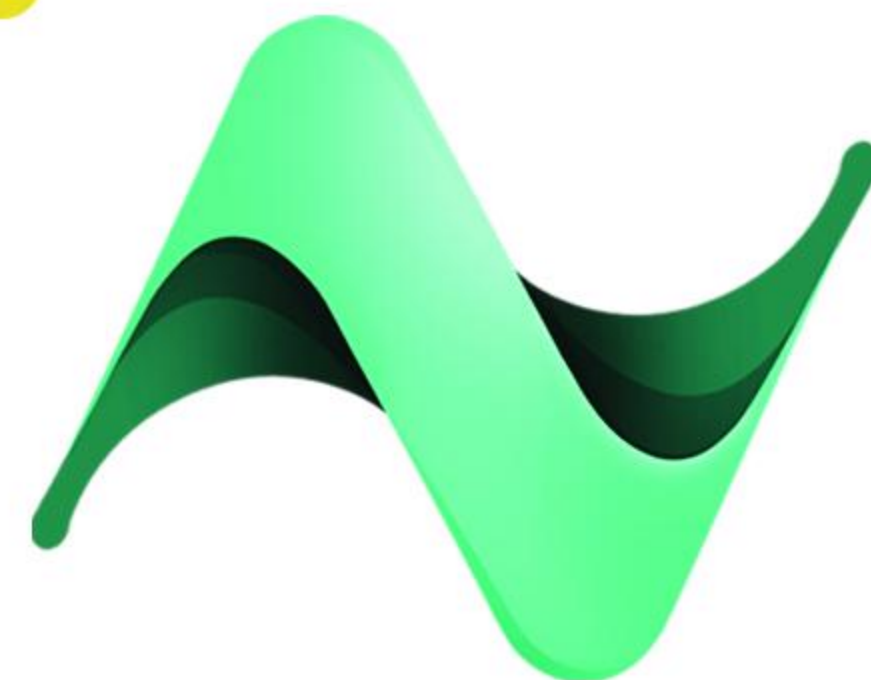




## مراقبت‌های پرتودرمانی پستان

اسفند ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: سالیانه



بیمارستان نیکان

NIKAN HOSPITAL | سپید | SEPID

تهیه شده در واحد آموزش سلامت و روابط عمومی

در مورد نحوه انجام فعالیت‌های روزمره در صورت مغایرت با دستورات فوق از فیزیوتراپیست خود راهنمایی بخواهید.

در صورت ایجاد ضایعه یا نیش زدگی و بریدگی ناحیه ضایعه را شسته و ضد عفونی نمایید و با یک بانداژ تمیز بپوشانید. در سوختگی و بریدگی‌های وسیع‌تر فوراً به پزشک متخصص مراجعه نموده تا برایتان آنتی بیوتیک و داروهای لازم را تجویز نماید. این ناحیه را در معرض آفتاب قرار ندهید و در صورت اجبار حتماً از لوسیون‌های ضد آفتاب استفاده نمایید. در هنگام نشستن یا خوابیدن سعی کنید دستتان تکیه گاه داشته باشد و از آویزان ماندن آن جلوگیری کنید.

فراموش نکنید که این توصیه‌ها نباید برای شما تداومی کند که دچار نقص عضو شده‌اید، شما می‌توانید کارهای سبک منزل از جمله گردگیری، مرتب کردن تختخواب، آشپزی و سایر کارهای منزل را با وضعیت مناسب دست انجام دهید تا اندازه‌ای که خسته نشوید.

پذیرش رادیوتراپی: ۲۹۱۲۵۸۸۰-۲۹۱۲۵۸۸۲

بیمارستان نیکان  
NIKAN HOSPITAL | سپید | SEPID

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی نیکان سپید

تهران، اتوبان شهید بابایی، بلوار بهار، خیابان لاله

[www.sepid.nikan.hospital](http://www.sepid.nikan.hospital)

تلفن: ۲۹۱۲۰۰۰۰۰ | [Sepidnikan-hospital](https://www.instagram.com/Sepidnikan-hospital)

