

SÄDEHOITOON TULEVALLE

Mitä sädehoito on?

Sädehoito on syövän paikallinen hoitomuoto. Sädehoitoa voidaan antaa parantavana hoitona joko yksin tai leikkaukseen ja syöpälääkehoitoihin yhdistettynä. Sädehoidolla voidaan myös lievittää syövän aiheuttamia oireita. Sädehoito tuhoaa syöpäsoluja, ja sitä annetaan yleensä useina pieninä kerta-annoksina. Näin voidaan suojella normaaleja soluja, jotka yleensä toipuvat nopeasti sädehoidon aiheuttamista muutoksista.

Sädehoidon suunnittelu

Ennen hoidon alkua käyt lääkärin vastaanotolla. Vastaanotolle voit ottaa mukaan lähiomaisen tai ystävän. Vastaanotolla lääkäri kertoo sinulle hoitosuunnitelmasta. Lääkäri ja hoitaja keskustelevat kanssasi sädehoidosta, muun muassa haittavaikutuksista.

Ennen sädehoitoa käyt tietokonetomografia- ja/tai magneettikuvauksessa. Kuvaus kestää 15 -60 minuuttia, ja sen ajan sinun tulee olla liikkumatta. Sädehoidon kohdistamiseksi voidaan ihollesi tatuoida 1-4 pistettä.

Sädehoito suunnitellaan jokaiselle potilaalle yksilöllisesti. Lääkäri, fyysikko ja hoitaja tekevät sädehoitosuunnitelman kuvauksen jälkeen. Suunnittelussa päätetään hoitokertojen määrä ja kuinka suuren annoksen saat kerralla. Suunnittelun vuoksi sädehoito ei yleensä ala heti kuvauksen jälkeen. Hoitojakson pituudet vaihtelevat yhdestä kerrasta noin 8 viikkoon.

Sädehoidon antaminen

Sädehoidon aikana makaat hoitosängyllä. Hoito kestää noin 15 minuuttia. Hoidon aikana tulee olla liikkumatta. Hoidon osuvuus tarkistetaan ottamalla röntgenkuvat. Hoitajat käyttävät sädehoitokonetta, jolla sinulle annetaan hoitoa. Olet hoidon ajan yksin, mutta hoitajat näkevät ja kuulevat sinut koko ajan. Sädehoitokone pitää sirinää. Se kertoo, että kone on käynnissä. Sädehoitoa annetaan yleensä useasta suunnasta. Siksi kone kääntyy ympärilläsi. Sädehoito on kivutonta. Sinusta ei lähde säteilyä hoidon jälkeen. Hoitoa annetaan arkisin lääkärin määräämän hoitojakson ajan.

Hoidossa käydään yleensä päivittäin kotoa. Voinnin tai hoidon toteuttamisen niin vaatiessa hoidossa voi käydä sairaalan vuodeosastolta. Hoitajat huolehtivat hyvinvoinnistasi koko sädehoitojakson ajan. Voit kertoa heille, jos hoidosta on tullut sinulle haittavaikutuksia. Voit kertoa heille myös muista tuntemuksistasi.

Voit matkustaa sairaalan ja kodin välillä julkisella kulkuneuvolla. Lääkäri voi lääketieteellisistä syistä myöntää sinulle luvan käyttää esimerkiksi taksia.



Tupakoinnin lopettaminen

Tupakoinnin lopetus on tärkeä osa syövän hoitoa. Tupakointi voi heikentää sädehoidon tehoa ja pitkittää sädehoidon sivuvaikutuksia. Tupakointi lisää myös uuden syövän riskiä. Lopettamiseen saat tarvittaessa apua lääkäriltä ja tupakastavieroitusohitajalta.

Sädehoidon haittavaikutuksia

Sädehoito vaikuttaa myös terveisiin soluihin, joten se voi aiheuttaa haittavaikutuksia hoidettavalla alueella. Sivuvaikutukset ovat hyvinkin yksilöllisiä, ja ilmaantuvat yleensä noin 2–3 viikon kuluttua hoidon aloittamisesta.

Tavallisimpia haittavaikutuksia ovat:

- pään tai aivojen alueen sädehoidossa: päänsärky, pahoinvointi, hiustenlähtö hoitoalueelta
- suun ja kaulan alueen sädehoidossa: suun kuivuminen, suun limakalvojen rikkoutuminen, haju- ja makuaistimuutokset
- rintakehän ja keuhkojen alueen sädehoidossa: ruokatorven ärsytys, närästysoireet, yskänärsytys
- vatsan alueen sädehoidossa: pahoinvointi, ilmavaivat, ripuli
- lantion alueen sädehoidossa: tihentynyt virtsaamistarve, kirvely virtsatessa, ilmavaivat ja ripuli, limakalvojen kuivuminen.

