

FÖR DIG SOM FÅR STRÅLBEHANDLING

Vad är strålbehandling?

Strålbehandling är en lokal behandlingsform av cancer. Strålbehandling kan ges som botande behandling, antingen ensam eller i kombination med operation och/ eller cytostatikabehandling. Med strålbehandling kan man också lindra symtom orsakade av cancer, ifall sjukdomen inte helt kan botas. Strålbehandling förstör cancerceller och den ges i allmänhet i flera små doser. På så sätt kan man skydda friska celler, vilka normalt återhämtar sig snabbt från de förändringar som strålbehandlingen medför.

Planering av strålbehandling

Före strålbehandlingen inleds träffar du strålbehandlingsläkaren. Du kan ta med en nära anhörig eller en vän till läkarmottagningen. Under mottagningen diskuterar läkaren med dig om vårdplanen, och skötare informerar om strålbehandlingen, genomförande och biverkningar.

Före strålbehandlingen görs en datortomografiundersökning, samt eventuellt en magnetundersökning. Undersökningen tar 15-60 minuter och under den tiden bör du ligga helt stilla. För inställningen av strålbehandlingen tatueras ibland in 1-4 små prickar i huden. Strålbehandlingen planeras individuellt för varje patient. Läkaren, fysikerna och röntgenskötare gör strålbehandlingplaneringen efter bildtagningen. Under planeringen bestäms antalet behandlingsgångar och hur stor dos du ska få vid varje behandlingsgång. På grund av planeringen så börjar strålbehandlingen inte direkt efter bildtagningen. Längden på behandlingsperioden varierar från en gång till cirka 8 veckor.

Hur ges strålbehandlingen?

Under strålbehandlingen ligger du i en behandlingssäng. Behandlingen tar ungefär 15 minuter och under behandlingen bör du ligga helt stilla. Vid behandlingen säkerställer röntgenskötarna behandlingsområdet genom att ta röntgenbilder. Röntgenskötarna genomför strålbehandlingen med en strålbehandlingsmaskin. Under behandlingen är du ensam i behandlingsrummet, men skötarna har hör och ser dig hela tiden. Då behandlingmaskinen är i gång har den ett visst ljud. Strålbehandlingen ges ofta ur olika vinklar och därför svänger maskinen runt dig. Strålbehandlingen är smärtfri och patienten utgör ingen strålningsrisk för sin omgivning. Behandlingen ges vardagar under den behandlingsperiod som läkaren ordinerar.

I allmänhet kommer man hemifrån varje dag till strålbehandlingen. Om patientens tillstånd eller genomförandet av behandlingen kräver det så kan patienten även tas in på sjukhusets bäddavdelning under den tid behandlingen pågår. Skötarna värnar om ditt välbefinnande under hela strålbehandlingsperioden. Du kan berätta åt dem om du upplever att du fått biverkningar av behandlingen, samt om du har annat gällande sjukdomen eller behandlingen du funderar på.

Du kan använda allmänna färdmedel under strålbehandlingen. Läkaren kan av medicinska orsaker ge lov till att använda andra färdmedel, exempelvis taxi.

Att sluta röka

Att sluta röka är en viktig del av cancerbehandlingen. Tobaksrökning försvagar strålbehandlings effekt och förlänger biverkningarna. Tobaksrökning ökar också risken för återfall. Vid behov får du stöd av en läkare och tobaksavvänjningsskötare för att sluta röka.

Vilka är biverkningarna av strålbehandling?

Strålbehandling inverkar också på friska celler, vilket kan orsaka biverkningar i det område som behandlas. Biverkningarna är mycket individuella och framträder vanligen cirka 2–3 veckor efter att behandlingen inletts.

De vanligaste biverkningarna vid strålbehandling är:

- huvud eller hjärna: huvudvärk, illamående, håravfall i det behandlade området
- mun och hals: muntorrhet, slemhinnorna i munnen går sönder, förändringar i lukt- och smaksinnet
- bröstorg och lungor: irritation i matstrupen, halsbränna, rethosta
- buk: illamående, luftbesvär, diarré
- bäcken: ökat urineringbehov, sveda vid urinering, luftbesvär och diarré, torra slemhinnor.

