



Radioteràpia de la zona abdomino-pèlvica (pròstata)

Tens programat un tractament amb Radioteràpia.

La radioteràpia en la zona abdomino-pèlvica és habitualment utilitzada per tractar diversos tipus de càncer en aquesta àrea, inclòs el càncer de pròstata.

La radioteràpia implica dirigir radiació a la pròstata i a les àrees adjacents per eliminar les cèl·lules canceroses i prevenir la seva propagació. En aquest cas, la radioteràpia s'adapta a la zona i la natura del càncer.

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

COM HE DE VENIR PREPARAT EL DIA DEL TRACTAMENT

Aplicació del tractament

- **Posició a la llitera:** Et col·locaran en una posició determinada com la del TC de simulació prèvia, que es mantindrà durant cada sessió de tractament de Radioteràpia.
- **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 gastrointestinals:

- **Diarrea:** Un dels efectes més freqüents. La radiació pot afectar la mucosa intestinal, causant diarrees freqüents, líquides o amb urgència de defecar.
- **Sensació de plenitud o distensió abdominal:** Pot aparèixer una sensació de pesadesa o inflor a causa de la irritació dels òrgans digestius.
- **Còlics o dolor abdominal:** En alguns casos, la radiació pot provocar molèsties o dolor lleu a la zona abdominal.
- **Nàusees i vòmits:** Tot i que menys comuns en comparació amb la diarrea, poden ocórrer si es tracta una àrea que inclou part de l'intestí.



Alteracions urinàries:

- **Irritació de la bufeta (cistitis per radiació):** Poden aparèixer símptomes com dolor o coïssor al orinar, ganes freqüents d'orinar o dificultat per orinar.
- **Incontinència o urgència urinària:** La radiació pot afectar la capacitat de controlar la bufeta o provocar la necessitat urgent d'orinar.
- **Sang a l'orina (hematúria):** En alguns casos la radiació pot causar petites quantitats de sang a l'orina.

Alteracions rectals i anals:

- **Inflamació del recte (proctitis):** Inflamació del revestiment del recte, que pot provocar dolor o molèsties durant la defecació, així com sang a les femtes.
- **Hemorroides:** La radioteràpia pot agreujar les hemorroides preexistents o provocar la seva aparició, causant picor, dolor sagnat i/o expulsió de moc.
- **Dolor anal i irritació:** La zona anal pot inflamar-se o irritar-se, fent que la defecació sigui dolorosa.

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.

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.

Pèrdua de gana:

- La Radioteràpia a la zona abdominal o pèlvica pot causar pèrdua de gana, sensació de plenitud o aversió als aliments a causa de la irritació del sistema digestiu.
- 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:

- **Instruccions dietètiques:** Durant el tractament, se't proporcionaran pautes específiques sobre l'alimentació, especialment per reduir els efectes secundaris com la diarrea o la sensació de plenitud.
- **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.
- **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
- **Hidratació:** Beu molts líquids sense gas, com aigua, brous o suc.

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.