

## **Wskazówki dla pacjentów leczonych w Zakładzie/Oddziale Radioterapii** **z nowotworami jamy brzusznej i miednicy**

*W trakcie radioterapii możesz mieć kontakt ze swoimi bliskimi, również dziećmi.*

*Nie stanowisz żadnego zagrożenia!*

Radioterapia w nowotworach powyższych okolic może spowodować nudności, wymioty, biegunkę, zaburzenia czynności żołądka, ból brzucha, wzdęcia. Często są one na tle emocjonalnym, trwają w ciągu kilku pierwszych dni leczenia. Zwykle ustępują samoistnie. Postaraj się wówczas być na czczo przed zabiegiem. Ponadto mogą wystąpić bóle i pieczenie podczas oddawania moczu, zaburzenia w oddawania moczu (częste oddawanie moczu, ale w małych ilościach), podbarwienie moczu krwią.

### **ZALECENIA W TRAKCIE RADIOTERAPII**

1. Zjadaj posiłki małe objętościowo, ale często. Staraj się jeść i pić powoli.
2. Między posiłkami pij napoje o temperaturze pokojowej.
3. Wypijaj dodatkowo około 2 litrów płynów dziennie najlepiej wody mineralnej niegazowanej.
4. Jeżeli dolegliwości się pogłębią wypróbuj dietę płynną/bezmleczną.
5. Należy wykluczyć z diety: posiłki mleczne (mleko, twaróg, śmietaną, jogurty, maślanekę, kefir), surowe owoce i warzywa, produkty wzdymające (groch, fasolę, kapustę, grzyby), napoje gazowane, alkohol.
6. W trakcie leczenia należy myć ciało pod prysznicem.
7. Okolicę krocza należy podmywać letnią wodą używając mydła o odczynie kwaśnym lub łagodnego mydła dla dzieci.
8. Można stosować chusteczki do higieny intymnej.
9. Osuszaj skórę okolicy napromienianej przez dotyk miękkim ręcznikiem.
10. Należy nosić wyłącznie bieliznę bawełnianą.
11. Nie stosuj żadnych kosmetyków na tę okolicę.
12. Nie usuwaj owłosienia z okolicy krocza i pachwin.
13. Dbaj o regularne wypróżnienia.
14. Nie ogrzewaj (zakaz stosowania poduszek elektrycznych, termoforów) ani nie ochładzaj leczonego obszaru.
15. Należy dużo wypoczywać i nie wykonywać ciężkiej pracy fizycznej.

### **PAMIĘTAJ!!!**

**PALENIE PAPIEROSÓW ORAZ PICIE ALKOHOLU W TRAKCIE PROWADZONEGO LECZENIA NASILA  
ODCZYN POPROMIENNY ORAZ ZMNIEJSZA SZANSE NA WYLECZENIE CHOROBY NOWOTWOROWEJ**