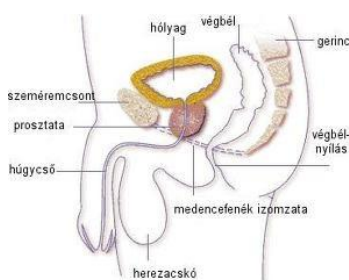


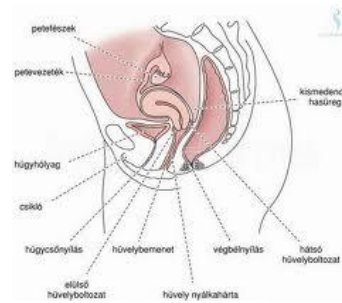
ÁLTALÁNOS TÁJÉKOZTATÓ MEDENCEI BESUGÁRZÁST MEGELŐZŐ ELŐKÉSZÍTÉSRŐL

Önnek kezelőorvosa medencei sugárkezelést javasolt, melynek során a sugárkezelés megtervezéséhez, valamint a kezelés folyamatának ellenőrzéséhez, pontosságához medencei CT (computer tomographias) vizsgálatok, valamint röntgenfelvételek készülnek meghatározott menetrend szerint.

Teljesen természetes, hogy a medencében elhelyezkedő szervek (pl. nőknél a méh, férfiaknál a prosztata) változtatják a helyüket, helyzetüket attól függően, hogy a környezetükben lévő szervek, mint a hólyag, végbél milyen teltségi állapotban vannak.



Férfi medence anatómiája



Női medence anatómiája

Azért, hogy a sugárkezelést a szándékunknak megfelelő területre szolgáltatassuk ki és a várható korai és késői mellékhatásokat a minimálisra tudjuk csökkenteni nagyon fontos, hogy a sugárkezelés több hetes folyamata során (akár 30-35 alkalom) a medencei szervek mindig ugyanabban a helyzetben és ugyanabban a teltségi állapotban legyenek, mint az elkészített első, ún. tervezési CT-n. A leghatékonyabb módszer erre a „kényelmes” mértékben feltöltött hólyag és a végbél kiürítésének biztosítása.

A húghólyag előkészítésének módszere:

Ideálisan olyan hólyagteltséget kellene Önnek elérni, ami még nem okoz erős vizelési kényszert.

Az általunk javasolt módszer: ürítse ki hólyagját, majd fogyasszon el kb. **5 perc alatt 500 ml folyadékot 1/2 órával a tervezett vizsgálat/kezelés előtt**. Hogy minden megfelelő időzítéssel történjen, a sugárterápiás részlegre való megérkezéskor jelentkezzen a kezelőszemélyzetnél és egyeztessen velük.

Mi van akkor, ha nem tudja a vizeletét 1 óránál tovább tartani? (Kb. 1 óra időtartamot jelent a fenti fél órás előkészítés és a kezelés időtartama.) Ez esetben személyre szabott előkészítést kell Önnek alkalmazni egyéni megbeszélés szerint.

A végbél előkészítésének módszere:

Különböző módszerek állnak rendelkezésre a végbél kiürítésének biztosítására. Ezek közül az Önnek legmegfelelebbet fogja kezelőorvosa javasolni.

Székletlazító (úgynevezett laxatívum) használata, melyet a tervezési CT előtt 3 nappal el kell kezdeni használni és a sugárkezelés ideje alatt alkalmaznia kell minden kezelés előtti napon az esti órákban, lefekvés előtt. Ennek hatására várható a reggeli székletürítés.

Székletlazító készítmények pl.:

- Dulcolax tableta,este 1 tableta
- Guttalax cseppek, este 10 csepp
- Moxalol (polyetilén- glikol 3350) este 1 tasak 1,5 dl vízben feloldva, szörppel ízesíthető.
- Stadalax tableta, este 1 tableta
- Bolus Laxans tableta, este 2-3(1-4) tbl
- Laevolac szirup, este 1 evőkanálnyi

Minden székletlazító esetében a rá vonatkozó betegtájékoztatót át kell tanulmányozni!!



MARKUSOVSKY
EGYETEMI OKTATÓKÓRHÁZ
SZOMBATHELY

Végbélkúpok (Suppositorium glycerini, Dulcolax végbélkúp...)

A székletürítést elősegítő végbélkúpokat a tervezési CT előtt 3 nappal el kell kezdeni használni és a sugárkezelés ideje alatt naponta kell alkalmaznia a következő módon: legalább 1 órával otthonából való elindulás előtt (1 db végbélkúp), hogy a hatása (mely 15-45 perc alatt várható) addig alakuljon ki, míg otthonában tartózkodik.

Mi a teendő, ha a sugárkezelés alatt hasmenés jelentkezik?

A sugárkezelés által okozott hasmenés a kezelés 2.-3. hetében jelentkezhet. Ez esetben konzultáljon kezelőorvosával. Ilyen esetben a hashajtók szedése felfüggeszthető.

