

Eturauhasen ja eturauhasen poistoalueen sädehoidon haittavaikutukset

Tärkeää sädehoidon toteutuksessa

Sädehoidossa virtsarakossa tulisi olla virtsaa ja peräsuolen tulisi olla tyhjä.

Virtsarakon täyttöohje

- virtsaa 1 tunti ennen hoitoa ja juo 2 lasillista vettä

tai vaihtoehtoisesti

- virtsaa 2 tuntia ennen hoitoa ja juo 1 lasillinen vettä

Ummetuksen hoito

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

Tavallisimpia haittavaikutuksia

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.

Virtsavaivat

Runsas nesteiden juominen on tärkeää (2 litraa/vrk). Neste huuhtoo virtsateitä ja vähentää kirvelyä virtsatessa. Tihentyneeseen virtsaamistarpeeseen ja virtsankirvelyyn voit ottaa tavallista särkylääkettä.

Sekselämä

Sädehoito eturauhasen alueelle saattaa vaikuttaa seksielämään. Esimerkiksi erektio-ongelmiin apua saat lääkäriltä ja seksuaalineuvojalta.

Ilmavaivat ja ripuli

Jos sinulla on ilmavaivoja ja ripulia:

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.

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. Sädehoidon aikana on hyvä pitää huoli hyvästä hygieniasta. Ihonhoidosta saat tarvittaessa erillisen ohjeen.

Väsymys

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

Liikunta

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