



Full
Informatiu

Radioteràpia

Servei d'Oncologia radioteràpica



Vostè ha estat remès al **Servei d'Oncologia radioteràpica** perquè avaluem la realització d'un tractament amb radiacions ionitzants. Metges especialistes en Oncologia radioteràpica, radiofísics, infermeres, tècnics especialistes en radioteràpia i personal administratiu hi treballem amb l'objectiu d'oferir-li una radioteràpia moderna, de qualitat, eficaç, eficient i segura.



La primera visita

La primera vegada que vingui a l'IOR, en funció del seu diagnòstic, se li assignarà un metge, que li farà la primera visita i li explicarà el tractament que rebrà i la possible toxicitat d'aquest. Posteriorment, li realitzarem un escàner (TAC) per a planificar la radioteràpia. Es definiran les zones a tractar, els rangs crítics, la dosi a administrar i el temps de tractament. Després, ens posarem en contacte amb vostè per a comunicar-li el dia i l'hora d'inici de tractament. A partir d'aquest moment, vostè haurà de venir cada dia a la mateixa hora per a rebre el tractament, excepte se li indiqui el contrari. Tot el personal de l'IOR està especialment sensibilitzat per a fer-li perdre el mínim temps possible, per això intentarem no fer-lo esperar, tot i que sabem que no sempre és possible. Periòdicament, serà visitat pel metge i per la infermera, per a seguir la seva evolució i els possibles efectes secundaris que venen derivats del tractament.

Aquesta guia l'ajudarà a comprendre què és la radioteràpia, explicant els tractaments i els possibles efectes secundaris. Tot i així, molt probablement seguirà fent-se preguntes al respecte. Anoti-les a la pàgina en blanc que trobarà al final d'aquesta guia i comenti-les 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 es plantegi.

Què és la radioteràpia?

La radioteràpia deté la reproducció de les cèl·lules, tant de les sanes com de les malaltes. Tot i així, i degut a què les cèl·lules anormals són més sensibles aquestes moren més ràpidament 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, permet al pacient anar i tornar cada dia al seu domicili. A vegades, la radioteràpia s'associa amb la cirurgia o amb la quimioteràpia per a completar l'eliminació d'un tumor.

Diàriament, quan entri a la sala de tractament serà col·locat en posició per un tècnic especialista en radioteràpia. En alguns casos, aquest col·locarà blocs de plom a la unitat de tractament per a protegir les zones del cos que no sigui necessari tractar i, inclòs, podrà utilitzar dispositius per a assegurar la seva immobilitat. Vostè haurà de romandre el més quiet possible. 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 ni se sent. També podrà rebre braquiteràpia. En aquest cas la unitat de tractament és de menor mesura i es col·locarà molt a prop de vostè. Actualment s'utilitza en el tractament de lesions a la pell, la matriu o la mama. Durant el tractament (que durarà únicament uns minuts), el tècnic romandrà en una habitació conjunta a la que es trobi vostè. Des d'allà controlarà la màquina i l'estarà observant per un monitor de televisió. A part, vostè podrà comunicar-se amb ell a través d'un interfon.

A vegades, junt amb el tractament de radioteràpia, també s'aplica quimioteràpia per augmentar l'eficàcia del tractament. És per això que poden coincidir el mateix dia ambdós tractaments. A part del trastorn físic que li pugui comportar, és possible que es produeixin incompatibilitats d'horaris. 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 i cada dia es comprova el seu perfecte funcionament. La complexitat d'aquestes màquines comporta que, en

ocasions, es produeixen interrupcions en el seu tractament. Aquestes seran previsible per a revisió i control però altres no, ja que seran degudes a avaries en la unitat de tractament. Estigui tranquil ja que, un cop 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 eviti les interrupcions voluntàries que allarguin el temps de tractament. Quan aquest finalitzi, el seu metge tindrà en compte totes les interrupcions i realitzarà les correccions que siguin necessàries; això pot suposar que alguna sessió s'allargui i/o que s'afegeixi alguna d'addicional.

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

Què notarà?

Quan vostè segueixi el tractament el seu metge i infermera l'orientaran sobre les cures específiques i els efectes secundaris que puguin sorgir durant les sessions de radioteràpia.

Entre els efectes secundaris més comuns s'inclouen:

- Cansament.
- Canvis en la pell.
- Pèrdua de gana.

A continuació li oferim alguns suggeriments per a protegir i tenir cura de la seva salut durant el tractament.

