

بیمارستان شهدای هفتم تیر

پرتودرمانی سرو گردن

پرتو درمانی چیست؟

پرتو درمانی یا رادیوتراپی، روش درمانی است که در آن تومور با اشعه X با انرژی بالا تحت تابش قرار می گیرد. پرتو درمانی شبیه به انجام اسکن است بیمار در حین تابش پرتو، درد یا گرما احساس نمی کند. پرتودرمانی خارجی با دستگاه هایی به نام شتاب دهنده خطی، در شرایطی که بیمار، بی حرکت در وضعیت درمانی قرار می گیرد انجام می شود. جلسات درمانی با توجه به نوع بیماری در زمان های تعیین شده به صورت جلسات کوتاه روزانه، از شنبه تا چهارشنبه انجام می گردد در روزهای آخر هفته و روزهای تعطیل معمولاً انجام نمی شود. پزشک، جزئیات آن را برای شما توضیح خواهد داد. در پرتو درمانی خارجی هیچ ماده رادیواکتیوی وارد بدن شما نمی گردد و بعد از درمان به راحتی میتوانید بدون محدودیت با دیگران، حتی اطفال زنان باردار در ارتباط باشید. برای خانم ها بسیار مهم است که باردار نباشند، حتی مقدار کمی پرتو می تواند به جنین آسیب برساند. در صورت احتمال بارداری لطفاً به کارشناسان پرتودرمانی یا پزشک خود اطلاع دهید.

پرتودرمانی شما چگونه تهیه و اجرا می گردد؟

پرتودرمانی نیاز به طراحی دقیق درمانی دارد که توسط پزشک متخصص رادیوتراپی-آنکولوژی، متخصص فیزیک پرتودرمانی و کارشناسان پرتودرمانی انجام می گردد. پس از معاینه پزشک و تهیه مدارک لازم، (تصویربرداری و آزمایش ها...) طراحی درمان برای شما انجام می گردد. طراحی درمان معمولاً از سیتی اسکن برای تهیه تصاویر از بدن شما، آغاز می گردد در هنگام انجام سیتی اسکن علامت هایی روی بدن شما گذاشته می شود و سپس به محل علامت ها بصورت چند نقطه خالکوبی می گردند، چرا که لازم است بدن شما در طول پرتودرمانی وضعیت ثابت داشته باشد. به دلیل اهمیت بی حرکتی اندام تحت درمان ممکن است نیاز به قالب گیری جهت ابزار ثابت کننده بدن باشد. سپس به شما نوبت درمان داده خواهد شد. در جلسه اول پرتودرمانی کارشناسان پرتودرمانی به شما راهنمایی های لازم را خواهند کرد.

توصیه های مهم در دوران پرتودرمانی:

- مایعات کافی بنوشید، علی الخصوص در صورتی که تحت درمان شیمی درمانی قرار دارید.
- رعایت بهداشت پوست برای احتمال کاهش ایجاد زخم های پوستی ضروری است.
- در طول درمان از لباس هایی که پوشیدن و درآوردن آن ها راحت تر و سریع تر است استفاده نمائید.
- استراحت کافی و تغذیه مناسب داشته باشید.
- در صورت بروز عوارض و یا مشکل جدید پزشک معالج خود را مطلع سازید.

عوارض رادیوتراپی سرو گردن:

دندان ها: پیش از شروع پرتودرمانی سرو گردن لازم است به دندانپزشک مراجعه نمائید و مشکلات دندان های شما قبل از شروع درمان برطرف گردد. در طول درمان از نخ دندان، مسواک های نرم و خمیر دندان حاوی فلوراید استفاده نمائید. از دهان شویه های حاوی الکل که محرک میباشد، استفاده نکنید. در طول پرتودرمانی ناحیه سرو گردن اگر دندان مصنوعی دارید، صبح و شب آن را تمیز کنید. دهان: پرتودرمانی سرو گردن باعث خشکی و التهاب زخم های دهانی می گردد و ممکن است بلع و تکلم شما مشکل گردد. حس چشائی شما تغییر خواهد کرد. این عوارض معمولاً بعد از هفته دوم بروز می کنند که معمولاً ۳ تا ۸ هفته پس از پایان پرتودرمانی بهبود می یابد.

