ÜBELKEIT UND ERBRECHEN

bei medikamentöser Tumorthherapie



**ONKOLOGISCHE PFLEGE**

**WIR FÜR DEN PATIENTEN** | **CCCF** COMPREHENSIVE  
CANCER CENTER  
FREIBURG

[uniklinik-freiburg.de/cccf.html](http://uniklinik-freiburg.de/cccf.html)



## Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Eine medikamentöse Tumorthherapie kann Übelkeit und Erbrechen auslösen. Deshalb haben Sie bereits mit der Verabreichung Ihrer Therapie vorsorglich Medikamente erhalten, die das Auftreten von Übelkeit und/oder Erbrechen effektiv verhindern. In der Regel sind diese Medikamente ausreichend. Jedoch reagiert jeder Mensch individuell verschieden. Sollte wider Erwarten Übelkeit/ Erbrechen auftreten, gibt es hierfür weitere Medikamente. Für eine optimale Wirkung sollten Sie diese Medikamente frühzeitig einnehmen.

**Daher ist es wichtig, dass Sie das Pflegepersonal bereits bei einem leichten Unwohlsein informieren.**

### Wie entstehen Übelkeit und Erbrechen bei medikamentöser Tumorthherapie?

Übelkeit und Erbrechen sind komplexe Geschehnisse, bei denen verschiedene Reflexe und Botenstoffe beteiligt sind. Medikamentöse Tumorthapien können die Zellen der Darmschleimhaut angreifen und schädigen. Dies setzt Botenstoffe frei, die im Gehirn an speziellen Rezeptoren Übelkeit und Erbrechen auslösen. Nervosität, Angst, Schlafmangel, ... können diese Beschwerden verstärken. Einigen dieser Reaktionen kann man durch Medikamente entgegenwirken. Übelkeit und Erbrechen kann bei 65% bis 85% aller Betroffenen verhindert werden.

### Welche Formen gibt es?

Akute Übelkeit und Erbrechen: ab Therapiebeginn, innerhalb der ersten 24 Stunden.

Verzögerte Übelkeit und Erbrechen: setzt später als 24 Stunden nach Therapiebeginn ein und kann bis zu fünf Tagen andauern.

Antizipatorische Übelkeit und Erbrechen: bezeichnet eine erlernte Form, die aufgrund negativer Erfahrungen mit Übelkeit/Erbrechen bei vorausgegangener Tumorthherapie entstanden ist. Diese kann auch schon Stunden bis Tage vor einer Tumorthherapie ausgelöst werden z. B. durch Gerüche oder Gedanken an die Klinik.

## **Folgen von Übelkeit und Erbrechen?**

Durch Übelkeit und Erbrechen kann die Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme stark eingeschränkt sein. Ungewollter Gewichts- und Flüssigkeitsverlust können die Folge sein.

## **Was können Sie selbst tun?**

- » **Melden Sie sich bereits beim ersten Unwohlsein **UMGEHEND UND FRÜHZEITIG** beim Pflegepersonal**
- » **Nehmen Sie zuverlässig und regelmäßig Ihre Medikamente zur Vorbeugung von Übelkeit und Erbrechen ein**
- » **Fragen Sie nach der Broschüre „Einnahmeempfehlung für Medikamente gegen Übelkeit und Erbrechen nach medikamentöser Tumorthherapie“**

## **Ernährungsvorschläge:**

- Essen Sie, wenn Sie Appetit verspüren und worauf Sie Lust haben
- Nehmen Sie kleine und häufigere Mahlzeiten zu sich
- Versuchen Sie, viel zu trinken
- Wenn Ihnen das Trinken schwer fällt, benutzen Sie einen Strohhalm oder lutschen Sie gefrorene Frucht- bzw. Teestückchen
- Kalte, lauwarme und fettarme Gerichte sind leichter verdaulich
- Trockene und salzige Nahrungsmittel wirken magenberuhigend
- Essen Sie frisches Obst und Gemüse
- Lutschen Sie Bonbons (Eukalyptus, Pfefferminz, Ingwer, saure Drops)
- Ingwer ist Geschmackssache – kann aber gut gegen das flaue Gefühl im Magen sein

**Zusätzliche Informationen erhalten Sie unter**

**[www.krebsratgeber.de/artikel/genuss-nicht-nur-fuer-krebspatienten](http://www.krebsratgeber.de/artikel/genuss-nicht-nur-fuer-krebspatienten).**

Hier sind kurze Kochvideos zu finden, die in Zusammenarbeit mit der Ernährungsmedizin entstanden sind.

## **Was könnte Ihnen sonst noch gut tun?**

- Ruhe und Entspannung
- Entspannungsübungen, wie z. B. Autogenes Training, Meditation oder Progressive Muskelentspannung
- Atemtechniken
- Akupunktur / Akupressur („Sea-Band“)
- Massagen, z. B. Fußreflexzonenmassage
- Ablenken mit Musik, Gesprächen, Fernsehen, Hobbies, Spaziergängen...
- Körperliche Aktivitäten können hilfreich sein
- Frische Luft
- Besonders schlimme Zeiten „verschlafen“: Fragen Sie Ihren Arzt nach einem Schlafmittel zur Nacht

## **Telefonnummern der Stationen und Ambulanzen:**

Bei **Fragen oder Problemen** wenden Sie sich bitte an die Ärzte oder Pflegenden auf Ihrer Station.

Die Telefonnummer Ihrer Station finden Sie in der nachfolgenden Auflistung.

### **Ambulanz und Tagesklinik:**

- Telefonleitstelle der onkologischen Ambulanzen ..... (07 61) 270 - 35 555
- Tagesklinik allgemein ..... (07 61) 270 - 37 430
- Tagesklinik privat/Wahlleistung ..... (07 61) 270 - 37 410

### **Onkologische Stationen:**

- Onkologische Patientenaufnahme und -leitstelle (OPAL) ..... (07 61) 270 - 33 000
- ITZ 2A/Löhr ..... (07 61) 270 - 34 960
- ITZ 2B/Thannhauser ..... (07 61) 270 - 34 960
- Station Benitia ..... (07 61) 270 - 31 270
- Station Schönheimer ..... (07 61) 270 - 73 670

### **Medizinische Klinik:**

- Information Medizin ..... (07 61) 270 - 34 010

**Universitäts-Notfallzentrum** ..... (07 61) 270 - 33 333

Herausgeber: © Universitätsklinikum Freiburg | 2019  
Redaktion: Department für Innere Medizin  
Gestaltung: Medienzentrum | Universitätsklinikum Freiburg  
Titelfoto: Universtätsklinikum Freiburg  
Foto: © Fotolia/lily

Verfasst vom Onkologischen Pflegearbeitskreis, freigegeben vom  
ärztlichen Direktor und der Pflegedienstleitung der Klinik für Innere Medizin I

## WEITERE INFORMATIONEN ERHALTEN SIE

### **Universitätsklinikum Freiburg**

Department für Innere Medizin

Klinik für Innere Medizin I

Klinik für Tumorbiologie

Hämatologie, Onkologie und Stammzelltransplantation

Ärztlicher Direktor: Prof. Dr. J. Duyster

Pflegedienstleiterin: M. Hasemann

Hugstetter Str. 55, 79106 Freiburg

[www.uniklinik-freiburg.de/medizin1.html](http://www.uniklinik-freiburg.de/medizin1.html)

Stand: Juli 2019