

Denne brosjyren gir en oversikt over de forskjellige avsnittene innen forberedelse og behandling ved Stråleterapienheten.

Brosjyren vil også gi en kort orientering om vanlige bivirkninger av strålebehandling og noen tiltak for å forebygge og lindre disse.

## PLANLEGGING AV STRÅLEBEHANDLING

All pasientbehandling er individuelt tilpasset og krever tverrfaglig samarbeid mellom stråleterapeuter, leger, medisinske fysikere, ingeniører og merkantilt ansatte.

### Computertomograf (CT):

Dersom det er blitt tilpasset tannskinne, skal denne tas med til CT (stråleterapiavdelingen). Skinnen skal brukes på CT og ved strålebehandling.

Det er viktig at man alltid ligger i samme leie ved hver behandling. For å sikre dette og for å unngå å måtte tegne i ansiktet, lages det ofte en spesialtilpasset maske.

Ved CT tas spesielle røntgenbilder av den delen av kroppen som skal strålebehandles. Disse CT-bildene benyttes til å lage et individuelt tilpasset behandlingsopplegg (doseplan).

De fleste skal ha intravenøst røntgenkontrastmiddel (dvs. røntgenkontrastmiddel satt inn i en blodåre) ved CT-undersøkelsen.

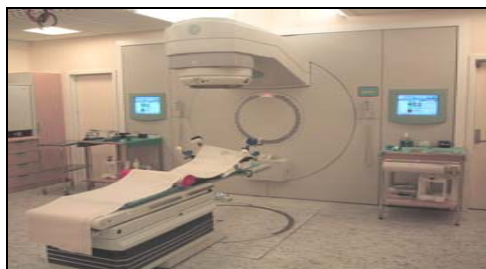
Det er viktig å følge eventuelle anvisninger fra lege.

## STRÅLEBEHANDLING:

Ved behandlingsstart vil det bli gitt informasjon om gjennomføring av strålebehandlingen, evt. forventede bivirkninger og råd for å forebygge og lindre disse. Man vil også få utlevert en timeliste over alle planlagte behandlinger.

Behandlingen tar ca. 10 -30 minutter hver gang. Mesteparten av denne tiden går med til å stille inn strålefeltene. Selve strålingen varer kun noen få minutter og er helt smertefri. Det er viktig at man ligger helt stille mens behandlingen pågår.

Antall behandlinger (fraksjoner) varierer avhengig av svulsttype, -størrelse og lokalisasjon. Behandlingene gis vanligvis en gang daglig, fra mandag til fredag, men ved noen behandlingsopplegg gis det en ekstra behandling en av ukedagene.



Strålebehandlingsmaskin (Linac)

## POLIKLINISKE KONTROLLER:

Det gjennomføres ukentlige kontroller ved ØNH-poliklinikk i strålebehandlingsperioden. Det kan være lurt å skrive ned spørsmål man ønsker å ta opp.

Ernæringsspesialist konsulteres etter behov.

Man vil treffe stråleterapeuter ved hver behandling og kan også ta opp aktuelle spørsmål med dem.

## PERSONLIG HYGIENE

Man kan dusje i strålebehandlingsperioden, men bør ikke bruke såpe på huden i strålefeltet. Er det allikevel ønskelig / nødvendig å benytte såpe, må denne være uparfymert som f.eks. Neutrogena eller Lactacyd (fås kjøpt på apotek).

Huden i strålefeltet bør ikke froteres, men klappes tørr.

Bruk maskin og ikke høvel ved barbering og unngå bruk av aftershave fordi dette kan virke irriterende på huden.

## SOLING:

Man må unngå å sole **det bestrålte området** i den perioden man får strålebehandling. De to første årene etter strålebehandling, må området dekkes til eller smøres med solkrem med høy beskyttelsesfaktor (- faktor 30 eller høyere).

Man kan sole kroppen på de områdene som ikke får eller er strålebehandlet.



## RØYKING:

Røyking vil både gi mindre surstofftilførsel til svulsten og dermed redusere effekten av strålebehandlingen og samtidig irritere slimhinnene i munnhulen og halsen. Det anbefales derfor at man slutter å røyke. Dersom dette ikke er mulig, bør man **ikke røyke to timer før og etter strålebehandling**.

**NB! Er det noe du vil spørre om?  
Ta kontakt med behandlingspersonalet!**

## **BIVIRKNINGER:**

All stråling er i større eller mindre grad forbundet med bivirkninger som varierer fra person til person. Bivirkningene er avhengig av hvor store stråledoser som gis, hvilket område på kroppen som bestråles og størrelsen på strålefeltene.

Dersom man har fått eller får cellegift i forbindelse med strålebehandlingen, vil man lettere kunne få strålereaksjoner i form av bivirkninger.

For å tåle behandlingen best mulig, er det viktig å få i seg nok næring og drikke.

## **VANLIGE GENERELLE BIVIRKNINGER:**

### **Tretthet:**

Man kan føle seg mer trett og slapp enn ellers og ha et økt søvnbehov.

## **VANLIGE LOKALE BIVIRKNINGER:**

### **Hudreaksjoner:**

Strålereaksjoner i huden (likner solbrennhet) kan oppstå innenfor det området som får strålebehandling, men vanligvis ikke før etter ca. 2-3 uker. For å lindre ubehag kan man smøre det bestrålte området **etter** behandling med f.eks. Apobase (blå). Omslag med fysiologisk saltvann kan også ha en lindrende virkning.

Man bør benytte tøy av naturfiber, som bomull og lin, og unngå parfymerte produkter innenfor området som får behandling.

### **Munntørrhet**

Munntørrhet kan oppstå ved bestråling av spyttkjertler. Dette skjer fordi spyttproduksjonen avtar og spyttet endrer konsistens og blir seigt. En konsekvens av dette er økt risiko for hull i tennene.

## **Tap av / forandret smakssans**

Både behandlingen og selve sykdommen kan være årsak til endret eller tapt smakssans. Smaksoppfatningen kan noen ganger forandres ved f.eks. at søtt smaker surt og omvendt.

## **Sårhet i munnhule og hals**

Det kan oppstå sårhet i munnhule og hals, fordi slimhinnen blir påvirket av strålingen. Dette kan gi smerter og grobunn for infeksjoner. Sårhet i munnhulen kan også gjøre det vanskelig å benytte tannproteser.

## **Kvalme / oppkast:**

Kvalme kan oppstå ved stråling mot hode-/ halsregionen og må ofte behandles med kvalmedempende medisin som forordnes av lege.

Frisk luft og rikelig med drikke kan også redusere plagene.

Ved kvalme kan det være lurt å spise små og hyppige måltider. Det kan også være aktuelt med veiledning av ernæringsspesialist.

## **Svelgvansker og vekttap**

Munntørrhet, endret smaksopplevelse, sårhet i munn og svelg samt kvalme kan føre til at man får dårlig matlyst og vanskeligheter med å spise. En konsekvens av dette kan være at man går ned i vekt.

For å forebygge og lindre disse bivirkningene er det svært viktig med god munnhygiene, rikelig med drikker, å spise næringsrik og tilpasset mat samt unngå tobakk og alkohol i behandlingsperioden.

## **Håravfall:**

Hår i behandlingsfeltet vil ofte falle av etter to til tre uker. Om håret vokser ut igjen, er avhengig av hvor høy stråledose man får.

# **STRÅLEBEHANDLING mot munnhule og svelg**

