



De bestralingen

Met de bestralingstoestellen kunnen twee soorten straling worden opgewekt:

- fotonenstraling (ook genoemd röntgenstraling)
- elektronenstraling.

De fotonenstraling heeft een diep doordringend vermogen en wordt gebruikt bij bestraling van gebieden die diep in het lichaam gelegen zijn. Elektronen hebben doorgaans een minder diep doordringend vermogen. U wordt waarschijnlijk bestraald met elektronen.

Vóór iedere bestraling meldt u zich bij de receptie. Bij de eerste bestraling legt een radiotherapeutisch laborant u uit wat er gaat gebeuren. Als u het prettig vindt, kunt u tijdens de eerste bestraling iemand meenemen. Voor de juiste bestraling van het te behandelen gebied is een stabiele houding vereist. Het is belangrijk dat u zo stil mogelijk blijft liggen. Het bestralingsgebied wordt met een lichtbundel en laserlijnen die uit de muur komen, nauwkeurig ingesteld. De laboranten doen dit aan de hand van de tekening op de huid en eventueel de tekening op de hulpmiddelen en de gegevens in de computer van het bestralingsstoel.

Tijdens de bestraling zelf bent u alleen in de bestralingsruimte. De radiotherapeutisch laboranten kunnen u op monitoren zien en u via een intercomsysteem horen. Van de bestraling merkt u niets; u hoort alleen het geluid van het bestralingsstoel. De bestraling kunnen we indien nodig (bijvoorbeeld tijdens een hoestbui) onderbreken. Het bestralingsstoel wordt tijdens de bestraling gestuurd en bewaakt door een computer. Tijdens de bestraling houden de radiotherapeutisch laboranten u continu in de gaten. Wanneer de bestralingsdosis is afgegeven, slaat het toestel automatisch af. Door de bestraling wordt u niet radioactief. Op het moment dat het bestralingsstoel afslaat, is de straling verdwenen en is er geen blootstelling aan straling meer voor u en uw omgeving.

De tijd die voor u is gereserveerd kan variëren tussen de 5 en 25 minuten.

Mogelijke bijwerkingen

Door de radiotherapie kunnen bijwerkingen optreden, zowel tijdens de bestraling als daarna. Deze zijn onder andere afhankelijk van het bestralingsgebied en de hoogte van de bestralingsdosis. De bijwerkingen treden meestal niet direct op en kunnen per persoon verschillend zijn. Het is mogelijk dat u helemaal geen of slechts zeer weinig klachten krijgt. Algemene klachten kunnen zijn: vermoeidheid, futloosheid en een gebrek aan eetlust.

Als iets onduidelijk is, aarzel dan niet om dit te bespreken met uw radiotherapeut of de radiotherapeutisch laboranten. U voorkomt daardoor dat goed bedoelde, maar soms tegenstrijdige adviezen van leken verwarring veroorzaken.

Hieronder gaan wij nader in op bijwerkingen en verstrekken we u informatie en tips over wat u zelf kunt doen om zo min mogelijk hinder van de bestraling te ondervinden.

Vermoeidheid

Vermoeidheid komt vaak voor als bijwerking van bestraling en is in dit geval dus geen direct gevolg van uw ziekte. Deze vermoeidheid treedt tijdens de bestralingsbehandeling op en verdwijnt meestal geleidelijk na beëindiging van de behandeling.

Tips bij vermoeidheid:

- rust wat meer (wat vroeger naar bed en 's morgens wat later op); een dutje overdag kan ook helpen (maar kan wel de nachtrust verminderen)
- probeer uw dagelijks ritme niet te verstoren, maar doe uw activiteiten in een rustig tempo
- regel het bezoek op een zodanige wijze dat dit u niet teveel vermoeit
- laat de huishoudelijke taken (koken, boodschappen doen, enz.) over aan iemand anders als het teveel inspanning vergt
- drink voldoende; een richtlijn is 1,5 liter per dag

Reactie van de huid

Soms kan bij radiotherapie de bestraalde huid rood worden. De roodheid hangt af van de stralingsdosis en treedt geleidelijk op. Deze roodheid gaat soms gepaard met jeuk en een licht branderig gevoel. De reactie is het sterkst in plooien (zoals liezen, oksels), operatielittekens en daar waar de huid meestal wat vochtig is, bijvoorbeeld de bilspleet. De huidreactie verschilt van persoon tot persoon en verdwijnt geleidelijk na de radiotherapie.

