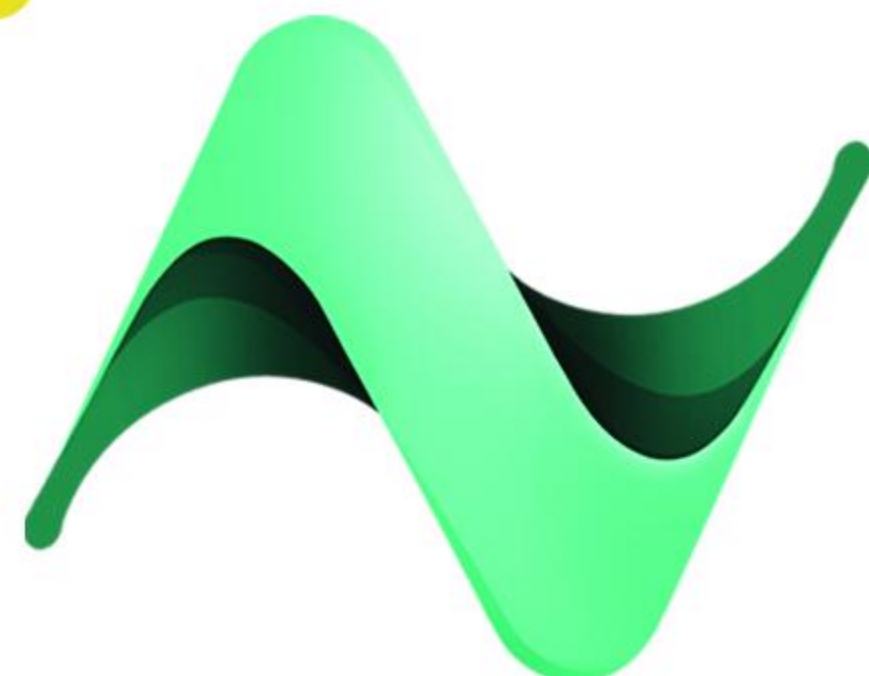




## رادیوتراپی چیست

باسفند ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: سالیانه



بیمارستان نیکان

NIKAN HOSPITAL | سپید | SEPID

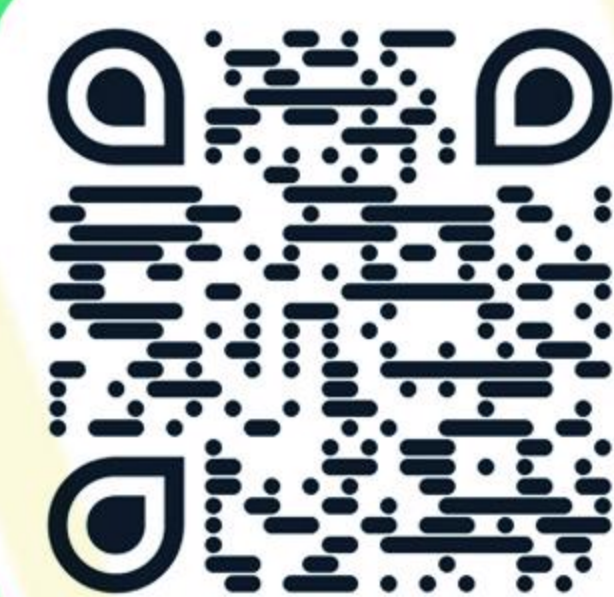
تهیه شده در واحد آموزش سلامت و روابط عمومی

پس از آماده شدن طرح درمان که از چند دقیقه تا چند روز می تواند به طول بی انجامد، مرحله اجرای درمان با دستگاه درمانی مربوطه آغاز می شود.

### نکات مهم

در طول دوره پرتو درمانی هیچگونه محدودیتی برای روابط اجتماعی و خانوادگی شما حتی در حیطه بغل کردن و بوسیدن و روابط زناشویی وجود ندارد و بدن شما پس از پرتو گیری هیچ پرتوی از خود ساطع نمی کند. رادیوتراپی و تابش پرتو هیچ درد، گرما و سوزش یا حسی در شما ایجاد نمی کند و هیچ چیزی در حین درمان احساس نخواهید کرد.

پذیرش رادیوتراپی: ۲۹۱۲۵۸۸۰-۲۹۱۲۵۸۸۲



برای نصب و عضویت اسکن کنید

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: ۲۹۱۲۰۰۰۰ | [Sepidnikan-hospital](https://www.instagram.com/Sepidnikan-hospital)

### مراحل پرتو درمانی

پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی پس از معاینات بالینی و بررسی شرح حال و نتایج بررسی های تشخیصی لازم، پرتو درمانی را در صورت صلاح دید تجویز می نماید. تشخیص لزوم پرتو درمانی، زمان، نحوه و میزان پرتو دهی در تخصص پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی می باشد.

### علامت گذاری ها برای چیست؟

در شروع پرتو درمانی، برای تایید نحوه و محل درمان تعیین شده، روی پوست شما علامت گذاری شده یا برچسب های مخصوص چسبانده می شود و ممکن است گاهی چند نقطه روی پوست شما به طور کاملا سطحی خالکوبی گردد. تمامی این نشانه گذاری ها برای افزایش دقت و صحت درمان شماست و توصیه می شود از جابجا شدن، پر رنگ کردن و دستکاری آن ها اکیدا خودداری فرمایید. در صورت هرگونه کمرنگ شدن یا جابجایی آن ها، پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی و کارشناسان پرتو درمانی را مطلع سازید.

مرحله بعدی پس از علامت گذاری، سیمولیشن یاسی تی سیمولیشن می باشد که از بیمار در حالت و وضعیت لازم برای اجرای درمان، کلیشه رادیوگرافی یاسی تی تهیه می گردد تا براساس این تصاویر، فیزیسیست ها با نظر و تایید پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی ناحیه درمان را مشخص و طرح پرتو درمانی را تعیین نمایند.