- Pot ser que se senti més cansat del normal. Aquest cansament pot durar diverses setmanes després de finalitzar el tractament. Haurà d'assegurar-se de descansar el suficient i evitarà realitzar esforços físics innecessaris.
- En alguns casos pot disminuir la gana.
 - . Mantingui una dieta equilibrada realitzant petits àpats freqüentment, tingui a mà aliments nutritius y poc pesats, com fruits secs, llet, suc de fruites, iogurts, etc...
 - . Mengi quan tingui gana tot i no sigui l'hora habitual.
 - . Procuri menjar acompanyat o amb la ràdio o el televisor.
- La pell de l'àrea que rebrà radioteràpia, es posarà més sensible i envermellida, adquirint l'aparença de cremada solar. Per aquest motiu, haurà de tenir cura de la pell utilitzant sabons neutres i cremes d'hidratació que li indicarà el seu metge o la seva infermera. Evitarà utilitzar roba ajustada, no s'aplicarà calor ni fred a l'àrea de tractament (manta elèctrica). Protegeixi's del sol, sobre tot la zona en què se li realitza el tractament.
- Notifiqui al seu metge qualsevol medicació que prengui abans d'iniciar la radioteràpia.

A continuació li oferim una sèrie de consells en funció de la zona que li tractarem. Quan iniciï el tractament la infermera li reforçarà la informació donada pel metge i l'orientarà sobre les cures a seguir durant la radioteràpia.



CAP I COLL

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

- Renti's les dents després de cada àpat amb un raspall molt tou.
- Després de cada neteja esbandeixi's la boca amb aigua i bicarbonat.

Si vostè té dificultat per empassar o mastegar:

- Prengui aliments tous o triturats.
- Mulli els aliments amb llet, cacao o brous.
- Intenti menjar amb més freqüència, petites quantitats d'aliments freds o a temperatura ambient.
- Inclogui a 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 mengi aliments picants (com espècies) o difícils de mastegar (com vegetals crus, nous, cereals sencers o galetes seques).
- Per a no perdre pes, la infermera li farà un control setmanal, indicant-li una dieta a seguir i, si fos necessari, ajudant-lo amb suplementes calòrics.
- No fumi ni begui alcohol.

Quan la irradiació inclou la zona de les glàndules salivals, aquestes produiran menys saliva i 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 aquest motiu, eviti menjar productes fregits, que són els que podran semblar-li més desagradables. A part:

- Begui aigua o altres líquids tant com pugui i esbandeixi's la boca molt sovint.
- No utilitzi en cap cas productes comercials per esbandir-se la boca (l'alcohol que contenen aquests productes augmenta la sequedat de la mucosa de la boca).

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



ABDOMEN I PELVIS

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

Tingui en compte els següents consells:

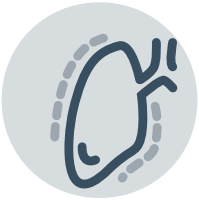
- Mengi i begui a poc a poc.
- No s'obligui a menjar més del que li vingui de gust.
- Faci petits àpats freqüentment.
- Reposi després de cada àpat assegut o semiestirat.
- Segueixi dietes líquides a base de brous i suc de fruita, especialment de poma. Al mateix temps, mengi aliments fàcilment digeribles com galetes, torrades, iogurts, etc.
- Per a no perdre pes, la infermera li 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 donar repòs al seu intestí. Per a recuperar minerals, begui suc de plàtan, albercoc, préssec o begudes isotòniques. Suprimeixi la llet de vaca i els seus derivats.
- Begui els líquids a temperatura ambient i deixi reposar les begudes carbòniques de manera que perdin la major part del gas.
- No mengi aliments flatulents (que produeixin gasos) com la col o coliflor, cafè, aliments molt condimentats o dolços. Tampoc mastegui xiclet.

- A mesura que vagi trobant-se millor, afegeixi a la seva dieta aliments pobres en residus com arròs, cereals, puré de patata, galetes, pa blanc torrat, iogurt, etc.
- La seva infermera podrà proporcionar-li una dieta d'acord a les seves necessitats.

A part de nàusees i diarrees és probable que senti molèsties per a orinar i molèsties rectals. En ambdós casos tindrà la necessitat d'anar al lavabo amb freqüència, sense que això l'alleugereixi en absolut. Nosaltres disposem de medicació per alleugerir aquestes molèsties. Durant aquest temps 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 zones 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 anirà desapareixent. De totes maneres:

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

La irritació de l'esòfag provoca dolor a la zona central del pit, molèstia per 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:

- Utilitzi un sostenidor de cotó que no li oprimeixi i que no porti cèrcol.
- Utilitzi samarretes de cotó de màniga curta.
- No es depili l'aixel·la del costat que rebí la radioteràpia.
- No utilitzi desodorant amb alcohol (ni en esprai ni en crema).
- A l'hora de rentar-se, utilitzi un gel o sabó amb un Ph neutre.
- Hidrati la pell de l'àrea de tractament, amb la crema recomanada pel seu metge o infermera.
- Segueixi realitzant els exercicis del braç que li hagin indicat després de la cirurgia.
- Si li han realitzat una mastectomia, ha d'evitar utilitzar la pròtesi mamària, el major temps possible.

La radioteràpia és un tractament que pot produir-li molèsties, no dubti en comentar-nos-les i intentarem solucionar-les amb la major celeritat possible. Tot i així, en ocasions no disposem de la medicació meravellosa que ho arregli en deu minuts i apel·larem a la seva paciència. Pensi que en la gran part dels casos, a les tres setmanes de finalitzar el tractament hauran desaparegut totes les molèsties.

