

Poučení pro pacienty léčené zářením v oblasti hlavy a krku

Vážená paní, vážený pane,

při první návštěvě našeho oddělení absolvujete zaměření (lokalizaci) se zhotovením fixační masky na simulátoru a na výpočetním tomografu (CT). Fixační maska se přiloží vždy jen na dobu nezbytně nutnou k ozáření (řádově minuty), aby se zabezpečila přesná a pokaždé stejná poloha hlavy a tím se předešlo poškození citlivých orgánů v okolí, kterými jsou především mícha a oči (proto nebudete mít zakreslení značek pro nastavení ozařovacích polí na kůži, ale na masce).

Již před zahájením záření je vhodné odstranit zubní kazy či celé zuby poškozené zubním kazem. Důležité je dodržovat během léčby správnou životosprávu, to znamená nekouřit (ani cigarety, ani doutníky či jinak aplikovat další druhy tabáku). Nepít alkohol (ani pivo, či vinné střiky), jíst pestrou stravu dostatečně bohatou na energii, bílkoviny, vitamíny a minerály. Vhodné je také vyloučit či omezit dráždivá jídla (kyselá a kořeněná jídla) a také tvrdá jídla (ořechy, chipsy, suchary ...). Dbejte na pravidelný a dostatečný pitný režim (voda, čaje, mléko, minerálky, polévky ...). Je možné vyplachovat ústa roztokem řepíku, šalvějí či například Tantum verde nebo cucat pastilky Imudon či Septisan. K čištění zubů jsou vhodné měkké zubní kartáčky a nedráždivé zubní pasty, zuby je vhodné čistit 2 - 3x denně i v době ozařování. Lze pokračovat i v používání zubní nitě, která by měla být voskovaná.

Oděv by neměl nikde tláčit, obzvláště ne v ozařované oblasti. Není vhodné, aby ozařovaná kůže přicházela do styku s umělohmotnými textilními látkami a aby na ni byl aplikován parfém - to by mohlo vést ke zvýšenému podráždění a tím zhoršení kožní reakce. Kůži neškrábejte, ani nepotírejte pudrem, naopak je vhodné oplachování kůže a mírné promašťování kůže nedráždivým krémem či masťou (např. Calcium pantothenicum) po ozáření. Před ozářením by kůže měla být čistá a suchá - promaštění krémem před ozářením by mohlo zvýšit kožní reakci. Nelepte na ozařovanou kůži náplasti. Sprchování či mytí vodou z vodovodu je nezávadné a z mýdel či sprchových gelů jsou vhodné nedráždivé neparfémované výrobky. K holení je vhodnější používat elektrický strojek než žiletku. Rozvine-li se časná poradiační reakce, neholte kůži vůbec, ani nedeplujte danou oblast. Jdete-li na přímé slunce, chraňte ozařovanou kůži oděvem (klobouk, šátek ...) či ochranným slunečním krémem.

Před zářením v oblasti hlavy a krku odložte náušnice, řetízky a piercing v dané lokalitě. Mnohdy je nutné také odstranit sundávací zubní protézu na dobu plánování léčby a během záření. Není vhodné, aby v ozařované oblasti byla kovová tracheostomická kanyla, a proto je třeba ji po dobu záření odstranit či vyměnit za kanylu plastovou.

Které vedlejší účinky léčby můžete očekávat?

K následujícím reakcím může dojít, ale také nemusí. Mezi časné reakce, k nimž většinou dochází od konce 2. týdne či začátku 3. týdne ozařování, patří:

1. únava a slabost: může se vyskytnout několik hodin po ozáření jako celková tělesná reakce a nejlepší je na chvíli si odpočinout - poležet či posedět. Příčinou však může být i snížený počet červených krvinek, proto svého lékaře na případnou únavu upozorněte.
2. snížení či ztráta chuti k jídlu, změna vnímání chuti až úplná ztráta rozpoznání chuti jídla
3. bolesti sliznice v ústech a tvorba povláčků či puchýřků - je třeba lékaře vždy upozornit, může se jednat také o infekci - je vhodné upravit stravu (polévky, kaše,

jogurty, smetana, vše ostatní je možné rozmixovat) - lékař Vám předepíše na určitou dobu léky tlumící bolest (kapky, tablety, čípky či náplasti)

4. potíže při polykání - bolestivé a zhoršené polykání
5. suchost v ústech, hustší sliny
6. kožní reakce - začervenání nebo zhnědnutí kůže, vzácně vyrážka či vznik puchýřků (podobně jako po oslunění)
7. trvalá zástava růstu vousů v ozářené oblasti, jsou-li v ozářené oblasti vlasy, pak i vlasů
8. snížení hmotnosti v důsledku nechutenství a omezeného příjmu potravy pro bolestivé polykání
9. chrapot

Časná poradiační reakce odeznívá během 2 - 4 týdnů po ukončení záření a za 3 - 6 měsíců může dojít k tzv. pozdním poradiačním reakcím:

1. otok kůže (typicky pod bradou a na přední straně krku)
2. sucho v ústech v důsledku snížení funkce slinných žláz - následkem může být zvýšená kazivost zubů
3. chrapot až ztráta hlasu
4. některé velmi vzácné komplikace jako poškození zraku a míchy

Je-li současně podávána chemoterapie, pak mohou nastat i další vedlejší účinky:

1. nevolnost a zvracení - existuje řada léků proti nevolnosti, které Vám ošetřující lékař předepíše
2. průjem
3. dočasné vypadání vlasů
4. změny v krevním obraze

Případné nežádoucí účinky sdělte svému ošetřujícímu lékaři při pravidelných týdenních kontrolách.