## رادیوتراپی (پرتو درمانی) چیست؟

رادیوتراپی بکارگیری پرتوهای یونیزان (ایکس، گاما، الکترون و...) با هدف از بین بردن سلول های بدخیم و جلوگیری از انتشار آنها و در برخی موارد برای درمان توده های خوش خیم، با کمترین آسیب رسانی به بافت های سالم اطراف تومور می باشد. این روش درمانی ممکن است برای درمان بیماری شما به تنهایی و به عنوان درمان اصلی یا جهت تکمیل سایر روش های درمانی قبل از عمل جراحی برای کاهش حجم تومور (بعد از جراحی) برای پاکسازی ناحیه و حاشیه جراحی یا از بین بردن بقایای تومور بکار رود. علاوه بر این پرتودرمانی می تواند همزمان، قبل یا بعد از شیمی درمانی نیز بعنوان درمان اصلی یا مکمل برای شما توصیه گردد.

## انواع رادیوتراپی (رادیوتراپی خارجی)

شامل دو مرحله می باشد:

مرحله اول: تنظیم وضعیت و استقرار بیمار برای اجرای طرح درمان (طرح درمان توسط متخصص فیزیک پزشکی طرح درمان دو بعدی و سه بعدی را براساس تصاویر سیمولیشن یا سی تی سیمولار MRI ، PET SCAN و سایر روش های تشخیصی .. انجام می شود)

مرحله دوم: تنظیم شرایط و وضعیت دستگاه و تابش دهی در این روش بیمار در فاصله معین از دستگاه پرتوزا روی تخت درمان در وضعیت خاصی قرار می گیرد و می بایست چند دقیقه در طول تابش دهی بی حرکت باقی بماند البته عمل بلع و نفس کشیدن آرام و طبیعی مانعی ندارد. دستگاه ها بسته به نوع آنها در حین یا ابتدای تابش دهی ممکن است صداهای عجیب و ناهنجاری ایجاد کند که نباید باعث نگرانی شود.

وضعیت بیمار در حین درمان از مانیتور توسط دوربین های مداربسته تعبیه شده در داخل اتاق درمان به دقت توسط کارشناسان پرتودرمانی کنترل می شود و در صورت لزوم می توانند از طریق بلندگو با بیمار صحبت کنند .

## (رادیوتراپی داخلی یا براکی تراپی)

این روش به دو صورت کاشت داخل نسجی یا داخل حفره ای انجام میگردد که در هر دو حالت مجاری خاصی که اپلیکاتور نام دارد در داخل نسج تومور یا نزدیکی آن یا داخل حفرات طبیعی بدن تحت بیهوشی یا بدون بیهوشی قرار داده می شود و پس از اطمینان از صحت و موقعیت قرارگیری با سی تی یا سمولیشن و تهیه طرح درمان و محاسبات درمانی توسط متخصصین فیزیک و تایید پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی، مواد رادیواکتیو که غالباً به شکل دانه یا سیم می باشند، از طریق کانال های دستگاه براکی تراپی مطابق با طرح درمان و محاسبات، وارد اپلیکاتورها شده و بیمار را براساس محاسبات، در زمان و شرایط لازم پرتو دهی می نمایند پس از آن مواد رادیواکتیو به طور اتوماتیک از بدن بیمار خارج و بیمار بدون هیچگونه خطر آلودگی ترخیص میگردد. این دوروش رادیوتراپی در بعضی از بیماری ها به صورت مکمل هم بکار می رود ولی در بعضی موارد ممکن است فقط برای بیمار رادیوتراپی خارجی یا داخلی به تنهایی تجویز گردد. با توجه به اینکه این تصمیم گیری در مورد هر بیمار متفاوت می باشد .

## اعضای تیم درمان

### پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی

درمان، نوع و میزان پرتو را به تناسب نوع بیماری شما بطور اختصاصی تجویز می نماید. و مسئولیت تایید و تعیین طرح و روش درمان، میزان پرتو، تعداد متوالی جلسات و کنترل پروسه درمانی با ایشان است. همچنین ویزیت بیماران حین درمان، بررسی وضعیت بیمار از نظر تحمل درمان، مدیریت عوارض درمان یا تغییر برنامه درمانی و پیگیری های بعد از درمان را به عهده دارد. به همین دلیل بعد از اتمام جلسات پرتو درمانی حتماً در فواصل معین به متخصص رادیوتراپی انکولوژی مراجعه می شود تا از لحاظ عود، پیشرفت، کنترل بیماری و سایر درمان ها و بررسی های لازم تشخیصی، برای شما اقدامات لازم صورت گیرد.

### فیزیسیست یا متخصص فیزیک پزشکی (رادیوتراپی)

فیزیسیست طرح درمان دو بعدی و سه بعدی را با استفاده از نرم افزار های پیشرفته براساس تصاویر سی تی سیمولار سیمولیشن یا سی تی سیمولیشن MRI ، PET SCAN و سایر روش های تشخیصی با دقت و مهارت تهیه و شرایط دستگاه و درمان را بطور اختصاصی حالت پرتورسانی به محل ضایعه برای هر بیمار محاسبه و تعیین می کنند و پس از تایید نهایی پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی به کارشناسان پرتودرمانی ارجاع می نمایند. و همچنین فیزیسیست ها در قبل و حین پرتو درمانی از ابزار خاص برای کنترل و اندازه گیری دوز پرتو درمانی به منظور دقت و صحت اجرای درمان استفاده می کنند.