بیمارستان شهدای هفتم تیر

پرتودرمانی سرو گردن

توصیه های لازم برای کاهش این عوارض:

- دهانشویه مناسب، مخلوط یک قاشق چای خوری جوش شیرین و ۱ لیتر آب است. قبل و بعد از غذا، دهان را با آب شستشو دهید.
- مایعات کافی بنوشید (حداقل ۶ لیوان در روز)
- بهداشت دهان را رعایت کنید.
- مصرف شکلات و شیرینی را محدود کنید.
- می توانید یخ و ذرات یخ را بمکید.
- بزاق مصنوعی می تواند به بهبودی خشکی دهان کمک کند.
- از مصرف غذاهای خشک، غذاهای تند و آب میوه های ترش خودداری کنید.
- از استعمال سیگار و مصرف الکل خودداری نمایید.
- اگر لب هایتان زخمی است با نی مایعات بنوشید.
- مخلوط آب لیموی تازه و آب قبل از غذا مصرف نمایید.
- در مورد مصرف مسکن ها با پزشک خود مشورت نمایید.

پوست و مو:

- از اصلاح موهای سر و صورت با تیغ خودداری نمایید. در طول درمان از لوازم آرایش استفاده نکنید.
- سر و صورت خود را با صابون یا شامپو های ملایم به آرامی شستشو داده و خشک نمایید.
- در روی پوست ناحیه درمان، لوسیون، پودر و کرم استفاده نکنید. مگر با مشورت پزشک معالج.
- در صورت خشکی لب، اگر لب در محدوده درمان قرار ندارد از پماد ویتامین A چشمی استفاده نمایید.
- پوست صورت شما به نور آفتاب در طول پرتودرمانی حساس می گردد و شما می توانید از ضد آفتاب استفاده نمایید.
- ریزش مو فقط در محدوده پرتو درمانی می باشد و رویش مجدد آن بستگی به میزان پرتو دردهی دارد.
- البته در هر فردی مقدار رویش مجدد مو بستگی به میزان اشعه و طرح درمان و قدرت بازسازی فولیکول های مو دارد.

برنامه غذایی:

بی اشتها، کاهش وزن و سختی در غذا خوردن به علت بیماری شما و یا عوارض پرتودرمانی می باشد. تغذیه مناسب در طول درمان بسیار مهم است. بدن شما به انرژی و مواد مغذی برای ترمیم بافت های آسیب دیده، مبارزه با عفونت ها و تحمل عوارض درمان نیاز دارد. علاوه بر این هدف این است که بدن و وزن شما، حتی الامکان در طول درمان ثابت بماند.

برخی از توصیه های تغذیه ای عبارتند از:

از غذاهای نرم استفاده کنید، بعضی از غذاهای توصیه شده عبارتند از سوپ های غلیظ، حبوبات پخته شده نرم، عصاره گوشت، پوره سیب زمینی، ماکارونی، ماست، بستنی، تخم مرغ آب پز، عسل. غذاهای خشک را با کره، سس و ماست نرم نموده میل نمایید. حجم وعده های غذایی را کم و دفعات آن را افزایش دهید. آرامش و پیاده روی کوتاه قبل از غذا ممکن است اشتها را بهتر نماید.

تاریخ تهیه: اردیبهشت ۱۴۰۰

تاریخ بازنگری: شهریور ۱۴۰۳

فرد تأیید کننده: دکتر حمیدرضا دهقان منشادی

مدیرعامل شرکت پرتو تابش مفید

مسئول فنی بخش رادیوتراپی آنکولوژی

کد: Pa-HPT-114

سایت بیمارستان:

WWW.HOSPHT.IUMS.AC.IR

تهیه و تنظیم: واحد آموزش ارتقای سلامت

بیمارستان شهدای هفتم تیر