



IMAS

Institut d'Oncologia
Radioteràpica
Hospital de l'Esperança



Guia informativa **RADIOTERÀPIA**

informació a l'usuari

www.imasbcn.org



Ha estat remès a l'**Institut d'Oncologia Radioteràpica (IOR)** perquè avaluem la realització d'un tractament amb radiacions ionitzants. A l'IOR treballem metges especialistes en oncologia radioteràpica, radiofísics, infermeres, tècnics especialistes en radioteràpia i personal administratiu amb l'objectiu d'oferir-li una radioteràpia moderna, de qualitat, eficaç, eficient i segura.

Sant Josep de la Muntanya, 12 | 08024 Barcelona
Tel. 93 367 41 44 | Fax 93 367 42 71 | ior@imas.imim.es



La primera vegada

La primera vegada que acudeixi a l'IOR, en funció del seu diagnòstic, se li assignarà un metge que li realitzarà la primera visita. En aquesta avaluació el seu cas, li explicarà el tractament que rebrà i la possible toxicitat que d'aquest se'n derivi. Posteriorment, li realitzarem un escàner (TAC) per a planificar la radioteràpia; es definiran les zones a tractar, els òrgans crítics, les dosis a donar i el temps de tractament. Després d'uns dies, ens posarem en contacte telefònic amb vostè per a comunicar-li el dia i hora d'inici del tractament. A partir d'aquest moment, vostè haurà de venir cada dia a la mateixa hora per a rebre el tractament, excepte si se li indica el contrari. Tot el personal de l'IOR està especialment sensibilitzat en fer-li perdre el mínim temps possible pel que intentarem que no s'hagi d'esperar, tot i que sabem que no sempre és possible. Periòdicament, el metge parlarà amb vostè per a comprovar la seva evolució i corregir els possibles trastorns que puguin aparèixer.

Aquest guia l'ajudarà a comprendre què és la radioteràpia, descrivint els tractaments i els efectes secundaris que pugui comportar. Tot i així, molt probablement seguirà fent-se preguntes al respecte. Anoti-les en la pàgina en blanc que trobarà al final d'aquesta guia i comentilles en la propera visita. Recordi que el personal que treballa a l'IOR està sempre a la seva disposició per a resoldre qualsevol dubte o problema que se li plantegi.

Què és la radioteràpia?

La radioteràpia atura la reproducció de les cèl·lules, tant de les sanes com de les malaltes. Amb tot, degut a què les cèl·lules anormals són més sensibles, moren més que les sanes.

Com s'administra?

En la radioteràpia externa, una màquina situada a certa distància del cos dirigeix les radiacions sobre la zona malalta. Aquest tipus de tractament, que és el més freqüent, li permetrà anar i tornar al seu domicili cada dia.

Diàriament, quan entri a la sala de tractament serà col·locat en posició per un tècnic especialista en radioteràpia. Vostè haurà de col·laborar estant el més quiet possible i, en moltes ocasions, utilitzarem dispositius que garanteixin la seva immobilitat. Tot i que en un primer moment pot sentir-se impressionat per la mesura de les màquines que produeixen les radiacions, no es preocupi; aquests aparells no li provocaran cap dolor i ràpidament es familiaritzarà amb ells. La radiació no es nota, no s'olora, no es veu ni se sent. Durant el tractament (que durarà tan sols uns minuts), el tècnic estarà en una habitació contigua a la seva i des d'allà controlarà la màquina i l'estarà observant a través d'un monitor de televisió. A part, si és necessari, vostè podrà comunicar-se amb ell a través d'un circuit d'àudio.



A vegades, junt al tractament de radioteràpia, també s'aplica quimioteràpia per tal d'augmentar l'eficàcia del tractament. Així, pot ser que el mateix dia hagi de rebre ambdós tractaments. A part del trastorn físic que això li pugui comportar, és possible que apareguin problemes d'horari. Comenti-ho amb els tècnics de la unitat de tractament per a trobar la millor solució.

Les unitats de radioteràpia són equips de gran precisió i amb unes mesures de seguretat extremes, cada dia es comprova el seu perfecte funcionament. La complexitat d'aquestes màquines comporta que, en ocasions, es produeixin interrupcions en el seu tractament. En ocasions, aquestes seran previsible per a revisió i control però, en d'altres no ja que seran degudes a avaries en la unitat de tractament. Estigui tranquil donat que, una vegada s'hagi resolt l'avaria, els físics de l'IOR efectuaran una revisió exhaustiva de la màquina per a comprovar el seu perfecte funcionament. Per aquest motiu, és molt important que intenti no afegir interrupcions voluntàries que allarguin el temps de tractament. Quan aquest finalitzi, el seu metge tindrà en compte totes les interrupcions ocorregudes i efectuarà les correccions que siguin necessàries; això pot suposar que alguna sessió s'allargui i/o que se n'afegixi alguna d'addicional.