Medencei sugárkezelés idején javasolt étrend

A sugárkezelés megtervezéséhez készítendő tervezési CT előtt már 3 nappal célszerű és a sugárkezelés egész ideje alatt javasolt betartani az alábbiakat:

Az étrend célja:

- érzékeny bélszakasz megnyugtató
- energia-és tápanyaghiány pótlása
- beteg kondíciójának javítása

Az étrend lényege:

- energia és fehérje gazdag
- zsírszegény
- durvarost-mentes
- tejmentes (egyéni tolerancia függvényében, de hasmenés idején tilos!)
- natív cukormentes

Sugárkezelés idején az alapanyagok megítélése:

- Húsok, húskészítmények:
Ajánlott: sovány húsok (csirke, pulyka, hal, házi nyúl, borjú, sertés), sovány felvágottak (gépsonka, csirke-pulykasonka, Pick és Wiesbauer párizsi, magas hústartalmú virslik)
Nem ajánlott: zsíros húsok, belsőségek (kivétel: máj), hizott szárnyasok (kacsa, liba), füstölt húsok, zsíros felvágottak, kolbász és szalámifélék
- Tej-tejtermékek:
Ajánlott: savanyított tejtermékek (kefir, joghurt, aludt tej), sovány sajtok (Óvári, Tenkes, Túra, Köményes, Mozzarella), túró
Nem ajánlott: tej, füstölt sajtok, zsíros sajtok (PL.: tejszín krémsajtok, kenhető sajtok), tejföl 20 %-os, tejszín
- Zöldség és főzelékfélék:
Ajánlott: burgonya, sárgarépa, fehérrépa, paszternák, kapor, fejes saláta, tök, cukkini, padlizsán, patisszon, cékla, paraj, sütőtök, brokkoli, zöldbab, zöldborsó (utóbbi 2 csak passzírozva!), snidling, póréhagyma, csírák
Nem ajánlott: káposztafélék, karalábé, karfiol, sóska, szárazbab, lencse, sárgaborsó, kukorica, gomba, paradicsom, paprika, uborka, zeller
Fokhagyma, vöröshagyma csak ételbe belefőzve használható, nyersen tilos!
- Gyümölcsök:
Ajánlott: hámozott alma, hámozott őszibarack, meggy, babán, görögdinnye (mag nélkül)
Nem ajánlott: szilva, apró magvas gyümölcsök (málna, eper, stb.), cseresznye, szőlő, mazsola, körte, citrusok (narancs, mandarin, grape-fruit), füge, datolya
- Gabonai termékek:
Ajánlott: rizs, köles, bulgur, kusz-kusz, búzadara, búzaliszt, száraz tészták, fehér és félbarna kenyér, cukorstop háztartási keksz, kétszersült, kölesgolyó, buláta, fehér pékáru (zsemle, kifli)
Nem ajánlott: Magas rosttartalmú –, magvas kenyerek, pékáruk, édesipari termékek (keksz, nápolyi, sütemények)



MARKUSOVSZKY
EGYETEMI OKTATÓKÓRHÁZ
SZOMBATHELY

Markusovszky Egyetemi Oktatókórház
Székhely: 9700 Szombathely • Markusovszky L. u. 5.

Onkoradiológiai Osztály



· MSZ EN ISO 9001 ·
· MSZ EN ISO 14001 ·
· MSZ 28001 ·
· MEES ·

- **Tojás**
Ajánlott: főzve, teflonban sütve, lágytojásnak
Nem ajánlott: zsírban sült, szalonnás rántotta
- **Italok:**
Fokozottan fontos a bőséges folyadékbevitel (2 liter/nap nem csak az italokkal hanem pl. a levesekkel együtt). Ha ez hiányzik a hólyag telődése nagyon nehézkesen indul meg, az előkészítés nem jár kielégítő eredménnyel.
Ajánlott: tea, gyógytea, víz, szénsavmentes ásványvíz, tápszerrel dúsított gyümölcsös turmixok, gyenge fekete kávé.
Nem ajánlott: szénsavas üdítők, szénsavas ásványvíz, alkohol, kakaó és tejes italok, turmixok, édesítőszerrel tartalmazó italok
- **Zsiradékok:**
Ajánlott: kis mennyiségben kenéshez margarin, teavaj, főzéshez oliva, repce, napraforgóolaj
Nem ajánlott: állati eredetű zsiradékok (sertés-, kacsá-, libazsír), tepertő, szalonna, olajos magvak
- **Fűszerek:**
Ajánlott: minden „szelíd” fűszer (ami nem csíp), pl.: tárkony, majoranna, borsikafű, bazsalikom, petrezselyemzöld, fahéj, szegfőszeg, lestyán, édesnemes fűszerpaprika
Nem ajánlott: csípős, izgató fűszerek (torma, mustár, bors, chili, erőspaprika, oregánó, szerecsendió, gyömbér) (fokhagyma, vörshagyma csak ételbe belefőzve használható, nyersen tilos!)
Édesítésre nem ajánlott a natív cukor (répacukor, nádcukor, méz), szorbit, mannit és a xilit (vagy nyírfacukor). Biztonsággal használható az eritrit, stevia és a szacharin.
Tanácsos kikerülni a nagy mennyiségű étel, ital, illetve rágógumi fogyasztását. A „többször kevesebb” elve érvényesüljön.

Sugárkezelés idején használható konyhatechnológiai eljárások:

Ajánlott: főzés, párolás, teflonban, cserépedényben, sütőzacskóban sütés, főző-párolóedények használata, sütőben (légkeveréssel) való sütés

Nem ajánlott: bő zsiradékban való sütés, pörköltalap készítés, zsíros rántás.

Nem szabad elfejteni, hogy egészséges egyéneknél is, sugárkezelés alatt álló betegeknél pedig fokozottan fontos a bőséges napi folyadékbevitel! Ha ez hiányzik a hólyag telődése a vese felől nagyon nehézkesen indul meg, a fenti előkészítés nem jár kielégítő eredménnyel.

Bármilyen kérdése felmerül a fentiekkel kapcsolatban, forduljon kezelőorvosához vagy a sugárterápiás részleg dolgozóihoz.