



Symptomatische bestraling

In deze brochure geven we een **aantal aanbevelingen die kunnen helpen om problemen te voorkomen** of bepaalde ongemakken te beperken.

Wens je meer uitleg of heb je specifieke vragen? Aarzel dan niet om de arts of verpleegkundige hierover aan te spreken. Ze zullen jou graag helpen.

Het doel van een symptomatische bestraling is het verminderen of wegnemen van klachten, zoals pijn, bloedingen of kortademigheid. We richten ons hierbij primair op de verbetering van comfort en levenskwaliteit.

Meestal voorzien we een korte reeks bestralingen, bv. eenmalig of een reeks van 5 bestralingen. De bestraling kan indien nodig in sommige gevallen ook herhaald worden.

Mogelijke reacties van het lichaam op de bestralingsbehandeling

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 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 hebt, betekent dit niet dat de radiotherapie geen resultaat heeft.

Acute effecten

Acute bijwerkingen ontstaan tijdens de bestralingen en genezen na afronding ervan. Dit kan wel enkele weken duren.

Pijn

Indien je bestraald wordt omwille van een pijnlijke uitzaaiing in het bot, kan het zijn dat je de eerste dagen na deze bestraling tijdelijk meer pijn voelt en meer pijnmedicatie moet innemen. Dat komt omdat er door deze bestraling als reactie een zwelling kan ontstaan rondom de uitzaaiing. Na enkele dagen trekt de pijn weg en het pijnstillende effect van de bestraling zou duidelijk moeten worden na ongeveer 1 tot 2 weken na de bestraling. Maar dit kan in sommige gevallen meerdere weken op zich laten wachten.

Maag- en darmklachten

Indien je op het bekken bestraald wordt, kan het zijn dat je de dagen na de bestraling last hebt van darmprickeling en frequentere, lossere stoelgang. Dit kan 1 tot 2 weken aanhouden.

AANBEVELINGEN:

- Drink voldoende, minstens 1,5 liter per dag.
- Vermijd producten die de darmen kunnen prikkelen zoals: grote en vetrijke maaltijden, koffie, alcohol, sommige fruitsoorten (o.a. pruimen, sinaasappels) en gasvormende producten.
- De arts kan bij onvoldoende effect loperamide (Imodium®) voorschrijven.

Misselijkheid en braken

Indien de bestraling in de maagregio gegeven wordt, kunnen misselijkheid en braken optreden. Er wordt dan gewoonlijk preventief een comprimé Ondansetron (Zofran®) voorgeschreven.

Sliklast

Bestralingen op het lichaam waarbij (een deel van) de keel en/of slokdarm mee bestraald wordt, kunnen de slijmvliezen van de keel en/of slokdarm irriteren, waardoor een ontsteking kan optreden. Daardoor kan je wat irritatie krijgen bij het slikken. Dit is een tijdelijk fenomeen, dat binnen 1 of enkele weken vanzelf verdwijnt.

AANBEVELINGEN:

- Als je last hebt met slikken, kan je een lichte pijnstillert nemen (Dafalgan®, Perdolan®,...).
- Om lokaal de pijn te verzachten kan je voor het eten een soeplepel Syngel® innemen (op voorschrift van je arts).
- Tijdens de behandeling is een energie- en eiwitrijke voeding aangewezen. Pas indien nodig de consistentie aan. Bespreek met de diëtiste welke voeding het meest aangewezen is in functie van uw klachten t.g.v. de bestraling.

Prikkelhoest

Indien een deel van de longen in het bestralingsveld ligt, kan er irritatie van de luchtpijp of de longblaasjes optreden waardoor je last kan krijgen van hoesten. Die hoest kan zowel droog zijn als gepaard gaan met een productie van slijm en fluïmen. Als je reeds voor de bestraling hoestte, is het mogelijk dat je tijdens de behandeling tijdelijk nog meer last krijgt van hoesten.

AANBEVELINGEN:

- Zorg voor zo weinig mogelijk stof in de omgeving dat de luchtwegen kan prikkelen. M.a.w. vermijd spuitbussen zoals haarsprays, deodorants, luchtverfrissers,...

- Stop met roken en vraag ook de andere mensen in jouw aanwezigheid niet meer te roken.
- Vermijd het gebruik van poeders zoals make-up, talkpoeder, enz.

Huidreacties

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 en de gebruikte energie, de toegediende dosis, het feit of je al dan niet chemotherapie hebt gekregen en de plaats van de bestraling. De meeste huidreacties genezen binnen 2 tot 3 weken.

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 na de behandeling te blijven toepassen tot de huid volledig hersteld is.

- Smeer de huid in met een vocht inbrengende crème (Flamigel® krijg je eventueel mee op simulatie). Ook bij jeuk of een erg droge huid kan je deze crème gebruiken. Wij raden je aan om de crème al vanaf de eerste dag van de bestraling tot maximum tweemaal per dag aan te brengen op de bestraalde huid. De crème is aangenaam in gebruik, absorbeert snel en veroorzaakt geen vetvlekken. Er zijn ook alternatieven zoals bv. Lipikar® of Cicaplast®.
- Gebruik liever lauw dan warm water bij het wassen. Warm water maakt de huid namelijk droger.
- Kies een vocht inbrengende zeep met een neutrale pH (zuurgraad).

Mogelijke reacties van het lichaam en extra aandachtspunten

- Vermijd krabben of wrijven bij een branderig of jeukend gevoel.
- Vermijd kleding die schuurt of knelt. Loszittende kledij is aan te raden. Draag liefst katoenen kleding als deze rechtstreeks in contact komt met de bestraalde huid.

Haarverlies

Bij radiotherapie ter hoogte van de schedel of behaarde huid kan in een uitzonderlijk geval enige haaruitval optreden. Het eventuele haarverlies begint meestal 3 tot 4 weken na de start van de behandeling. Je zal het haarverlies vooral merken tijdens het kammen of borstelen en op jouw hoofdkussen. Het haarverlies is meestal van tijdelijke aard. Meestal begint het haar 2 tot 3 maanden na het einde van de behandeling opnieuw te groeien, soms vroeger.

Bestraling op de hersenen

Deze bestraling kan leiden tot hoofdpijn, misselijkheid/braken en duizeligheid. Dat kan wijzen op een verhoogde druk in de hersenen en moet men zeker melden aan de arts. Indien nodig zal de arts medicatie opstarten of aanpassen.

Ook indien er neurologische klachten (zoals bv. verminderd zicht of verminderde kracht in de ledematen) zouden ontstaan of indien de reeds bestaande neurologische klachten zouden toenemen tijdens de bestraling, moet je dat zeker melden aan jouw arts.

Deze behandeling veroorzaakt ook volledige kaalheid t.h.v. de hoofdhuid (niet in het gelaat). Zie hiervoor onder het stukje 'Haarverlies'.

De behandeling kan ook belangrijke vermoeidheidsklachten geven. Deze klachten kunnen nog een paar weken na het stoppen van de bestralingen aanslepen. Het belangrijkste is dat je naar je lichaam luistert en zo nodig een pauze inlast.

Extra aandachtspunten

Radiotherapie kan ernstige gezondheidsschade toebrengen aan een foetus. Om die reden mag men beslist niet zwanger zijn of worden tijdens de bestralingsbehandeling. Bij een mogelijke zwangerschap – ook als deze nog niet bevestigd is – dien je altijd onmiddellijk je arts te verwittigen.

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 Kliina • AZ Monica • AZ Rivierenland • AZ Voorkempen • 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.