Haittavaikutukset voivat jatkua vielä hoidon loppumisen jälkeenkin. Niitä voidaan kuitenkin hoitaa.

Sädehoidettavan alueen ihonhoito

1. Sädehoidon alkaessa hoitoalueen ihonhoidoksi riittää suihkuttelu haalealla vedellä ilman saippuaa ja hankaamista. Suihkuttelu on tärkeää, koska puhdas iho kestää paremmin sädehoidon rasitusta.
2. Aloita ihovoiteiden käyttö vasta oireiden ilmaannuttua. Jos iho on kuiva, ihon rasvauksen voi aloittaa heti hoidon alussa. Hoitajat neuvovat hoitoalueen ihonhoidossa. Voiteena voit käyttää maitomaista, vesiliukoista ja hajustamatonta perusvoidetta, jota saa apteekista.
3. Hoitoalueella ei saa käyttää deodoranttia, partavettä tai hajuvettä.
4. Sädehoidon alkuvaiheessa voit sauna miedossa löylyssä, kun iho on normaali ja oireeton eikä esim. punoita ja kuumota.

Väsymys ja itsestä huolehtiminen

Sairauden aiheuttama huoli tulevaisuudesta ja päivittäiset hoidossa käynnit aiheuttavat usein väsymystä. Sädehoito ei välttämättä estä päivittäisiä askareita, harrastuksia tai työssä käyntiä, mutta sen ajaksi on mahdollista saada sairauslomaa. Voinnin kannalta on parasta yrittää elää mahdollisimman normaalisti. Hoidon aikana kannattaa suoda itselleen tavallista enemmän lepoa



ja syödä monipuolisesti, sillä keho tarvitsee energiaa parantuakseen. Voinnin niin vaatiessa pääset lääkärin vastaanotolle myös hoitojakson aikana.

Kipu

Sädehoito sinällään ei aiheuta kipua. Sen sivuvaikutuksena saattaa esiintyä hoitoalueen kipua, arkuutta ja turvotusta, joihin voit ottaa tavallista särkylääkettä.

Seksuaalisuus

Sädehoito ei ole este seksuaaliselle kanssakäymiselle. Sairastuminen ja hoidot saattavat kuitenkin aiheuttaa seksuaalista kyvyttömyyttä ja haluttomuutta. Minäkuva ja seksuaalinen identiteetti voivat joutua kokonaan uudelleen tarkasteltaviksi. Avoimesti keskustelemalla ongelmista kumppanin, hoitajien, lääkärin ja seksuaalineuvojan kanssa nämäkin asiat usein selviävät.

Henkinen hyvinvointi

Mielialan vaihtelut ja tulevaisuuden pelko ovat luonnollisia reaktioita sairastumiseen. Keskustelu läheisten ja hoitohenkilökunnan kanssa auttavat selkeyttämään ajatuksia. Kuntoutusohjaajan kanssa voit keskustella sairauden synnyttämistä tunteista ja sairastumisen vaikutuksista elämään. Apua on saatavilla myös lääkäriltä tai esim. syöpäyhdistyksen tukihenkilöiltä.

Jatkoseuranta sädehoidon jälkeen

Sädehoitojakson viimeisellä viikolla on yleensä sädehoitolääkärin vastaanotto. Sädehoidon jälkeen terveydentilaasi voidaan seurata syöpätautien poliklinikalla tai jollain toisella poliklinikalla tai oman lääkärisi vastaanotolla.

Ota yhteyttä sädehoitoon arkisin puh. 06-2132934 klo 7.30 – 15.30, jos

- sinulla on kysyttävää sädehoidon sivuvaikutuksien hoidosta,
- haittavaikutukset eivät parane noin kolmen viikon kuluessa hoidon päättymisestä,
- sinulla on muita oireita, joiden epäilet liittyvän sairauteen tai saamaasi sädehoitoon tai
- sinulla on vielä kysyttävää saamastasi hoidosta tai jatkohoidoista.

Tukipalvelut

Sinulla on mahdollisuus keskustella sairautesi liittyvistä asioista eri asiantuntijoiden kanssa. Sädehoitoyksikön henkilökunta voi varata sinulle ajan. Voit halutessasi jutella:

- sosiaalityöntekijän
- kuntoutusohjaajan
- ravitsemusterapeutin
- fysioterapeutin
- seksuaalineuvojan
- sairaalapastorin kanssa