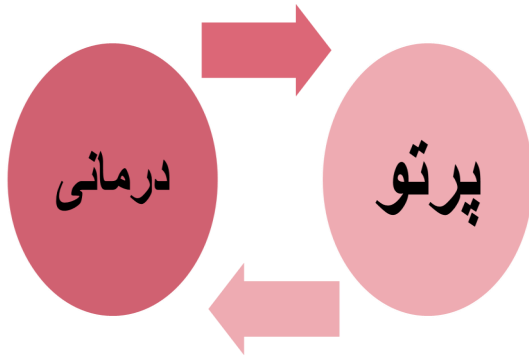




مراقبت های حین پرتودرمانی GCC-PA-025/13



واحدآموزش همگانی

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۵/۰۱/۱۵

توجه داشته باشید

فقط موهای منطقه تابش ممکن است دچار

ریزش شوند.

اثرات پرتودرمانی در بدن

پس از هر جلسه پرتودرمانی خارجی، تابش اشعه در بیماران باقی نمی ماند. بنابراین نیازی نیست که تماس با اطرافیان محدود شده یا مراقبت خاصی اعمال شود.

پیگیری بیماران پس از پرتودرمانی:

توصیه به پیگیری و چکاپ های بعد از اتمام درمان بدان معنی نیست که وضع جسمانی شما دچار مشکل شده است بلکه پزشک معالجتان می خواهد با از وضعیت بدنتان با خبر باشد تا در صورت بروز مشکل اقدامات لازم را انجام دهد.

منابع:

برونر. سوارث، پرستاری سرطان

در صورتی که بعد از مطالعه بروشور پریشی در ارتباط با عوارض پرتودرمانی داشتید به واحد آموزش همگانی مراجعه نمایید.

عوارض پوستی منطقه درمان:

- ⇐ روزانه پوستتان را از نظر قرمزی و التهاب چک کنید.
- ⇐ در صورتی که شدت علائم پوستی زیاد شد به پزشک معالج خود مراجعه کنید.
- ⇐ در صورتی که لازمست ناحیه درمان را با پماد یا روغنهای تجویز شده چرب کنید قبل از شروع درمان، ناحیه درمان را با شامپو شستشو دهید.
- ⇐ از کشیدن کیسه یا حوله روی ناحیه درمان خودداری کنید.
- ⇐ در ناحیه درمان لباس های نرم راحت و نخی بپوشید.
- ⇐ تا حد امکان ناحیه درمان را در معرض اشعه آفتاب قرار ندهید.
- ⇐ از ضربه زدن، خاراندن، خراشیدن، ماساژ و تراشیدن ناحیه پرتودرمانی بپرهیزید.
- ⇐ از استعمال موادی مانند الکل، پودر، ضد عرق و عطرها در ناحیه تحت درمان خودداری کنید.
- ⇐ از استعمال بالشتکهای گرم کننده، پتوی برقی، بطری آب داغ و سرد و کیسه یخ در ناحیه تحت درمان خودداری کنید.
- ⇐ ناحیه تحت درمان را به طور مستقیم زیر جریان دوش آب بسیار گرم یا سرد نبرید.

پرتودرمانی چیست؟

پرتودرمانی استفاده از اشعه یا پرتوهای دارای انرژی زیاد برای از بین بردن سلولهای دچار بدخیمی است. توجه داشته باشید که سلولهای سالم نیز ممکنست تحت تأثیر این اشعه ها قرار گیرند اما حساسیت سلولهای بیمار به اثرات آن بیشتر است.

عوارض جانبی پرتودرمانی:

پرتودرمانی می تواند مانند سایر درمانها برای بیمار عوارضی داشته باشد. البته این عوارض در همه افراد به طور یکسان روی نمی دهد. و خوشبختانه اکثر عوارض قابل کنترل و گذرا هستند.

۱- عفونتها:

- ♦ تا حد امکان از رفت و آمد در مکانهای شلوغ پرهیز نمایید.
- ♦ با افرادی که عفونتهای تنفسی دارند، تماس نزدیک نداشته باشید.
- ♦ علائمی مثل گلودرد، تب، تنگی نفس، رنگ پریدگی، اسهال را فوراً اطلاع دهید.

۲- خستگی بعد از درمان:

- ♦ فعالیت خود را تا حد امکان محدود نمائید.
- ♦ برای انجام کارهای روزمره از دیگران کمک بگیرید.

۳- بی اشتهائی:

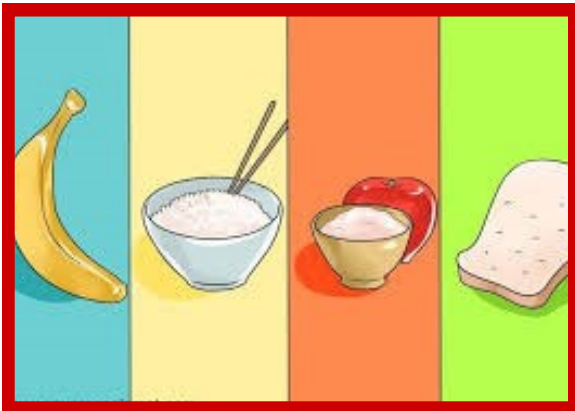
- ♦ غذا را با حجم کم و دفعات بیشتر میل کنید.
- ♦ غذاها و خوراکی هایی که مورد دلخواهتان است استفاده کنید.
- ♦ تا جای ممکن از غذاهای نیمه جامد یا مایع (البته پرنرژی) مصرف کنید.
- ♦ در مورد مصرف مکملهای غذایی با پزشک و کارشناس تغذیه مشورت کنید.

۴- تهوع:

- ♦ از خوردن غذاهای سنگین چند ساعت قبل از درمان خودداری کنید.
- ♦ موقع تهوع چیزی نخورید(چند ساعت بعد از آخرین استفراغ مایعات را شروع کنید)
- ♦ از مصرف غذاهای خیلی چرب، خیلی شیرین و خیلی شور بپرهیزید.
- ♦ اگر غذاهای گرم برایتان تهوع آور است از خوردن آن پرهیز کنید.
- ♦ مواقعی که تهوع و استفراغ شدید است تا حد امکان استراحت کنید.

۵- اسهال:

- ♦ تا حد امکان از مصرف مواد غذایی که باعث تحریک دستگاه گوارش می شوند پرهیز کنید.
- ♦ مدتی که اسهال دارید از نان سوخاری، موز، ماست چکیده. غذاهای آب پز شده استفاده کنید.



۶- یبوست:

- ♦ مواد غذایی حاوی فیبر، میوه های خشک مانند آلو و برگ علو استفاده کنید.
- ♦ مایعاتی که باعث نرم شدن مدفوع می شود بنوشید..
- ♦ حرکات چرخشی در نواحی شکم و لگن انجام دهید.