

Lantion sädehoidon haittavaikutukset

Sädehoidolla voi olla haittavaikutuksia, mutta ne ovat yleensä ohimeneviä ja harvoin vakavia. Haittavaikutukset voivat jatkua vielä hoidon loppumisen jälkeenkin. Noudata hoito-ohjeita niin kauan kuin sädehoidon haittavaikutukset jatkuvat.

Haittavaikutukset ovat hyvinkin yksilöllisiä ja ne riippuvat sädehoitoalueen laajuudesta sekä hoitoannoksesta.

Tavallisimpia haittavaikutuksia

Ilmavaivat ja ripuli

Vältä:

- ilmaa tuottavia ruoka-aineita, esim. kaalia, sipulia, herneitä, papuja, omenaa, paprikaa, ruisleipää ja voimakkaasti maustettuja ruokia
- alkoholia
- rasvaisia ja rasvassa paistettuja ruokia.

Suosi:

- tavallisen maidon sijasta suolistoa rauhoittavia, asidofilus-, ja gefilustuotteita tai maitohappobakteereja sisältäviä kapseleita
- usein pieniä aterioita
- keittämällä tai hauduttamalla kypsennettyä ruokaa.

Ilmavaivoja ja ripulia helpottavia lääkkeitä voit ostaa apteekista.

Ummetus

Runsas nesteiden juominen (2 litraa/vrk) pitää suoliston sisällön pehmeänä ja helpottaa ulostamista. Vaikka sädehoito saattaa muuttaa vatsan toimintaa, on hyvä, että vatsa toimii ainakin kerran vuorokaudessa. Jos vatsasi toimii harvemmin, ummetusta helpottavaa lääkettä voit ostaa apteekista.

Peräaukon ärtyminen

Ulostaminen voi olla kivuliasta peräaukon ärtymisen vuoksi. Kipuun voit käyttää sinulle sopivaa särkylääkettä. Peräpukamien hoitoon tarkoitettut voiteet ja puikot voivat auttaa. Näitä voit käyttää päivittäin sädehoidon jälkeen.

Iho-oireet

Sädehoidon aikana on hyvä pitää huoli hyvästä hygieniasta. Jos pakaravako on ärtynyt, suihkuttele pakaravako ja rasvaa sitä sädehoidon jälkeen maitomaisella ja hajustamattomalla perusvoiteella. Ihonhoidosta saat tarvittaessa erillisen ohjeen.

Virtsavaivat

Runsas nesteiden juominen on tärkeää. On hyvä juoda kaksi litraa päivässä. Neste huuhtoo virtsateitä ja vähentää kirvelyä virtsatessa. Tihentyneeseen virtsaamistarpeeseen ja virtsankirvelyyyn voit ottaa tavallista särkylääkettä.

Limakalvojen kuivuminen

Limakalvojen hoito-ohjeet saat lääkäriltä ja hoitajalta.

Sekselämä

Sädehoito lantion alueelle saattaa aiheuttaa ongelmia seksielämässä. Apua saat lääkäriltä ja seksuaalineuvojalta.

Väsymys

Sairauden aiheuttama huoli tulevaisuudesta ja päivittäiset hoidossa käynnit voivat aiheuttaa väsymystä. Myös haittavaikutukset voivat alentaa jaksamista.

Liikunta

Kevyt liikunta esim. ulkoilu on suositeltavaa, mutta kannattaa myös levätä riittävästi.

Muuta huomioitavaa

Sädehoidon aikana virtsarakossa tulisi olla virtsaa ja peräsuolen tulisi olla tyhjä

Satakunnan sairaanhoitopiiri • www.satasairaala.fi • Vaihde 02 627 71

Vaasan sairaanhoitopiiri • www.vaasankeskussairaala.fi • Vaihde 06 213 1111

Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri • www.vsshp.fi • Vaihde 02 313 0000