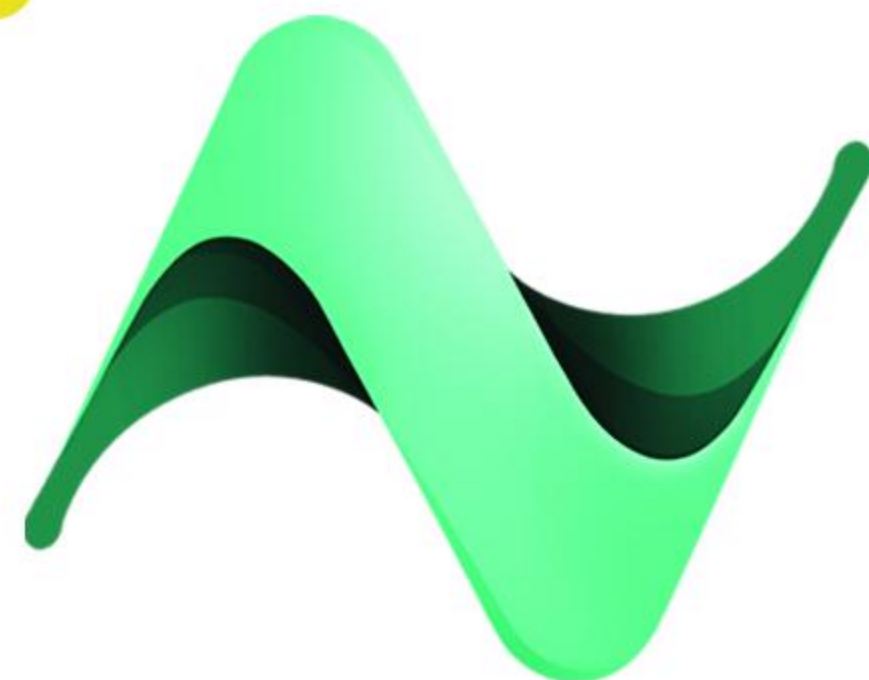


ضمنا قدم زدن و تحرک نیز عامل مهمی در رفع یبوست مزاج است سعی کنید از نوشیدن مایعات با حجم بالا در ساعات اولیه صبح و با معده خالی اجتناب کنید. مواد محرک مثل قهوه و شکلات نیز برای برخی افراد تحریک کننده است و توصیه می شود هر بیمار بسته به عادات و حساسیت های غذایی از مواردی که مشکلات گوارشی اش را تشدید می کند اجتناب نماید. در ساعات شب نیز به جهت جلوگیری از بازگشت اسید به مری و کمک به رفع دردهای شبانه معده بهتر است زیر سر خود دو یا سه بالش قرار دهید طوری که زاویه بالا تنه شما با تخت حدود ۴۵ درجه باشد و ضمنا سعی کنید فاصله صرف آخرین وعده غذا را با خواب طوری تنظیم نمایید که کمتر از یکی الی دو ساعت نباشد و ترجیحاً از موادی که زودتر هضم می شوند، در وعده شام استفاده نمائید. در طول روز نیز پس از صرف میان وعده ها ترجیحا سعی کنید دراز نکشید

## تغذیه در پرتودرمانی شکم و معده

اسفند ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: سالیانه



بیمارستان نیکان  
NIKAN HOSPITAL  
سپید | SEPID

تهیه شده در واحد آموزش سلامت و روابط عمومی

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)

## چند پیشنهاد برای وعده های غذایی

صبحانه

ترکیبات مختلف غلات نان به همراه شیر، پنیر، ماست، کره، خامه و عسل پوره سیب زمینی، هویج و کدو، مخلوط نموده و در صورت تمایل تخم مرغ پخته شده را نیز با آن مخلوط کنید. مخلوطی از شیر، خامه یا ماست با میوه تازه قطعات پرتقال، سیب، موز، توت فرنگی و آناناس، انبه، هلو و ... که در مخلوط کن نرم شده است. ساندویچ هایی حاوی پنیر، گوشت، قارچ، مرغ و سبزیجات پخته یا خام

سایر وعده های غذایی

گوشت یا حبوبات که به خوبی پخته یا کباب شده اند با کمی کره و چند قطره آب لیمو ترش تازه، به همراه پوره میوه جات و سبزیجات تازه یا پخته سیب زمینی به همراه حبوبات، تن ماهی، فیله مرغ یا ماهی با چند قطره لیمو ترش تازه یا رب انار طبیعی و حلقه های پیاز و گوجه فرنگی ماکارونی پخته شده با گوشت چرخ کرده یا قطعه های مرغ تفت داده شده با سس سفید مخلوط با خامه یا عصاره گوجه فرنگی تازه در صورتیکه بی اشتهایی شما باعث یبوست شود سعی کنید از غذاهای پر فیبر و میوه جات و سبزیجات استفاده کنید و آب زیاد بنوشید و در غذاهای مصرفی آلو و برگه ی زرد آلو بگنجانید.

مهمترین عارضه شایع و آزاردهنده در این منطقه تهوع و استفراغ است. برای رفع یا کاهش این حالت نکات زیر توصیه می شود:

وعده های غذایی سبک و متعدد را جایگزین سه وعده غذایی پر حجم معمول نمایید. به این صورت که سعی کنید چندین میان وعده در بین روز مصرف نمایید. مصرف مایعات، نیم تا یک ساعت قبل یا بعد از غذای می تواند کمک کننده باشد ولی در حین غذا ترجیحاً مایعات ننوشید. از مصرف غذاهای محرک، پر ادویه، سرخ شده، چرب و دیر هضم پرهیزید. غذاهای کم حجم و پرکالری و نسبتاً خشک از نوع کبابی و عصاره های غلیظ گوشت با پوره سبزیجات مثل کدو، هویج و سیب زمینی با چند قطره آب لیموی تازه توصیه مناسبی برای غذاهای شماست. بر خلاف تصور عموم، مصرف سوپ و غذاهای پر حجم و کم کالری مشابه آن توصیه نمی شود. مگر آنکه غلیظ تهیه شده و مواد پر کالری به آن اضافه گردد.

غذاهای داغ یا پر عطر و بو می تواند این حالت شما را تشدید کند. در این حالت می توانید پس از کمی سرد شدن غذایتان را میل کنید و چاشنی های پر عطر و بو، به غذایتان اضافه نکنید.