Behandeling van de bestraalde huid tijdens en kort na de behandeling:

- ga niet zwemmen en neem geen uitgebreid bad
- gebruik bij het douchen gerust zeep, behalve op het bestraalde gebied dat u beter alleen met water kunt wassen en voorzichtig droogdeppen
- vermijd stugge en schurende kledingstukken en het gebruik van pleister en plakband op het bestraalde gebied
- bij jeuk van de bestraalde huid niet krabben. Meld het optreden van jeuk aan de radiotherapeutisch laborant of uw radiotherapeut
- bij bestraling van het gezicht of de hals, alleen elektrisch scheren en geen aftershave gebruiken
- gebruik geen alcoholhoudende deodorant onder de oksel als deze in het bestralingsgebied ligt
- fel zonlicht doet de huidreactie toenemen ter hoogte van het bestraalde gebied; u mag in de zon verblijven, mits de bestraalde huid met kleding is afgedekt; een paar maanden nadat de huidreactie is verdwenen, mag het bestraalde gebied weer voorzichtig aan zonlicht worden blootgesteld (gebruik een zonnecrème met een hoge beschermingsfactor)
- gebruik geen hoogtezoon, rode lamp, solarium of zonnebank tijdens de radiotherapie zonder eerst advies te vragen aan uw radiotherapeut
- als uw huid stuk gaat en vochtig wordt, stel dan uw radiotherapeut hiervan op de hoogte
- neem bovengenoemde regels nog enige tijd in acht na de bestraling. Overleg hierover met uw radiotherapeut
- wanneer de roodheid van de huid verdwenen is, kan de huid wat droog en schraal aanvoelen. U kunt dit verhelpen door een ongeparfumeerde, verzachtende huidcrème te gebruiken

Haaruitval (alleen in het bestraalde gebied)

Haaruitval treedt alleen op in het gebied dat bestraald wordt. Dit gebeurt niet meteen na het starten van de behandeling, maar pas ongeveer twee weken na het begin van de radiotherapie. Afhankelijk van de hoeveelheid straling begint uw haar enkele weken na het einde van de bestraling weer te groeien. Het duurt dan nog enkele maanden voordat uw haar weer volledig is aangegroeid. Soms (bij een hoge bestralingsdosis op de betreffende huid) kan de haaruitval blijvend zijn.

Seksualiteit

Kanker en de behandeling ervan kunnen invloed hebben op de seksualiteitsbeleving. Dit kunt u bespreken met uw radiotherapeut.

Het is belangrijk om tijdig met uw radiotherapeut te praten als uw ziekte of de radiotherapie andere dan de hiervoor genoemde klachten veroorzaakt.

Nazorg en Resultaten

Resultaten

Het succes van kankerbehandelingen is pas na vele jaren te beoordelen. Het is een misverstand om te denken dat men vijf jaar na een kankerbehandeling genezen is. Meestal is een jaren-, soms levenslange controle wenselijk. Wel is het zo dat de kans op het terugkeren van kanker of het ontstaan van bijwerkingen op lange termijn, in de tijd geleidelijk afneemt.

Het is voor u en uw radiotherapeut van belang dat hij op de hoogte blijft van uw gezondheidstoestand na de behandeling om na te gaan of het beoogde doel van de bestraling is bereikt en de schade aan de gezonde weefsels zo beperkt mogelijk is. Als u na de behandeling niet meer bij de radiotherapeut ter controle komt, zal deze regelmatig naar uw toestand informeren bij uw huisarts of verwijzend specialist. Als u hiertegen bezwaar heeft dan kunt u dit schriftelijk kenbaar maken bij uw behandelend radiotherapeut.

Nazorg

Aan het eind van de behandeling krijgt u meestal een afspraak voor controle bij uw radiotherapeut. Mocht de datum of tijd u niet schikken, bel dan op werkdagen om de afspraak te veranderen (telefoonnummer 040 - 2396400). Wanneer u op het spreekuur van de radiotherapeut komt, dan meldt u zich eerst bij de receptie met uw afsprakenkaart, alvorens plaats te nemen in de wachtkamer. Het kan gebeuren, dat u naast uw radiotherapeut door meerdere specialisten wordt begeleid (bijvoorbeeld uw dermatoloog). De radiotherapeut bespreekt dan met u, bij wie de controles en eventuele onderzoeken gaan plaatsvinden. Ook al heeft u geen afspraak, dan nog kunt u in geval van dringende zaken uw radiotherapeut raadplegen. De medewerkers zullen hun best doen om op een zo kort mogelijke termijn een afspraak te maken.

Buiten kantooruren en in het weekeinde kunt u de *dienstdoende* radiotherapeut bereiken via de centrale van het ziekenhuis, telefoonnummer 040-239 9111. U kunt dan vragen naar de *dienstdoende radiotherapeut*.

Medepatiënten

U kunt altijd terecht bij uw radiotherapeut en de medewerkers van de afdeling om over uw ziekte of de behandeling te praten. Ook kan er behoefte bestaan om met medepatiënten te praten. Mocht u in contact willen komen met patiëntenverenigingen, gespreksgroepen of andere hulpverleners, dan kunt u dit vragen aan uw radiotherapeut of aan één van de medewerkers van de afdeling.