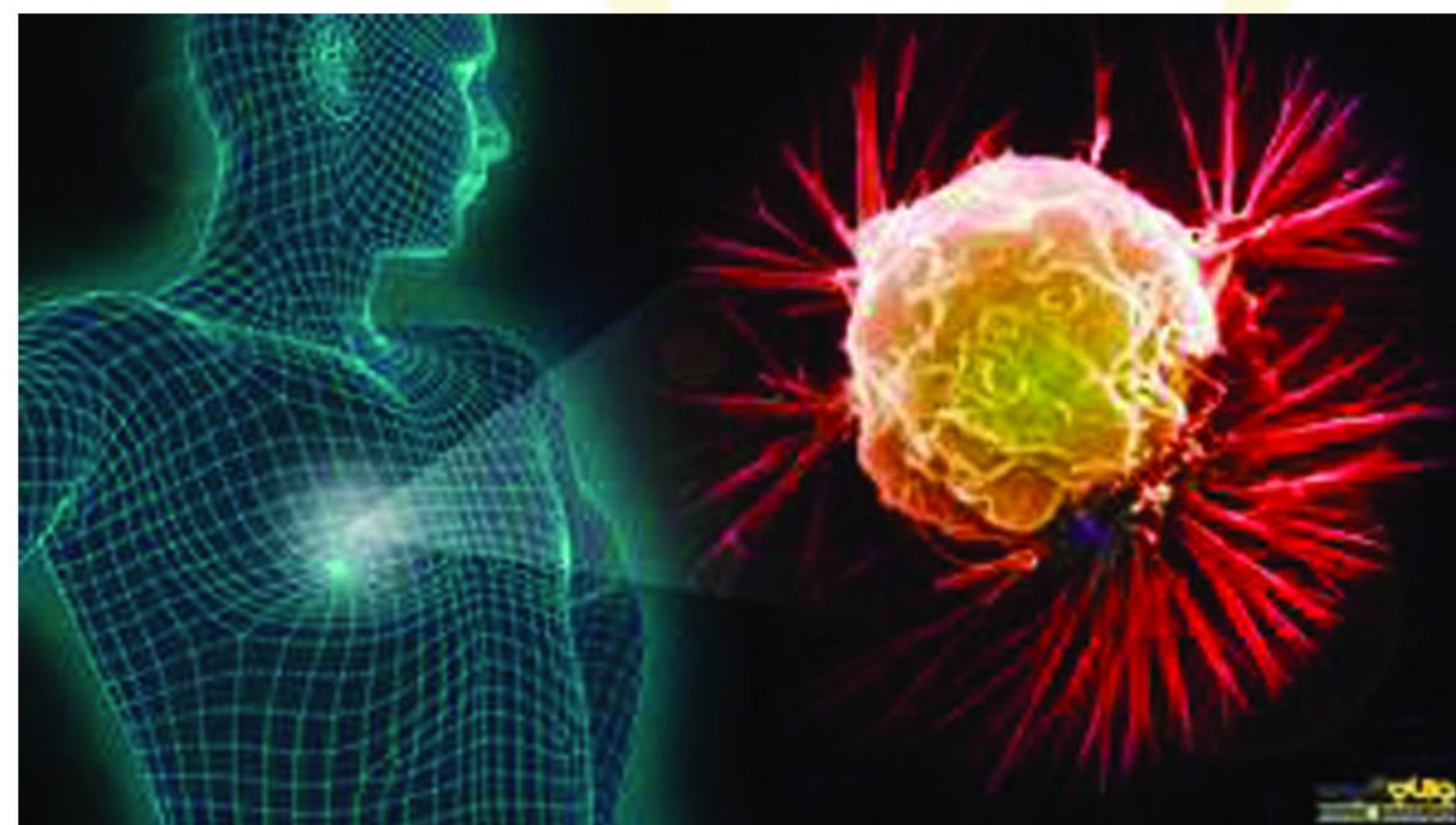
خلاصه‌ای از توصیه‌های فیزیوتراپی ذیلا ذکر می‌شود:

پیشگیری از بریدگی، خراشیدگی و یا هرگونه تحریک و فشار در دست و بازوی سمت پستان مبتلا استفاده از دستکش در هنگام نظافت منزل یا شستن ظروف عدم تزریق یا واکسیناسیون یا خونگیری در بازوی سمت مبتلا جلوگیری از ایجاد فشار و یا محکم بستن بازوی سمت ضایعه و عدم استفاده از آن بازو برای گرفتن فشار خون عدم استفاده از زیورآلات (ساعت مچی، انگو، انگشتر،...) و دستکش و لباس چسبان با آستین‌ها و یا حلقه آستین تنگ در هنگام جابجایی ظروف داغ از روی اجاق یا داخل فر حتماً از دستگیره‌های به شکل دستکش استفاده کنید. مراقب نیش زنبور و سایر حشرات باشید.