حتماً میان وعده های پرکالری و کم حجم میل کنید. مانند مخلوط میوه جات خام یا پخته با ماست پر چرب، شیر یا بستنی، پودینگ میوه جات و فرنی میوه ای یا دسر های میوه ای که با میوه تازه تهیه شده است با اضافه کمی خامه، یک ورق نان تست شده با یک لایه پنیر یا کره یا عسل یا مربا یا کاهو و گوجه و خیار تازه، ژله با کیک و خامه، کیک تهیه شده در منزل همراه با آب میوه تازه و کمی پاستا یا ماکارونی همراه با خامه یا سس سفید میان وعده مناسبی است. در صورتیکه مشکل شما تهوع صبحگاهی است سعی کنید کمی در هوای آزاد قدم بزنید و با آرامش نفس های عمیق بکشید و یک ساعت پس از برخاستن از رختخواب، اولین وعده غذایی را میل کنید. ترجیحاً فاصله آخرین وعده غذایی تان با زمان پرتو درمانی حداقل یک ساعت باشد تا در زمان پرتوگیری، معده شما پر نباشد. در این صورت عوارض مربوطه کاهش می یابد. خوردن غذاهایی که دوست دارید و حضور در جمع عزیزان و دوستان می تواند این حالت را بهبود دهد. رعایت بهداشت دهان و دندان و شستشوی مرتب دهان با آب یا ۲ تا ۳ بار در روز با سرم شستشو می تواند حالت تهوع را کاهش و میل به غذا را افزایش دهد. آبنبات های خوش طعم و گیاهی یا قرص نعنائی در صورت تمایل می تواند کمک کننده باشد.

مصرف آبنبات های ترش و محرک و کلاً مکیدن آب نبات میتواند باعث تشدید زخم های مخاط دهان شود، هنگامی که احساس تهوع دارید به آهستگی ترجیحاً در هوای آزاد قدم بزنید و چند نفس عمیق بکشید و روی فعالیت یا فکر مطلوبی تمرکز کنید تا ذهنتان منحرف گردد.

همصحبتی با نزدیکان، شنیدن موسیقی، تماشای برنامه و فیلم های شاد و مورد علاقه و تنوع شرایط محیط و تغذیه طوریکه سبب عدم تمرکز شما بر حالت تهوع شود، می تواند از احساس تهوع بکاهد.

در صورتیکه زخم یا مشکلات دهان دارید می توانید از آب لیمو ترش تازه، آبغوره و غذاهای ترش استفاده کنید.

حالت تهوع و استفراغ مسلماً اشتها را میکاهد؛ برای افزایش اشتها در این حالت:

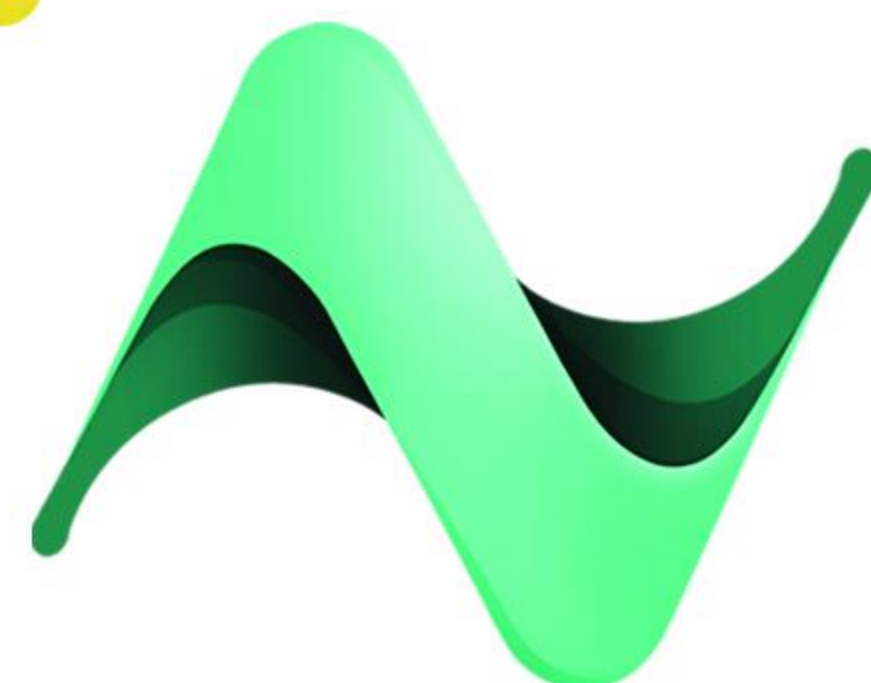
می توانید در جمع دوستان و محیط های شاد و مفرح با دکوراسیون و فضای مطلوب غذا میل کنید. غذای روزانه را در وعده های متعدد ولی در حجم کمتر و با تنوع بیشتر و متفاوت با رژیم غذایی معمول میل کنید. علاوه بر قدم زدن در فضای سبز و آزاد، رفتن به محیط های سرگرم کننده می تواند مفید باشد. لباس های (مخصوصاً لباس زیر) آزاد، نرم و نخی بپوشید



