



Uitwendige bestraling bij gynaecologische tumoren

In het kader van jouw behandeling voor een gynaecologische tumor is bestraling van de bekkenregio noodzakelijk.

In deze brochure vind je een aantal **nuttige adviezen** die je kunnen helpen om problemen te voorkomen of bepaalde ongemakken te beperken.

Simulatie

Voor aanvang van de bestraling vindt de voorbereiding of simulatie plaats. Vóór deze simulatie moet je nuchter zijn tenzij anders vermeldt door je arts. Dit betekent dat je 4 uur voor de simulatie niet meer mag eten. Voor de bestraling zelf mag je wel eten. De arts zal je daarnaast ook vragen om vóór de simulatie de darmen te ledigen d.m.v. een Microlax®-lavement en de blaas te vullen. Dit kan je doen door 1 uur voor de simulatie de blaas volledig leeg te plassen en aansluitend 2 bekertjes met water te drinken (200 à 400 ml).

- Gelieve 1 uur voor de bestralingen leeg te plassen en aansluitend 2 bekertjes met water te drinken (200 à 400 ml). Nadien niet meer plassen tot de bestralingen. Dit zorgt voor een consistente blaasvulling en komt de nauwkeurigheid van de bestralingen ten goede.
- Het kan zijn dat de arts je vraagt om vóór elke bestraling een glycerine zetpil in te brengen.
- Je moet voor de bestraling geen dieet volgen, tenzij dit door je arts of diëtiste is voorgeschreven.

Mogelijke reacties van het lichaam

Bestraling werkt alleen in het gebied van het lichaam dat bestraald wordt. Afhankelijk van de plaats die bestraald wordt, kunnen lokaal bijwerkingen optreden.

Sommige mensen hebben veel last van bijwerkingen, anderen merken er weinig van. De ernst van eventuele bijwerkingen heeft niets te maken met het resultaat van de behandeling. Als je geen bijwerkingen ervaart, betekent dit niet dat de radiotherapie geen resultaat heeft.

Acute bijwerkingen ontstaan tijdens de bestralingen en genezen nadat de bestralingen afgerond zijn. Dit kan wel enkele weken duren.

Acute effecten

Acute bijwerkingen ontstaan tijdens de bestralingen en genezen nadat de bestralingen afgerond zijn. Dit kan wel enkele weken duren.

De vrouwelijke voortplantingsorganen (eierstokken, baarmoeder en vagina) liggen tussen de endeldarm (rectum) en de blaas. Ondanks het gebruik van de meest geavanceerde bestralingstechnieken die momenteel voorhanden zijn, is het onmogelijk om de endeldarm en de blaas volledig te sparen van straling. Ook de huid wordt onvermijdelijk gedeeltelijk mee bestraald. Uiteraard wordt de dosis op de gezonde weefsels maximaal beperkt. Toch is beperkte last tijdens en kort na de bestraling vaak onvermijdelijk.

Huidreacties

Uitwendige stralen gaan onvermijdelijk eerst door de huid alvorens het te bestralen doelvolumen in het lichaam te bereiken. Door de behandeling kan de huid droger en gevoeliger worden. De bestraalde huid kan gaan jeuken. Tot enige tijd na het beëindigen van de behandeling kan de huid verkleurd blijven en kan ze afschilferen.

De mate waarin de huid reageert, hangt af van een aantal factoren zoals het type straling, de toegediende dosis, het feit of je al dan niet chemotherapie krijgt, en de exacte plaats van de bestraling. Alle reacties van de huid kunnen pijnlijk zijn, bijvoorbeeld door aanraking door kleding.

Huidreacties ontstaan gewoonlijk rond de 3^e week van de behandeling. Daarna kunnen ze geleidelijk toenemen. De huid verkleurt meestal licht- tot soms donkerrood. Soms kunnen er gevoelige plaatsen ontstaan, met eventueel blaasjes en open wondjes. In het ergste geval kunnen de open wondjes vervloeien tot grote, vochtige plekken. Deze laatste klachten treden vooral op in de huidplooiën (typisch in de liezen, maar ook tussen buikplooiën) en kunnen, zelfs na het beëindigen van de bestralingsbehandeling, nog verergeren. De huid begint zich weer te herstellen 2 à 3 weken na de laatste bestraling.

Er maakt een gespecialiseerde wondzorg-verpleegkundige deel uit van ons team. De verpleging en/of de arts kunnen je naar haar verwijzen. Zij kan dan samen met de arts over de gepaste (thuis)verzorging beslissen.

AANBEVELINGEN:

Deze aanbevelingen gelden enkel voor de plaatsen waar je bestraald wordt. Het is niet noodzakelijk de rest van het lichaam op dezelfde manier te verzorgen. Het is aangewezen onderstaande aanbevelingen tijdens de bestraling en ook de eerste weken na de behandeling te blijven toepassen tot de huid volledig is hersteld.