Quan hagi finalitzat el tractament, el citarem a les tres o quatre setmanes per a control amb el seu metge per a comprovar la solució eventual de la toxicitat i donar-li l'informe de la radioteràpia realitzada.

Què notarà?

Quan vostè segueixi el tractament podrà sentir-se cansat. Això és degut a què el seu organisme estarà utilitzant molta energia per a reposar les cèl·lules sanes que es destrueixen. Per a contrarestar aquest efecte eviti realitzar esforços físics innecessaris. No prengui cap medicament sense consultar el metge.

Segurament, el tractament li disminuirà la gana, justament quan el seu cos estigui més mancat d'energia. **Per a disminuir els efectes d'aquest problema tingui en compte aquests consells:**

1. Mengi quan tingui gana, tot i que no sigui l'hora de menjar. Prengui aliments fàcils de preparar (com sopes de sobre o productes congelats)
2. Faci petits àpats freqüents
3. Mantingui a mà aliments nutritius i poc pesats com fruits secs o frescos, mató, llet, sucs de fruites naturals, etc.
4. Mitja hora abans dels àpats faci exercicis moderats per obrir la gana.
5. Variï les seves dietes
6. Generi un ambient agradable al voltant dels àpats mitjançant llum indirecta, música suau, vaixella de colors, guarnició de la taula, etc.
7. Variï les seves dietes
8. Generi un ambient agradable al voltant dels àpats mitjançant llum indirecta, música suau, vaixella de colors, guarnició de la taula, etc.
9. Mengi acompanyat de persones (o de la ràdio o la televisió).



Què notarà?...

Si tot i prendre aquestes mesures no se soluciona el problema, comenti-ho i el visitarà la nostra infermera.

La porció de pell que rep radiacions acostuma a irritar-se o envermellir-se. Tot i que aquesta reacció desapareix amb la fi del tractament, procuri tractar la seva pell amb delicadesa. Així, previngui les irritacions evitant tant les fonts de calor (aigua calenta, llum solar, làmpades calorífiques, etc.) com les de fred (aigua freda, etc.). De la mateixa manera, no utilitzi sabons irritants, perfums, cosmètics, liniments o fulles d'afaitar. Quan s'eixugui assequis sense fregar. El personal de l'IOR podrà aconsellar-li quins productes cosmètics pot utilitzar.

A continuació li donem un seguit de consells, en funció de la zona que li tractarem. Si necessita més informació no dubti en sol·licitar-nos-la.

CAP I COLL

És possible que abans d'un tractament amb radiacions que inclogui la cavitat oral, el metge recomani que un estomatòleg li faci un examen. Aquest extraurà les peces malaltes i periòdicament revisarà l'evolució de les restants. Per la seva part, per alleugerir les irritacions que puguin produir-se en la seva boca, prengui en consideració les següents recomanacions:

- . Rentis les dents després de cada àpat amb un raspall molt tou o inclòs amb un fil de seda.
- . Després de cada neteja esbandeixi la boca.
- . Pot complementar aquestes mesures amb la utilització d'una solució, gel o tauleta de fluor.

Si vostè té dificultat per a empassar o mastegar:

- . Prengui aliments tous i cuini els aliments sòlids fins que estiguin tous.
- . Passi els aliments per una batidora o talli'ls en trossos molt petits i barregi'ls amb salses per a amanida, crema de llet, iogurt, maionesa, etc.
- . Mulli els aliments amb llet, cacau o brous.
- . Intenti menjar amb més freqüència petites quantitats d'aliments freds o a temperatura ambient.
- . Inclogui en la seva dieta líquids freds, cereals cuinats, cremes de sopa sense grumolls, natilles, ous tous, gelatines, flams, batuts, gelats, sorbets, puré de patata i/o altres purés.
- . No coma aliments picants (com espècies) o difícils de mastegar (vegetals crus, nous, cereals sencers o galetes seques).
- . Per a no perdre pes, la infermera el controlarà, suggerirà la dieta i indicarà un suplement dietètic.



Quan la irradiació inclogui la zona de les glàndules saliveres, pensi que aquestes produiran menys saliva i que tindrà la boca seca. Per aquesta raó, potser notarà una manca de gust dels aliments o canvis en els gustos habituals (que podran resultar-li amargs o àcids). Per això, eviti menjar productes fregits, que són els que probablement li sabran més desagradables. A més:

- . Begui tanta aigua i altres líquids com pugui i esbandeixi sovint la boca.
- . Introdueixi en la boca una gasa humida o un tros d'esponja amb aigua.
- . No utilitzi en cap cas productes comercials per a esbandir-se la boca (l'alcohol que contenen augmenta la sequedat de la mucosa de la boca).