## 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 ذیلاً ذکر می‌شود:

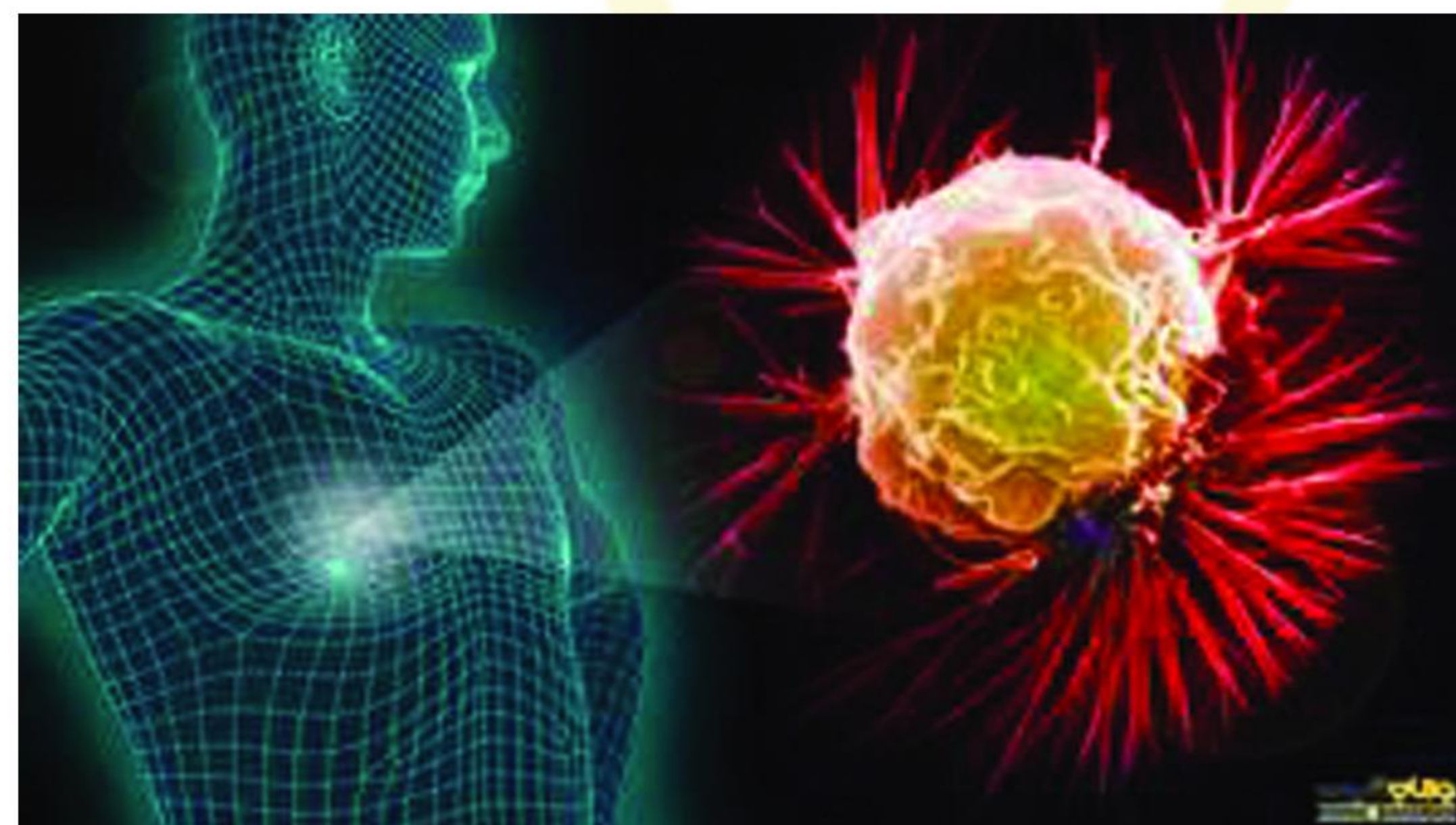
پیشگیری از بریدگی، خراشیدگی و یا هرگونه تحریک و فشار در دست و بازوی سمت پستان مبتلا استفاده از دستکش در هنگام نظافت منزل یا شستن ظروف عدم تزریق یا واکسیناسیون یا خونگیری در بازوی سمت مبتلا جلوگیری از ایجاد فشار و یا محکم بستن بازوی سمت ضایعه و عدم استفاده از آن بازو برای گرفتن فشار خون عدم استفاده از 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.

## عوارض خاص پرتو درمانی پستان

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.

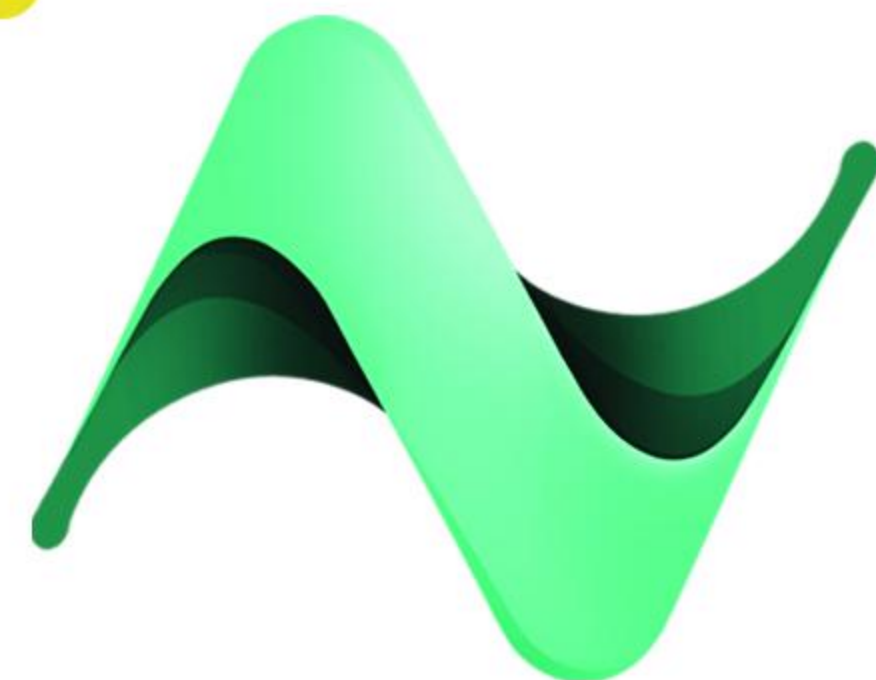
بسیاری از این عوارض با اجرای تکنیکهای پیشرفته پرتو درمانی مانند: VMAT، IMRT که در بخش رادیوتراپی بیمارستان نیکان سپید قابل ارائه هستند به حداقل رسیده و یا ظاهر نمی شود