- Bescherm de huid tegen bijkomende irritatie, verwondingen en ontstekingen zolang de behandeling duurt en dit tot de huid volledig genezen is.

- Smeer de huid in met een vochtinbrengende crème. Op de simulatie krijg je eventueel Flamigel[®] mee. Ook bij jeuk of een erg droge huid kan je deze crème gebruiken. Wij raden aan de crème al vanaf de eerste dag van de bestraling tot maximaal tweemaal per dag aan te brengen op de bestraalde huid. De crème is aangenaam in gebruik, absorbeert snel en veroorzaakt geen vetvlekken.
- Gebruik liever lauw dan warm water bij het wassen.
- Kies een vochtinbrengende zeep met een neutrale pH.
- Was je voorzichtig met een zacht washandje, dep zachtjes in plaats van te wrijven. Ook drogen doe je best voorzichtig en deppend, houd de huidplooiën droog.
- Gebruik geen warmwaterkruik of een elektrisch kussen.
- Vermijd krabben of wrijven bij een branderig of jeukend gevoel.
- Een koud washandje of een gelkussentje, dat in de koelkast gelegen heeft, kan helpen. Wikkel het koude gelkussen in een doek alvorens het tegen de huid te plaatsen.
- Vermijd kleding die schuurt of knelt. Draag liefst geen strak zittende panty of broek.
- Loszittende kledij is aan te raden. Draag liefst katoenen kleding als deze rechtstreeks in contact komt met de bestraalde huid.
- De arts kan je Kamillosan[®] zitbadjes voorschrijven.

Gastro-intestinale last

Door de beperkte dosis op de darmen in het bekken kan er een ontsteking van het darmslijmvlies ontstaan. Hierdoor kunnen patiënten klagen van frequentere of lossere stoelgang.

Mogelijke reacties van het lichaam

Eventueel kan er ook slijm- en, in sommige gevallen, bloedbijmenging optreden. Bovendien kan er sprake zijn van darmkrampen en zelfs beperkte misselijkheid indien het veld buiten het bekken komt. Deze gastro-intestinale last start meestal vanaf de 3^e of 4^e week van de bestraling en kan tot enkele weken na het stoppen ervan aanslepen.

AANBEVELINGEN:

- Drink voldoende, minstens 1 à 1,5 liter per dag. Drink geen koolzuurhoudende of cafeïnehoudende dranken of frisdranken. Ook bier is te vermijden.
- Indien je echt diarree hebt, kan, na doktersadvies, gestart worden met Imodium[®] of dergelijke.
- Dep steeds voorzichtig met toiletpapier zonder te wrijven.

Urogenitale last

Door de beperkte dosis op de blaas en urinebuis kan er ook een ontsteking van het blaasslijmvlies ontstaan (zgn. radiocystitis). Hierdoor kunnen patiënten klagen van frequenter plassen, pijn bij het plassen, en verminderde controle of incontinentie. Dit is een tijdelijk fenomeen dat meestal begint vanaf de 2^e of 3^e week van de bestraling, maar tot enkele weken na het stoppen van de radiotherapie kan aanslepen.

Seksualiteit wordt onvermijdelijk beïnvloed door een dergelijke behandeling.

Bespreek dit zeker met je arts indien je hierover meer informatie wenst. Door sommige bestralingen kan het slijmvlies van de vagina ontsteken (zgn. vaginitis). Dit uit zich in irritatie, roodheid, zwelling en soms ontstaan er wondjes. De vocht-afscheiding kan ook tijdelijk toenemen. Vaginale penetratie kan hierdoor pijnlijk zijn. Deze klachten beginnen typisch in de 2^e of 3^e week van de bestralingen en verdwijnen enkele weken na het stoppen van de radiotherapie.

De eierstokken (ovaria) zijn erg gevoelig aan bestralingen. Bij een radiotherapie op het bekken zullen deze haast onvermijdelijk hun functie verliezen, zodat patiënten in de menopauze komen (dus geen menstruaties meer, ontstaan van de typische overgangsklachten) en niet langer vruchtbaar zijn. Mocht je nog een kinderwens hebben, dan bespreek je dit best vooraf met de arts. Indien je reeds postmenopauzaal bent, verandert er uiteraard niets door de bestralingen.

AANBEVELINGEN:

- Drink voldoende, minstens 1 à 1,5 liter per dag.
- Voor sommige patiënten heeft veenbessensap een preventief effect.
- Probeer 's avonds enkele uren voor het slapen gaan niet meer te drinken zodat je 's nachts niet of minder moet opstaan om te plassen.
- Indien je regelmatig pijn hebt bij het plassen en frequent moet plassen kan een ontstekingsremmer aangewezen zijn. In overleg met de arts kan gestart worden met meer specifieke medicatie om de plas-klachten te beperken.
- Indien de urine slecht ruikt of er troebel uitziet, kan de urine geïnfecteerd zijn. Dit zal dan worden onderzocht en indien nodig zal er gestart worden met antibiotica.
- Seksuele betrekkingen tijdens de bestralingen zijn toegelaten, maar kunnen door de vaginale irritatie onaangenaam zijn. Bespreek dit met je partner of breng je partner mee op consultatie.