Quan el cabell està inclòs a l'àrea de tractament aquest li pot desaparèixer total o parcialment. Si vostè desitja portar una perruca, pot fer-ho sense cap problema.

ABDOMEN

Les radicacions sobre la zona gàstrica o l'abdomen provoquen molèsties gàstriques i intestinals, i es manifesten amb con nàusees i diarrees.

Tingui en compte els següents consells:

- . Mengi i begui a poc a poc.
- . No s'obligui a menjar més del que li vingui de gust.
- . Faci petits i freqüents àpats.
- . Reposi després de cada àpat.
- . Segueixi dietes líquides basades en brous i suc de fruita, especialment de poma. Al mateix temps, mengi aliments fàcilment digeribles com galetes, torrades, iogurts, etc.
- . Per a no perdre pes, la infermera el controlarà, suggerirà la dieta i indicarà un suplement dietètic.

Per a controlar la diarrea segueixi aquestes indicacions:

- . Faci una dieta abundant en líquids per a reposar els que perdi i fer reposar el seu intestí. Per a recuperar minerals, begui suc de plàtan, albercoc, préssec o begudes isotòniques. Suprimeixi la llet i els seus derivats.
- . Begui líquids a temperatura ambient i deixi reposar les begudes carbòniques de manera que perdin la major part del gas.
- . No mengi aliments que li produeixin flatulències (gasos) com per exemple col o col i flor, cafè i aliments molt condimentats o dolços. Tampoc mastegui xiclets.
- . A mesura que es vagi trobant millor, afegeixi a la seva dieta aliments pobres en residus com arròs, cereals, puré de patates, galetes, pa blanc torrat, iogurts, etc.
- . El seu metge podrà proporcionar-li una dieta d'acord a les seves necessitats.

A part de nàusees i diarrees és probable que tingui molèsties rectals i a l'hora d'orinar. En els dos casos, tindrà la necessitat d'anar sovint al lavabo sense que això l'alleugereixi en absolut. Nosaltres disposem de medicaments per a disminuir aquestes molèsties. Begui molta aigua (quant menys concentrada sigui, l'orina menys li molestarà dins de la bufeta).

TÒRAX

Quan es porten a terme tractaments sobre el tòrax és inevitable irradiar una bona part del pulmó, tràquea i esòfag.

La irritació que es produeix en aquestes parts del cos es manifesta en primer lloc per l'aparició d'una tos seca, de predomini nocturn, que impedeix el repòs habitual. En ocasions, pot arribar a provocar l'emissió de mucositat tacada de sang. No s'espanti, aquest fenomen tendirà a desaparèixer. De totes maneres:

- No fumi.
- No begui begudes alcohòliques.
- No freqüenti ambients amb molta pol·lució.
- No respiri ambients molt calents ni freds.
- Intenti respirar pel nas perquè l'aire es netegi de pols i s'humitegi.
- Intenti dormir en un ambient d'aire humit. Per a fer-ho és suficient col·locar un recipient d'aigua sobre el radiador de l'habitació o instal·lar un humidificador d'aire (el trobarà a les farmàcies o en botigues d'electrodomèstics).

La irritació de l'esòfag provoca dolor a la zona central del pit, molèstia per a empassar i en ocasions ardor. Aquest fenomen pot impedir que s'alimenti correctament: els consells per als tractaments del cap i coll li seran útils.

ÀREA MAMÀRIA

Durant i després del tractament sobre l'àrea mamària, tingui presents aquests suggeriments:

- No utilitzi el sostenidor habitual fins les dues o tres setmanes posteriors al final del tractament. Utilitzi un sostenidor de cotó que subjecti poc o no en porti. Vesteixi's amb una samarreta de cotó de màniga curta.
- No es depili l'aixella del costat en el qual rep la radioteràpia ni utilitzi desodorant amb alcohol. Rentis l'aixella dues vegades al dia amb un cotó humit. Pot utilitzar el gel i desodorant que li indicarà el personal.
- Durant i fins un any després del tractament, realitzi amb el braç els exercicis que li indicarem.
- Si li han extirpat una mama, recordi que el Sistema Sanitari Públic es fa càrrec d'una pròtesi (mama artificial).
- Si se li infla el braç, recordi que el Servei Català de la Salut es fa càrrec d'una bena elàstica.

nts,
jor
ció
t i
ps.

[illegible]

