

Radioteràpia de cap i coll

La Radioteràpia no et farà emetre radiacions
Pots estar amb altres persones sense perill

Tens programat un tractament amb Radioteràpia.

La Radioteràpia per al cap i el coll s'utilitza habitualment per tractar tumors en aquestes zones, com el càncer de laringe, faringe, cavitat oral, nasofaringe, o també per a tumors en les glàndules salivals o tiroides.

La radioteràpia s'orienta a les zones afectades pel tumor i a les àrees adjacents per eliminar les cèl·lules canceroses i prevenir la seva propagació.

COM HE DE VENIR PREPARAT/DA EL DIA DEL TRACTAMENT

Aplicació del tractament

- **Màscara termoplàstica:** Es crea una màscara personalitzada que s'utilitza per mantenir el cap i el coll completament immòbils durant les sessions. Això garanteix que la radiació s'aplica exactament en la zona prevista.
Durant cada sessió, la màscara pot causar una sensació d'opressió, que pot ser incòmoda però no impedeix la respiració.
- **Immobilitat i relaxació:** És crucial que romanguis totalment immòbil durant el tractament, però relaxat. La respiració ha de ser normal, tranquil·la i constant, intentant evitar tossir.
- **Durada curta:** Les sessions diàries duren només uns minuts i no causen dolor ni sensacions, més enllà dels sorolls típics de l'equip de Radioteràpia.
- **Control professional:** Durant tot el tractament, els/les professionals et vigilaran a través d'un monitor i un sistema de megafonia per garantir que tot vagi correctament.
- **Controls periòdics:** El primer dia i, potser, en altres dies, es duran a terme controls addicionals, com radiografies o comprovacions de mesures per assegurar la precisió del tractament.

QUINS EFECTES SECUNDARIS PUC TENIR

Els efectes secundaris poden variar depenent de la dosi de radiació i de la durada del tractament, però generalment es manifesten de forma progressiva al llarg de les setmanes de tractament.

Alteracions de la pell:

- **Envermelliment i irritació de la pell:** Envermelliment, irritació i inflor a la zona tractada similar a una cremada solar i pot empitjorar si no es cuida adequadament.
- **Edema i/o dolor de la zona irradiada:** Això pot generar una sensació de tensió o dolor lleu.
- **Picor o sequedat:** Pot aparèixer una sensació de picor o sequedat a la pell tractada, especialment a les zones sensibles, com les aixelles o engonals.
- **Tibantor:** Sensació tirant a la pell de la zona tractada.
- **Pigmentació:** La pell pot adquirir un to més fosc o desenvolupar taques
- **Pèrdua de cabell localitzada:** Es pot perdre cabell només en la zona irradiada.
- **Fibrosi i rigidesa:** Després del tractament, en alguns casos pot aparèixer fibrosi, una forma de cicatriçació dels teixits, que pot reduir la flexibilitat de la pell de la zona irradiada.

Alteracions bucals i dentals:

- **Mucositis:** La radiació pot causar inflamació i úlceres a les mucoses de la boca i la gola, fet que fa que menjar o parlar sigui dolorós.
- **Xerostomia (boca seca):** És molt comú perquè la radiació afecta les glàndules salivals, reduint la producció de saliva. Això pot afectar la capacitat per parlar, menjar i empassar.
- **Canvis en el gust:** La radiació pot alterar el sentit del gust, provocant que els aliments tinguin un gust estrany o desagradable, o fins i tot pèrdua temporal del gust.

Alteracions en la zona de la gola:

- **Dificultat per empassar:** La irritació de la gola o l'esòfag pot dificultar la deglució. Els aliments i begudes poden ser dolorosos de consumir, i pot ser necessari adaptar la dieta a líquids o aliments tous.
En ocasions cal complementar la dieta amb suplementos nutricionals i en casos extrems pot convenir posar una sonda per garantir una bona nutrició.
- **Dolor/Inflamació a la gola i laringe (laringitis):** La radiació pot causar inflamació de la gola, amb dolor intens, especialment al menjar o parlar i una sensació d'irritació constant a la gola.
- **Canvis en la veu:** Si la radioteràpia afecta la laringe, pot aparèixer ronquera o canvis en la veu. En alguns casos, pot ser difícil parlar, i la veu pot tornar a la normalitat un cop acabat el tractament, però en altres casos els canvis poden persistir.

Cansament (fatiga):

- La fatiga és un efecte secundari comú en persones sotmeses a Radioteràpia, especialment a mesura que avança el tractament. Aquesta sensació de cansament pot durar algunes setmanes després d'acabar el tractament.
- Els efectes són temporals i desapareixeran després del tractament.

QUÈ HE DE TENIR EN COMPTE EN EL MEU DOMICILI?

Cures de la pell:

- **Higiene diària:** Dutxa't cada dia amb sabó neutre, renta la zona de tractament amb les mans (sense esponja) i asseca-la amb pressions suaus i sense fricció.
- **Hidratació:** Hidrata la pell dues vegades al dia amb poca quantitat i ben estesa, evitant les hores prèvies al tractament.
- **Evita productes irritants:** No apliquis colònies, esparadraps ni productes amb alcohol, i el desodorant no ha de ser irritant. Ho pots aplicar en altres zones del cos on no es fa el tractament de Radioteràpia.
- **Depilació:** Evita afaitar la zona irradiada. Si t'has de depilar, és millor que utilitzis una màquina elèctrica i apliquis crema hidratant sense alcohol en comptes de loció de després de l'afaitat.
- **Roba adequada:** Utilitza roba de fibres naturals com cotó o seda. Evita les fibres sintètiques que poden irritar la pell.
- **Bany a la platja o piscina:** Consulta amb el/la metge/essa i/o infermer/a de la consulta abans de banyar-te.
- **Exposició al sol:** No exposis la zona tractada al sol.
- **Temperatura i fregaments:** Evita aplicar fred o calor a la zona de tractament i no et rasquis.

Alimentació:

- **Dieta equilibrada:** Has de mantenir una dieta variada proteica.
- **Evita aliments irritants:** No consumeixis aliments excessivament condimentats, molt freds o molt calents, així com begudes alcohòliques, amb gas ni tabac.
- **Aliments tous si hi ha dificultats per empassar:** Opta per aliments tous o triturats. Utilitza salses amb els aliments secs.
- **Hidratació:** Beu molts líquids sense gas, com aigua, brous o sucs.
- **Menja en petites quantitats:** Menja diverses vegades al dia petites quantitats en lloc de grans menjars.
- **Aliments nutritius:** Procura mantenir el pes i consumeix aliments nutritius per afavorir una recuperació més ràpida.

Descans:

- Evita esforços físics importants i descansa quan ho necessitis.

RECORDATORI

La Radioteràpia no et farà emetre radiacions. Pots estar amb altres persones sense perill.

En cas de dubtes, contacta amb el/la teu/va metge/essa o infermer/a de la consulta de Radioteràpia.