Vermoeidheid

Het aantal patiënten met klachten van vermoeidheid, alsook de ernst ervan, varieert en hangt af van de duur en de soort behandeling.

Meestal spreekt men van een algemene vermoeidheid die in het begin van de behandeling af en toe aanwezig kan zijn en toeneemt naar het einde van de behandeling. De vermoeidheid kan nog tot enkele weken na de laatste bestraling aanslepen. Het belangrijkste is dat men naar het lichaam luistert en zo nodig bijvoorbeeld een middagpauze inlast. Probeer echter, indien mogelijk, een normaal dagritme aan te houden.

Late effecten

Buiten deze bijwerkingen die tijdens en kort na de bestraling optreden, hebben stralen ook bijwerkingen die pas maanden tot jaren later duidelijk worden. Deze hebben veel minder de neiging om over te gaan. Je kan dit zien als een soort van littekenvorming.

Blaas

Sommige mensen moeten wat vaker plassen. Meldt dit wel aan de behandelende arts omdat uitgezocht moet worden of het een gevolg is van de bestraling of dat het een andere oorzaak heeft.

Darmen

Soms is de ontlasting niet meer zoals vroeger, maar wat losser en/of frequenter. Vooral in het begin zal er wat slijm bijzijn en later af en toe wat bloed. Dit laatste moet je wel altijd melden bij de behandelende arts.

Huid

De huid kan wat donkerder van kleur worden en het vetweefsel kan wat vaster aanvoelen.

Seksualiteit

Bij veel mensen met kanker is de zin geslachtsgemeenschap (tijdelijk) verminderd. Bovendien kom je vervroegd in de overgang wanneer de eierstokken in het bestraalde gebied liggen.

Mogelijke reacties en extra aandachtspunten

Op langere termijn kan er vaginale droogte optreden, waarvoor eventueel een gepast glijmiddel voorgeschreven kan worden.

Eveneens kan de vagina korter en nauwer worden door vergroeiingen, afhankelijk van allerlei factoren (bestralingstechniek, dosis, doelvolumen, eerdere heilkunde, gebruik chemotherapie, leeftijd,...). Hiervoor kan een behandeling met vaginale dilatatoren gestart worden wanneer je arts dit nodig acht.

Lymfoedeem

Indien je bestraald werd op de lymfeklieren in de liezen is er een kleine kans op oedeem (vochtophoping) van de benen. Vaak is er al fysiotherapie voorgeschreven om de kans hierop zoveel mogelijk te beperken.

Secundaire tumoren

Elke bestraling brengt een beperkt risico op secundaire tumoren in het bestraalde gebied met zich mee. Dit uit zich pas na meerdere jaren en is vooral van belang bij jongere personen. Sowiesso weegt dit theoretische risico niet op tegen de noodzaak van behandeling van de huidige ziekte.

Extra aandachtspunten

- Bestraling kan ernstige gezondheidsschade toebrengen aan een foetus. Daarom mag je zeker niet zwanger zijn of worden tijdens de bestralingsbehandeling. Breng je arts onmiddellijk op de hoogte bij een mogelijke zwangerschap, ook als deze nog niet bevestigd is.

- Breng ons op de hoogte als je een pacemaker / defibrillator / neurostimulator of een ander elektronisch apparaat in het lichaam draagt. Enerzijds kunnen door de bestralingsapparatuur elektromagnetische stoorsignalen verzonden worden die kunnen interfereren met het elektronisch apparaat in het lichaam. Anderzijds kan het apparaat schade oplopen als gevolg van de sterke energierijke straling.



Heb je nog vragen?

Neem dan contact op met de afdeling radiotherapie van het Iridium Netwerk:
+32 3 443 37 37 • secretariaat@iridiumnetwerk.be • www.iridiumnetwerk.be

Iridium Netwerk vzw • Oosterveldlaan 22 • 2610 Antwerpen • BE 0885.546.553 • RPR Antwerpen
AZ Klina • AZ Monica • AZ Rivierenland • AZ Voorkepen • GZA Ziekenhuizen • UZA • Vitaz • ZNA

Deze brochure/folder werd met zorg samengesteld en is zuiver informatief van aard. Aangezien de medische wetenschap zeer snel evolueert, kunnen geen garanties worden geboden m.b.t. de volledigheid van de inhoud van deze brochure/folder. De informatie in deze brochure/folder is algemeen van aard en dient te worden begrepen als aanvulling op de specifieke (mondelijke) informatie van de behandelend arts. De medische praktijk is geen exacte wetenschap, zodat een opsomming van mogelijke complicaties in deze brochure/folder nooit volledig kan zijn. Door de arts kan geen verbintenis worden aangegaan over het uiteindelijke resultaat van de beschreven behandeling.