## عوارض پرتو درمانی درمان لگن

اسفند ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: سالیانه



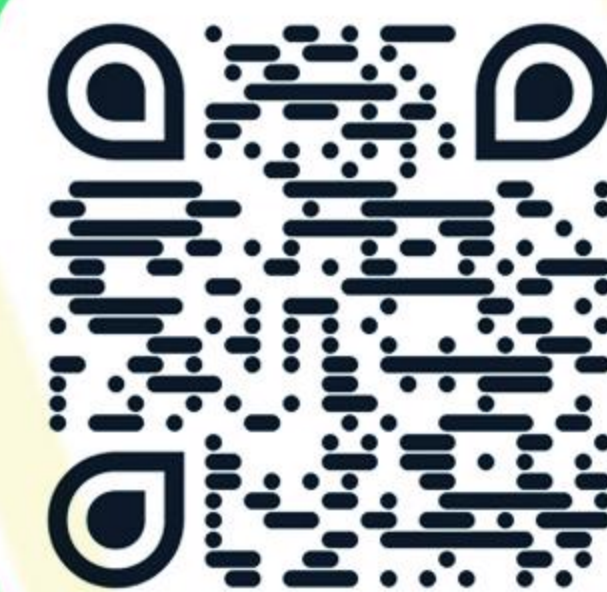
بیمارستان نیکان

NIKAN HOSPITAL | سپید | SEPID

تهیه شده در واحد آموزش سلامت و روابط عمومی

در مورد بانوان ممکن است عوارض پرتو درمانی و التهابات مخاط واژن یا سایر نواحی مجاور باعث ابتلا به عفونت یا آلودگی قارچی ناحیه تناسلی گشته و سبب خارش یا سوزش در آن منطقه شود، که می بایست این مسئله را با پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی در میان بگذارید تا جهت رفع آن داروهای مناسب را تجویز و توصیه های لازم را بنماید. به خاطر داشته باشید برای درمان هر کدام از عوارض رادیوتراپی یا مشکلات در ناحیه درمان فقط به پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی مراجعه نمایید. مراجعه و توصیه سایر پزشکان به دلیل عدم تسلط کامل به شرایط و تاثیرات پرتو درمانی گاهی ممکن است تداخلاتی در درمان ایجاد نموده و حتی عوارض را تشدید نماید.

پذیرش رادیوتراپی: ۲۹۱۲۵۸۸۰-۲۹۱۲۵۸۸۲



برای نصب و عضویت اسکن کنید

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

= مواد فیبردار و مسهل مثل سبزیجات و یا خشکبار) از جمله آلو، آلوچه، لواشک و موارد مشابه... (و همچنین مواد پر چرب را حذف نمایید. سعی کنید برای تامین مایعات بدن از آب یا پوره میوه هایی

مثل هویج یا موز و سیب استفاده نمایید، سایر میوه ها را نیز به صورت بخار پز بخورید و ترجیحاً میوه جات و سبزیهای خام مصرف ننمایید. در طول درمان لازم است بیش از حالت معمول بهداشت فردی را رعایت نمایید علاوه بر اینکه لازم است لباس زیر نخی، گشاد و آزاد بپوشید. توصیه می شود لباس زیر خود را روزانه دو بار عوض کنید و آنها را با صابون مایع بدون بو و اسانس و یا پودر صابون بچه بشویید و در هوای آزاد خشک نموده و قبل از پوشیدن اتو کنید. در فصول گرم سال پیشنهاد می شود خانمها بیشتر از دامن و پیراهنهای گشاد و آقایان از شلوارهای آزاد، نخی و کتانی استفاده نمایند و در فصول سرد نیز ضمن رعایت این نکته بهتر است لباسهایی انتخاب نمایید که لایه های زیرین نخی یا کتانی دارند و یا اینکه زیر لباسهای بافت ختمای لباس نخی آزاد بپوشید طوری که از تماس مستقیم این لباسها با نواحی آسیب دیده و در حال درمان جلوگیری شود. شستشوی روزانه این نواحی با آب ولرم و پس از اجابت مزاج و یا دفع ادرار به آرامی و بدون تحریک مستقیم مانعی ندارد

در درمان ناحیه لگن با توجه به اینکه بر اساس طرح درمان، احتمال قرارگیری مثنانه و روده بزرگ در مسیر تابش وجود دارد، عوارض مرتبط با این ناحیه ممکن است رخ دهد، که این عوارض شامل موارد ذیل می باشد.

### سوزش و تکرر ادرار

که متعاقب پرتوگیری مثنانه و التهاب مثنانه پیش می آید. در این حالت توصیه می شود مایعات فراوان بنوشید تا از تشدید التهاب جلوگیری شود و اگر علائم آن شما را آزار می داد با پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی مشورت نمایید تا در صورت لزوم برای تسکین علائم، داروهای لازم را تجویز نماید. اسهال، شقاق و در پی آن خونریزی از مقعد (ر صورت داشتن سابقه هموروئید و شقاق): یکی دیگر از عوارض شایع در این منطقه است، این عارضه در پی تابش گیری انتهای روده بزرگ و التهاب روده و مخاط آن ایجاد می شود. در این حالت توصیه می شود از خوردن میوه و سبزیجات خام و غذاهای پرچرب و محرک اجتناب نموده و از نان سفید، نان سوخاری، برنج، ماست، تخم مرغ، سیب زمینی آب پز، مرغ و ماهی در رژیم غذایی خود استفاده کنید. برای جبران مایعات از دست رفته در این حالت می بایست مصرف مایعاتی مثل آب سیب، آب گوشت، چای کمرنگ و دوغ را افزایش داد. (ترجیحاً مایعات طبیعی به جای نوشیدنی های صنعتی استفاده نمایید) در برخی از طرح های درمان بهتر است هنگام پرتودرمانی در هر جلسه با مصرف زیاد مایعات با مثنانه پر درمان شوید.

در این مورد از پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی قبل از سیمولیشن سؤال کنید و در هر جلسه درمانی سعی کنید مثنانه تان در همان وضعیت باشد. در صورت ایجاد شقاق، درد و سوزش در ناحیه مقعد استفاده از لگن آب گرم بتادین کمک کننده می باشد. (آب گرم طوریکه داغ نباشد با ۲-۳ قاشق بتادین ترکیب شود و مدت ۱۰ الی ۱۵ دقیقه، ۲ تا ۳ بار در روز در آن نشسته و پس از آن موضع را به نرمی، کاملاً خشک کنید. (سوختگی های ناحیه لگن و محل چین خوردگی های این ناحیه یکی دیگر از عوارض آزار دهنده ای است که ممکن است برای برخی از بیماران بسته به ناحیه و طرح درمان پیش آید. در این صورت سعی کنید لباسهای زیر نخی و آزاد بپوشید. از پوشیدن لباسهای غیر نخی و چسبان در این ناحیه خودداری نمایید. سعی کنید طوری لباس بپوشید که تعریق و تحریک در این ناحیه کمتر باشد

از استفاده کرم و لوسیون یا پماد بدون نظر پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی خودداری نموده و در صورت تجویز پماد یا کرم توسط پزشک حتماً زمان مصرف آن را طوری تنظیم نمایید که تا موقع جلسه بعدی پرتودرمانی، کاملاً جذب شده و بقایای آن روی پوستتان باقی نمانده باشد. شستشوی این ناحیه نیز می بایست با احتیاط و رعایت نکات شستشوی ارائه شده در دستورالعمل کلی شستشوی ناحیه درمان انجام گیرد. در صورت لزوم شستشو با محلول های خاص، پزشک معالج دستورالعمل آن را برایتان شرح خواهد داد.

