

Denna anvisning är ämnad för våra patienter som är i ett vårdförhållande

Satakunta sjukvårdsdistrikt | Vasa sjukvårdsdistrikt | Egentliga Finlands sjukvårdsdistrikt

---

## Biverkningar av strålbehandling till buken

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

#### Illamående och sura uppstötningar

Strålbehandling till övre delen av buken orsakar ofta illamående. Därför rekommenderas det att man äter något litet salt mellanmål istället för att äta stora portioner precis innan behandlingen. Vid strålbehandling av magsäcken rekommenderas några timmars fasta före behandlingen.

Illamående kan förebyggas genom att:

- äta långsamt, små portioner åt gången och ofta
- dricka t.ex. kolsyrade drycker mellan måltiderna, istället för under måltiderna.
- undvik kaffe och alkohol
- äta kall mat som inte doftar så mycket
- undvik att själv laga mat och att vistas där det doftar mat
- äta i bra ventilerade rum
- vila efter måltid
- regelbundet ta de av läkaren utskrivna illamående och magskyddande medicinerna

#### Gasbesvär och diarré

Undvik:

- maträtter som ökar gasbildningen i magen, t.ex. kål, lök, ärter, bönor, äppel, paprika, rågbröd och stark kryddad mat.
- alkohol

- feta maträtter och mat stekt i fett

Rekommenderas:

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

Mediciner som hjälper mot luftbesvär och diarré kan köpas på apoteket.

### **Förstoppning**

Genom att dricka rikligt med vätska (1½-2 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.

### **Viktnedgång**

Illamående kan försvåra ätandet. Om du inte får i dig tillräckligt med föda och vikten rasar så ger skötarna råd om användning av näringstillskott. Produkterna innehåller rikligt med energi och födoämnen. Vid behov får du träffa en näringsterapeut.

### **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.

Satakunta sjukvårdsdistrikt • [www.satasairaala.fi](http://www.satasairaala.fi) • Växel 02 627 71

Vasa sjukvårdsdistrikt • [www.vasacentralsjukhus.fi](http://www.vasacentralsjukhus.fi) • Växel 06 213 1111

Egentliga Finlands sjukvårdsdistrikt • [www.vsshp.fi/sv](http://www.vsshp.fi/sv) • Växel 02 313 0000