برای اصلاح زیر بغل طرف مبتلا از تیغ یا وسایل مشابه که سبب تحریک پوست می‌شود استفاده نکنید و ترجیحاً طوریکه تماس مستقیم با پوست نداشته باشد اینکار را انجام دهید مثلاً کوتاه کردن با قیچی. از اسپری، عطر، مام و دئودورانت در ناحیه زیر بغل استفاده ننمایید. از حمل اشیای سنگین بیش از دو الی سه کیلوگرم یا جابجایی و کشیدن اشیاء با دست طرف مبتلا خودداری کنید.

پرتو درمانی این ناحیه بسته به شرایط فیزیکی بدن بیمار از جمله چاقی، لاغری، سایز پستان، نوع و رنگ پوست و مرحله بیماری، نوع و روش درمان بطور کاملاً اختصاصی برای هر بیمار تعیین میشود. بر همین اساس عوارض در این ناحیه در هر بیمار می تواند متفاوت بروز کند. با توجه به ناحیه درمان و وجود چین خوردگیهای پوستی، در برخی از بیماران ممکن است سوختگیهای این ناحیه کمی شدیدتر بروز کند و مشابه سوختگیهای مرطوب، ایجاد تاول نماید برای پیشگیری از این موارد از پوشیدن پستان بندهای چسبان، کشدار، پلاستیکی، غیر نخی و ضخیم خودداری نمایید و سعی کنید از نوع نخی، آزاد و بدون کش و فنر ترجیحاً مدل خاصی که به صورت نیم تنه می باشد استفاده کنید و از تحریک آن نواحی با خاراندن، مالیدن، تماس مداوم با لباس یا رختخواب در موقع خواب و استفاده از لوسیون و کرم بدون تجویز پزشک پرهیزید.

در برخی از بیماران که ناحیه فوق ترقوه آنها نیز تحت تابشدهی می باشد ممکن است کمی اشکال در عمل بلع به صورت سوزش و گلو درد خفیف بروز کند. در این حالت همکاری در زمان تعیین وضعیت درمان و برگرداندن کامل صورت به طرف مقابل در حین درمان و سی تی سیمولیشن می تواند کمک کننده باشد. در صورت بروز این علامت کارشناس پرتو درمانی را مطلع نمایید تا تمهیداتی در این خصوص بکار گیرد. تغییر رنگ و سفتی و دردناک شدن ناحیه پستان یا بافت باقیمانده پستان نیز کاملاً طبیعی است که باید سعی کنید طوری بخواهید یا لباس بپوشید که این موضع را تحریک و این حالت را تشدید نکند. این تغییرات موقتی بوده و بعد از اتمام درمان متوقف و ۴-۲ ماه بعد از درمان به حالت طبیعی بر می گردد. در این رابطه با پزشک خود مشورت کنید تا در صورت نیاز داروی لازم برای شما تجویز شود



تشدید یا ایجاد درد در بازوی طرف پستان مبتلا ممکن است در حین جراحی، مجاری و غده های لنفاوی شما دستکاری یا برداشته شده باشند این امر خود باعث اختلالاتی در بازگشت و جریان طبیعی لنف می شود و آزادی حرکت بازوی شما را دچار محدودیت میکند یا اینکه باعث تورم و دردناک شدن آن می شود پرتو درمانی نیز با تاثیری که بر این عروق لنفاوی و سیستم حرکت آن میگذارد این عارضه را تشدید میکند. توصیه میشود حتماً پس از جراحی و قبل از شروع جلسات پرتو درمانی به آن دسته از متخصصین فیزیوتراپی که در این زمینه متبحر هستند مراجعه نمایید تا ضمن بررسی وضعیت بازوی شما، نرمشها و نکات لازم را به شما آموزش دهند و به شما راهکارهایی برای درمان، مقابله و مدارا با این عوارض را بیاموزند از به کار بستن توصیه های افراد غیر متخصص در این زمینه اکتفا خودداری نمایید زیرا می تواند عواقب جبران ناپذیری به دنبال داشته باشد. طی جلسات پرتو درمانی نیز نرمشها و توصیه های فیزیوتراپیست را می بایست با جدیت بکار بگیرید و پس از اتمام پرتو درمانی نیز مشاوره فیزیوتراپی و درمانهای فیزیوتراپی در صورت لزوم توصیه می شود.

بسیاری از این عوارض با اجرای تکنیکهای پیشرفته پرتو درمانی مانند: VMAT، IMRT که در بخش رادیوتراپی بیمارستان نیکان سپید قابل ارائه هستند به حداقل رسیده و یا ظاهر نمی شود