بخاطر داشته باشید هرگونه تحریک پوست و تماس دست یا لباس با نواحی تحت درمان در منطقه لگن و ناحیه تناسلی میتواند سبب بدتر شدن عوارض سوختگی آن قسمت گردد. لذا هرگونه شستشوی این ناحیه را بطور محدود و حتی المقدور بدون تماس دست با جریان ملایم آب ولرم انجام دهید و ترجیحاً تا حد امکان از مواد شوینده و محلولهای شستشوی حاوی اسانس یا مواد محرک استفاده ننمایید و همچنین برای اصلاح این نواحی به هیچ وجه تیغ بکار نبرید. در صورت تشدید عوارض پوستی در هنگام نشستن روی تیوپهای مخصوص بنشینید) این تیوپها را می توانید از داروخانه ها تهیه نمایید) تا مانع تماس مستقیم پوست این نواحی با سطوح گردد. نظر به حساسیت پوست این مناطق سعی کنید همیشه در وضعیتی قرار گیرید تا از چین خوردگی پوست این

قسمتها کاسته شود و لایه های پوستی روی هم قرار نگیرند تا سوختگی ها شدیدتر نشده و زودتر ترمیم گردند. ایجاد

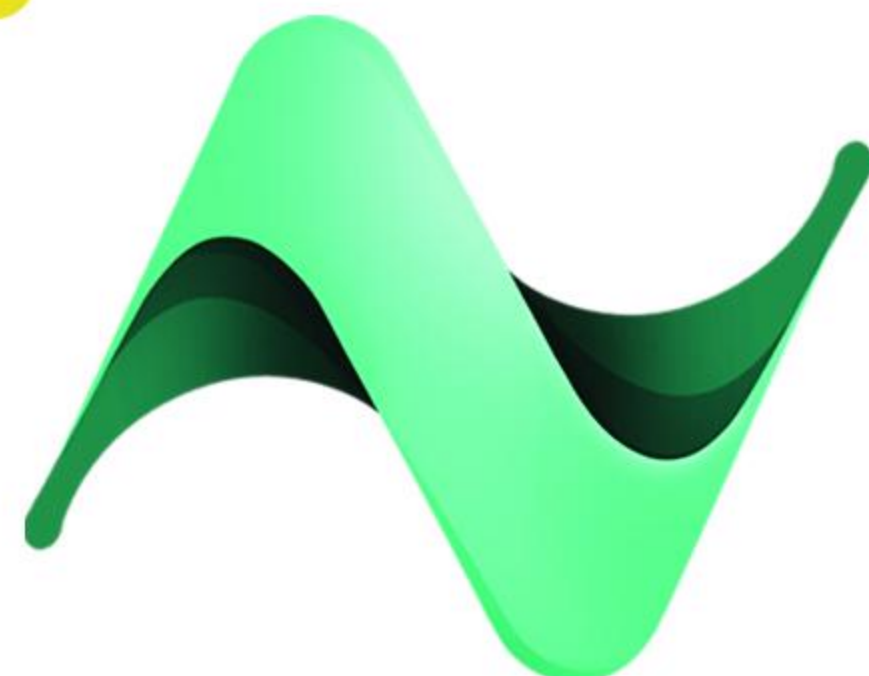
اسهال نیز به نوبه خود می تواند باعث تشدید سوزش ناحیه مقعد گردد. به همین دلیل بهتر است از رژیم غذایی خود



## رادیوتراپی سر و گردن

بهمن ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: سالیانه

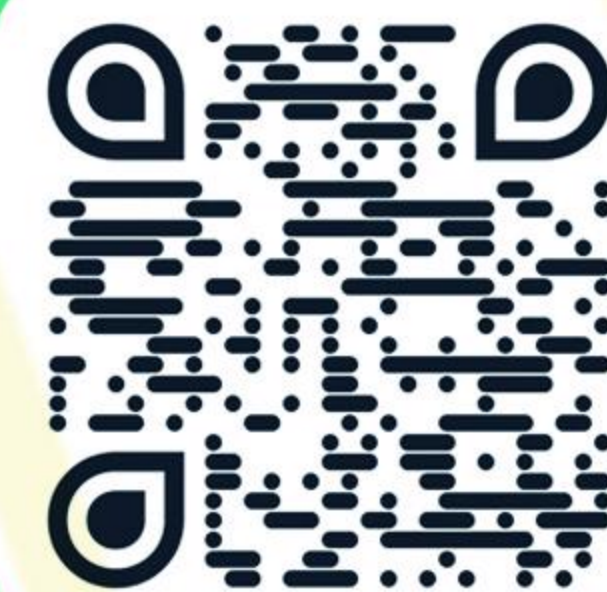


بیمارستان نیکان

NIKAN HOSPITAL | سپید | SEPID

تهیه شده در واحد آموزش سلامت و روابط عمومی

در مواردی که غدد بزاقی، صورت، دهان و چانه در ناحیه درمان باشند عارضه خشکی دهان بروز می نماید که توصیه های ابتدای این بروشور در کاهش این قبیل مشکلات راهنمایی های لازم را به شما ارائه می دهد. در بعضی از موارد خشکی دهان پس از درمان نیز ادامه خواهد یافت که در این باره می توانید توضیحات و اطلاعات لازم را از پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی بخواهید. در پایان قابل ذکر است بسیاری از این عوارض با اجرای تکنیک های پیشرفته پرتودرمانی مانند: VMAT، IMRT که در بخش رادیوتراپی بیمارستان نیکان سپید قابل ارائه هستند به حداقل رسیده و یا ظاهر نمی شود پذیرش رادیوتراپی: ۰۲۹۱۲۵۸۸۰-۰۲۹۱۲۵۸۸۲



