

Wskazówki dla pacjentów leczonych promieniami jonizującymi z nowotworami jamy brzusznej i miednicy

- Wskutek radioterapii twoje ciało nie stanie się radioaktywne;
- Nie stanowią zagrożenia dla zdrowia swoich bliskich, również dzieci;

INFORMACJE OGÓLNE:

Radioterapia w nowotworach tych okolic może spowodować zaburzenia czynności żołądka, nudności, wymioty i biegunkę.

Nudności często występują na tle emocjonalnym i pojawiają się w ciągu pierwszych dni napromieniania po zabiegu. Najczęściej przemijają. Jeżeli wystąpią u Ciebie postaraj się nie jeść przed zabiegiem. Może na czczo lepiej zniesiesz napromienianie.

POWINIENESĆ:

- Jeść małe objętościowo posiłki, ale często;
- Staraj się jeść i pić powoli;
- Między posiłkami pij napoje o temperaturze pokojowej;
- Jeżeli dolegliwości się pogłębią wypróbuj dietę płynną - buliony, herbaty owocowe, siemię lniane;
- Pij do dwóch litrów płynów obojętnych dziennie (np. niegazowana woda mineralna);

W przypadku nie ustąpienia dolegliwości otrzymasz leki przeciwwymiotne, które zmniejszą lub wykluczą je.

Około czwartego tygodnia terapii często pojawia się biegunka. Ważne jest przede wszystkim, abyś stosował dietę bezmleczną. Jeżeli dolegliwości nie ustąpią, podamy Tobie leki, które pomogą rozwiązać ten problem.

Z DIETY NALEŻY WYKLUCZYĆ:

- Posiłki mleczne
 - Mleko
 - Twaróg
 - Śmietana
 - Jogurty (naturalne i owocowe)
 - Maślanka
 - Kefir
- Surowe owoce i warzywa
- Produkty wzdymające
 - Groch
 - Fasola
 - Kapusta
 - Grzyby
- Napoje gazowane
- Alkohol

Pamiętaj: Twoja dieta powinna być bogata w potas (banany, ziemniaki, morele).

U kobiet podczas napromieniania okolicy miednicy może ustać menstruacja i mogą wystąpić objawy menopauzy.

W PRZYPADKU NAPROMIENIANEGO GRUCZOŁU KROKOWEGO MOŻE DOJŚĆ DO:

- Wystąpienia bólu i pieczenia podczas oddawania moczu;
- Zaburzeń oddawania moczu (częste oddawanie moczu, ale w małych ilościach);
- Podbarwienie moczu krwią;
- Bólu brzucha, skurczu jelit, wzdęć i biegunki;

W PRZYPADKU NAPROMIENIANIA JAMY BRZUSZNEJ MOŻE DOJŚĆ DO:

- Nietolerancji niektórych pokarmów i utraty apetytu;
- Biegunki i bolesnego parcia w kiszce stolcowej;
- Wzdęć brzucha i skurczu jelit;
- Nudności, a czasami wymiotów;

H I G I E N A:

- W trakcie leczenia nie ma przeciwwskazań do mycia ciała pod prysznicem;
- Zwracaj jedynie uwagę, aby nie zmyć oznaczeń;
- Okolicę krocza należy podmywać letnią wodą używając mydła o odczynie kwaśnym lub łagodnego mydła dla dzieci;
- Ulgę przynosi stosowanie chusteczek do higieny intymnej (np. Bobas, Pampers);
- Osuszanie skóry przez dotyk miękkim ręcznikiem;
- Należy nosić wyłącznie bieliznę bawełnianą; pierz ją w mydle, którym się myjesz;
- Nie stosuj żadnych kosmetyków na tę okolicę, chyba że zalecane przez lekarza preparaty;
- Nie usuwaj owłosienia z okolicy krocza i pachwin;
- Jeżeli na twojej skórze pojawi się zaczerwienienie, zastosuj odpowiednie środki;
- Dbaj o regularne wypróżnienia;

Z A P A M I Ę T A J:

- Nie ogrzewaj ani nie ochładzaj leczonego obszaru;
- Zażywaj przepisane leki przeciwbólowe;
- Staraj się jak najwięcej wypoczywać i nie wykonuj ciężkiej pracy fizycznej;
- Przestrzegaj terminów kolejnych wizyt, ważne jest, aby nie przerywać leczenia;
- Z pytaniami dotyczącymi choroby i leczenia zwracaj się do lekarza, pielęgniarki lub technika. Są to jedyne osoby, które mogą udzielić Tobie właściwej rady.

**PALENIE I PICIE ALKOHOLU W TRAKCIE RADIOTERAPII ZMNIEJSZA
SZANSE NA WYLECZENIE CHOROBY NOWOTWOROWEJ I NASILA ODCZYN
POPROMIENNY W TRAKCIE LECZENIA!!!**