

## **Biverkningar av strålbehandling till gynekologisk cancer**

Strålbehandling kan orsaka biverkningar, men de är oftast övergående och sällan allvarliga. Biverkningarna kan hålla i sig också efter avslutad behandling. Följ vårdföreskrifterna så länge som biverkningarna håller i sig.

Det är väldigt individuellt vilka biverkningar man drabbas av och hur påtagliga de är, b.l.a. påverkar storleken på behandlingsområdet och stråldosen biverkningarnas omfattning.

### **De vanligaste biverkningarna**

#### **Gasbesvär och diarré**

**Om** du har gasbesvär och diarré:

Undvik:

- maträtter som ökar gasbildningen i magen, t.ex. kål, lök, ärter, bönor, äpple, paprika, rågbröd och starkt kryddad mat
- alkohol
- feta maträtter och mat stekt i fett

Rekommenderas:

- välj istället för vanlig mjölk, produkter som lugnar tarmen, t.ex. acidofilus-, och gefilusprodukter eller tillskott med mjölksyrabakterier
- ät ofta små portioner
- koka maten

Mediciner som hjälper mot gasbildning i magen och diarré kan köpas på apoteket.

#### **Förstoppning**

Genom att dricka rikligt med vätska (2 liter/dygn) hålls tarminnehållet mjukt vilket underlättar WC-besöken. Trots att strålbehandling kan orsaka förändringar i magens funktion så är det bra att magen fungerar minst en gång per dygn. Om magen fungerar mer sällan så kan medicin mot förstoppning köpas på apoteket.

#### **Urineringsbesvär**

Det är viktigt att dricka rikligt med vätska, 2 liter per dag. Vätska sköljer urinvägarna och lindrar sveda vid urinering. Vanliga värkmediciner kan hjälpa mot sveda och mot ökat urineringsbehov.

### **Irritation av hud- och slemhinnor**

Irritation av hud- och slemhinnor kan förebyggas och skötas genom att:

- hålla god hygien
- undvika spända, skavande kläder
- använda oparfymerade, mjölkaktiga bassalvor
- duscha vådområdet med ljummet vatten samt lufta det
- använda av läkaren rekommenderade vagitorium

Vid svåra symptom kan du använda dig av lugnande omslag och anti-inflammatoriska värkmediciner, som du får noggrannare anvisningar om.

### **Irritation vid ändtarmsöppningen**

Det kan vara smärtsamt att gå på WC om ändtarmsöppningen är irriterad. Smärtan kan lindras genom att ta för dig lämplig värkmedicin. Salvor och suppositorier avsedda för behandling av hemorrojder kan hjälpa och dessa kan användas dagligen efter strålbehandlingen.

### **Sexlivet**

Uttorkning av vaginans slemhinnor, domningar vid vaginalområdet och förträngning av vaginan påverkar ofta i praktiken sexuella funktioner, såsom samlag och onani. Sexuell olust är normalt under behandlingen. Under strålbehandlingsperioden får du besöka sexual rådgivarens mottagning.

### **Förträngning av vaginan**

Vaginans slemhinnor kan mista sin spänst och skapa ärrbildning, vilket kan orsaka förträngning av vaginan. Det här kan leda till smärtor i samband med samlag och försvåra såväl samlag som den gynekologiska undersökningen.

Förträngning av vaginan och minskad spänst kan förebyggas genom att förstora, dvs. dilatera vaginan regelbundet. Dilateringen kan påbörjas, när du fått lov av den skötande läkaren och anvisningar från sexual rådgivaren.

### **Trötthet**

Oron för framtiden som sjukdomen medför och de dagliga besöken till sjukhuset kan orsaka trötthet, men också biverkningarna kan göra att tröttheten är mera påtaglig.

## **Motion**

Lätt motion och att vistas utomhus i frisk luft är att föredra, men kom också ihåg att vila tillräckligt.

## **Övrigt**

Då strålbehandlingen ges bör det finnas urin i urinblåsan och tarmen bör vara tom.