برای نصب و عضویت اسکن کنید

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: ۰۲۹۱۲۰۰۰۰۰ | Sepidnikan-hospital

از اصلاح موهای سر و صورت با تیغ جدا خودداری نموده و در صورت لزوم با اجازه پزشک معالج ترجیحاً قبل یا اوایل درمان با ماشین محل مربوطه را اصلاح نمایید. از استفاده هرگونه کرم معمولی و لوسیون های بعد از اصلاح After shave و دئودرانت اجتناب نمایید در صورت درمان ناحیه سر ممکن است سردرد ایجاد و یا سردرد قبلی تشدید گردد لذا بدون نگرانی در ارتباط با بروز سردرد و حالت تهوع یا تشدید علائم قبلی، پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی را در جریان بگذارید اگر گوش شما در منطقه پرتودرمانی باشد ممکن است التهاب و سوختگی مجرای گوش باعث مشکلاتی در گوش شما گردد. در صورت تابش گیری چشم و محدوده آن، احتمال بروز خشکی، التهاب یا عفونت چشم وجود خواهد داشت و همچنین در مواردی که پرتورسانی به ناحیه بینی صورت گیرد مجاری آن ممکن است دچار خشکی و التهاب گردد که در صورت مشاهده هر کدام از این علائم توصیه می شود پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی را در جریان بگذارید تا جهت رفع آن و تجویز داروهای مناسب اقدام نماید

عوارض خاص پرتو درمانی سر، صورت و گردن از مهمترین عوارض خاص این ناحیه خشکی دهان و التهاب مخاط دهانی است. عوارضی از قبیل آفت یا زخم های دهانی، عفونت، التهاب لثه و بافت نرم دهان یا ضایعات قارچی داخل مخاط دهان نیز متعاقب پرتو درمانی این ناحیه ممکن است بروز کند. نکات زیر را جهت تحمل آسان تر یا تسکین و درمان ضایعات رعایت فرمایید: حتماً قبل از شروع جلسات رادیوتراپی به دندانپزشک مراجعه نمایید تا مشکلات دهان و دندان شما کامل درمان و برطرف گردد و در حین درمان تشدید نگردد. به خاطر داشته باشید که حداقل ۶ ماه پس از پایان رادیوتراپی دندانها و لثه در قسمتی که تحت تابش بوده است نباید تحت جراحی یا ترمیم دندانپزشکی که باعث خونریزی و زخم شود قرار گیرد. در صورت لزوم حتماً با پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی یا متخصص دهان و دندان مشورت نمایید. در صورت استفاده از نخ دندان به آرامی نخ را لابلای دندانهایتان بکشید تا خراش و زخمی ایجاد نکند. از مسواک نرم استفاده کنید، از خمیر دندانهای حاوی فلوراید و فاقد مواد ساینده و اسانسها و افزودنی های محرک و تند استفاده کنید.

از دهانشویه های حاوی الکل و رایج بازار استفاده ننمایید، چون مخاط دهان را خشک می نماید. در مورد انتخاب دهانشویه های تایید شده با پزشک معالجتان مشورت کنید. دهانتان را مکرر و فراوان با آب شستشو دهید و روزانه ۲ تا ۳ بار از محلول شستشوی نرمالسالین استفاده کنید. در صورتیکه از دندان مصنوعی استفاده می کنید حتماً قبل از درمان یا سی تی سیمولیشن و ساخت قالب و همچنین حین درمان در کلیه جلسات رادیوتراپی، آنها را از دهان خارج سازید. ممکن است در حین رادیوتراپی، دندانهای مصنوعی تان به علت تورم لثه ها به خوبی در جا قرار نگیرند در این صورت سعی کنید تا حد امکان از دندانهای مصنوعیتان کمتر استفاده کنید. قبل و بعد از استفاده، دندانهایتان را با محلولهای مخصوص شستشو دهید تا باعث انتقال آلودگی به محوطه دهان شما نشوند. از مصرف غذاهای خشک و سفت یا ادویه و چاشنیهای تحریک کننده تا حد امکان خودداری نمایید.

سعی کنید از خوراکی هایی که نیاز به مکیدن دارد استفاده ننمایید. از آدامس های بدون اسانس های تند و افزودنی های محرک استفاده ننمایید. از غذاهای نرم و صاف شده استفاده کنید مانند: بستنی، دسرهای به شکل کرم میوه یا وانیلی، میوه های نرم، کمپوت خانگی، پوره سیب زمینی با کره، پوره سبزیجات مثل هویج و کدو، تخم مرغ آب پز با کره و سوپ غلیظ شده با عصاره گوشت یا خامه و میکس شده با گوشت و سبزیجات پخته، غذاهایی که حالت خشک دارند را همراه با کره، خامه یا سس بدون چاشنی استفاده ننمایید. از مصرف مواد غذایی محرک، غذاهای ترش مانند سرکه و آب لیموی ترش به تنهایی و بطور محسوس؛ خصوصاً آب میوه های صنعتی و غذاهای شور و تند خودداری نمایید. به دفعات مایعات فراوان بنوشید. اگر خشکی لب شما را آزار میدهد در صورتیکه لبهایتان در ناحیه درمان نباشد. می توانید روی لب از پماد ویتامین A استفاده کنید ولی اگر لبهایتان در منطقه درمان قرار دارد حتماً قبل از مصرف هرگونه پماد یا کرم با پزشک متخصص رادیوتراپی انکولوژی مشورت کنید اگر خواستید از پماد ویتامین A چشمی استفاده کنید، می توانید بلافاصله پس از پرتو درمانی و حداقل چند ساعت قبل از پرتو درمانی بعدی استفاده ننمایید. به طوریکه در هنگام مراجعه برای پرتو درمانی کاملاً جذب شده باشد تا سبب آسیب بیشتر نگردد.