Biverkningarna kan fortsätta även efter att behandlingen avslutats. Biverkningarna kan emellertid behandlas.

Vård av strålbehandlad hud

1. När strålbehandlingen börjar räcker det som hudvård att man duschar med ljummet vatten, utan tvål och utan att skrubba. Det är viktigt att duscha, eftersom en ren hud bättre tål påfrestningarna av strålbehandlingen.
2. Använd salvor först efter det att symtom av strålbehandlingen uppstått. Om huden är torr kan man börja smörja huden genast i början av behandlingen. Skötarna ger råd om hur det behandlade området ska skötas. Som salva kan du använda mjölkartade, vattenlösliga och doftfria bassalvor, som man kan köpa på apoteket, t.ex. Aqualan L, Apobase Lotion eller Ceridal lipolotion (sprayflaska).
3. Man får inte använda deodorant, rakvatten eller parfym på det behandlade området.
4. I början av strålbehandlingen kan du bada bastu i mild värme, om huden är normal och symptomfri, och den inte t.ex. rodnar eller hettar.

Trötthet och hur man tar hand om sig själv

Oron för framtiden som sjukdomen medför och de dagliga behandlingsbesöken orsakar ofta trötthet. Strålbehandlingen utgör inte nödvändigtvis ett hinder för dagliga sysslor, fritidsaktiviteter eller arbete, men det är möjligt att få sjukledigt under pågående behandling. Med tanke på ditt hälsotillstånd är det bäst att försöka leva så normalt som möjligt. Under behandlingen lönar det sig att unna sig mer vila än vanligt samt att äta mångsidigt, eftersom kroppen behöver energi för att återhämta sig. Om hälsotillståndet så kräver kan du även få tid till en läkare under behandlingsperioden.

Smärta

Strålbehandlingen i sig orsakar inte smärta. Som biverkning kan det förekomma smärta, ömhet och svullnad i det område som behandlas. Detta behandlas med vanlig värkmedicin. Diskutera med skötarna i samband med att du kommer på strålbehandling, så kan de ge råd om smärtlindring.

Sexualitet

Strålbehandling är inte ett hinder för sexuellt umgänge. Insjuknandet och behandlingarna kan emellertid leda till sexuell oförmåga och olust. Jagbilden och den sexuella identiteten kan behöva återupptäckas. Genom att öppet diskutera problemen med sin partner, skötarna och läkaren, eller en sexualrådgivare, löser sig ofta de här problemen.

Psykiskt välmående

Variationer i sinnesstämningen och att man upplever rädsla inför framtiden är naturliga reaktioner när man insjuknar. Att diskutera med de närmaste och med vårdpersonalen hjälper dig att reda ut dina tankar. Du kan tala med rehabiliteringshandledaren om de känslor som sjukdomen väcker och hur insjuknandet påverkar livet. Hjälp fås också av läkare och av cancerföreningens stödpersoner.

Vad händer efter strålbehandlingen?

Under sista veckan av strålbehandlingen får du tid till en strålbehandlingsläkare. På mottagningen går den fortsatta vården och uppföljningen igenom. Kontakta strålbehandlingspolikliniken vardagar tel. 06-2132934 kl. 7.30–15.30, om:

- du har något att fråga om behandlingen av biverkningarna av strålbehandlingen
- biverkningarna fortfarande fortsätter tre veckor efter att behandlingen avslutats
- du har andra symtom som du misstänker att hör ihop med sjukdomen eller strålbehandlingen eller
- du har ytterligare frågor om den behandling som du fått eller om den fortsatta behandlingen



Övrigt att beakta

Om du behöver råd i betalningsfrågor eller vid ansökan om understöd, kan du vända dig till en socialarbetare. Vid behov kan du be skötarna om ett intyg för ansökan om reseersättning från FPA. Andra sakkunniga som du kan ta kontakt med är rehabiliteringshandeldaren, näringsterapeuten, fysioterapeut, sexualrådgivare, sjukhuspräst.