

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ

**О РАДИОТЕРАПИИ ОРГАНОВ МАЛОГО ТАЗА,
ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ,
ПРЯМОЙ КИШКИ.**

О РАДИОТЕРАПИИ

Для лечения опухоли с помощью радиотерапии используют мощное радиоактивное излучение. Радиотерапия убивает пораженные клетки, затрудняя их размножение. После этого ваше тело сможет естественным путем избавиться от этих поврежденных клеток. Радиотерапия также влияет на нормальные клетки, но они, в отличие от поврежденных опухолью, могут самостоятельно восстанавливаться.

Количество полученного облучения называется дозой и измеряется в грях (Гр). Доза облучения при разных типах лучевой терапии назначается индивидуально с учётом многих факторов — особенностей как самого заболевания (вид, стадия, локализация), так и пациента.

Лучевая терапия проводится только при наличии показаний в результате взвешенного решения. При этом специалисты всегда руководствуются важной целью — оказать наилучшую помощь пациенту в лечении его заболевания. Обязательно оцениваются риски и выгоды, устанавливается соотношение пользы и вреда от облучения.

Во время наружной дистанционной радиотерапии аппарат направляет пучки излучения непосредственно на опухоль. Пучок проходит сквозь тело пациента и уничтожает поврежденные клетки на своем пути. Вы не увидите и не почувствуете радиацию.

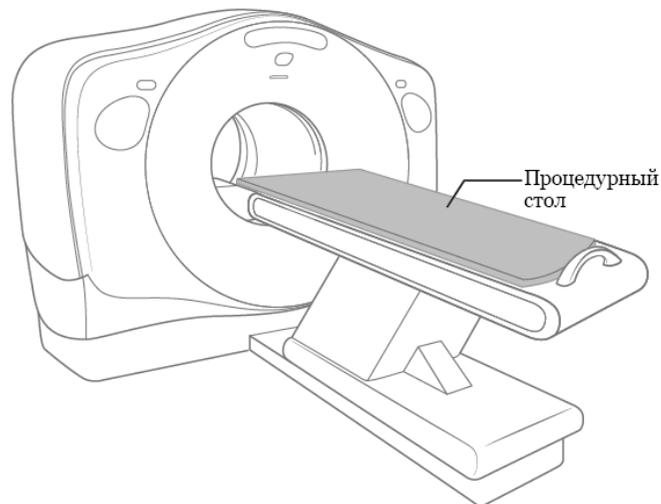
Ваша роль

- вовремя приезжать на приемы; если вы пациент стационара, то приходите на лечение по вызову постовой медсестры;
- задавать вопросы и говорить о том, что вас беспокоит.
- сообщать лечащему врачу о возникших побочных эффектах;
- сообщать о возникающих болевых ощущениях;
- ухаживать за собой дома, как указано ниже:
- соблюдать рекомендации врача.

Как проходит дистанционная лучевая терапия?

Этап подготовки

Дистанционная лучевая терапия — это длительный курс лечения, состоящий из отдельных сеансов. Продолжается, как правило, от 4 до 8 недель. Лечение проходит на специальном аппарате, похожем на компьютерный томограф.



КОМПЬЮТЕРНЫЙ ТОМОГРАФ

Основная цель этапа предлучевой подготовки — сделать КТ-изображение для планирования лечения. Важно, чтобы КТ выполнялось в условиях, максимально идентичных тем, которые будут на каждом последующем сеансе.

Такими условиями являются:

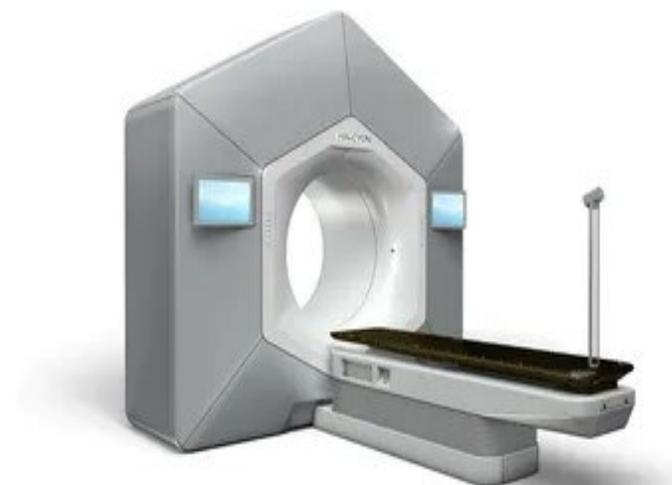
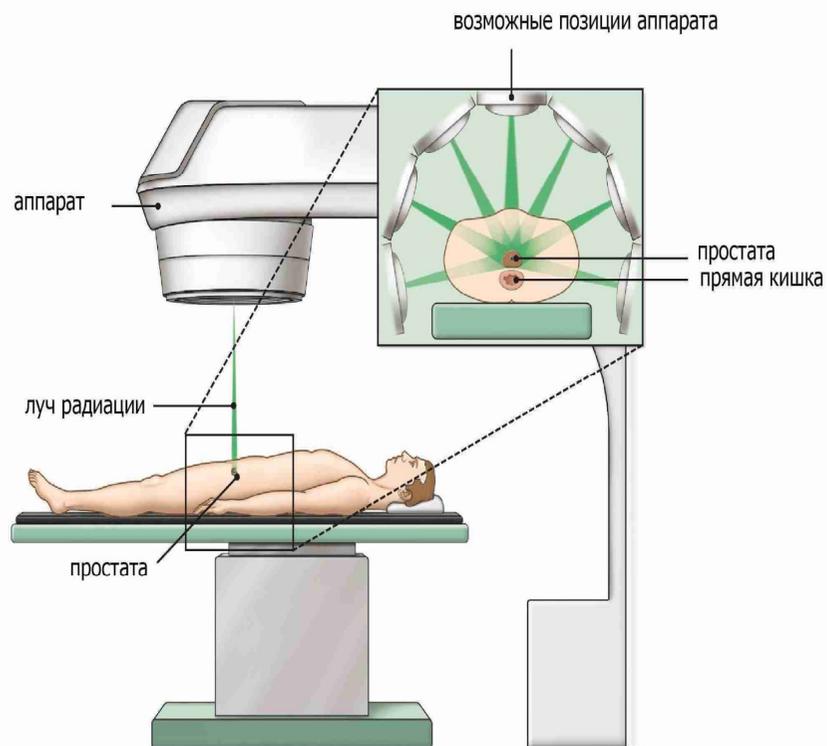
- Положение каждой части тела пациента. Как правило, пациент лежит на спине. Для придания комфортного и воспроизводимого в дальнейшем положения используются дополнительные приспособления, например, подставка под колени.
- Расположение внутренних органов. Единственный способ повлиять на расположение, окружающих простату, органов — регулировать их наполненность.
- Мочевой пузырь должен быть умеренно наполнен, для этого за 30-40 минут до процедуры нужно выпить около 400-500 мл воды. Наполненный мочевой пузырь растягивается, и его стенка, прилегающая к простате, получает меньшую дозу облучения.
- Прямая кишка, наоборот, должна быть опустошена — утром до процедуры рекомендуется сходить в туалет или сделать микроклизму. В результате кишка будет находиться далеко от предстательной железы и тоже получит меньшую дозу радиации.

После укладки пациента на столе аппарата КТ, врач маркером наносит на коже несколько меток (как правило, три креста) — на животе и боковых поверхностях туловища. По ним врач будет ориентироваться во время следующих сеансов для воссоздания такого же положения тела относительно стола. Точное облучение опухоли возможно только при точной укладке на каждом сеансе. **Поэтому крайне важно сохранять метки видимыми в течение всего курса терапии.**

Лечащий врач может попросить подрисовывать метки самостоятельно и следить за их сохранностью, особенно во время купания.

Далее Радиотерапевт вам назначит дату начала лечения, как правило, через 1-3 дня. Это время нужно для разработки плана лучевой терапии. Радиотерапевт, в команде с медицинскими физиками и рентгенологами, определит точные границы, куда будет направлена максимальная доза, время облучения, углы, под которыми излучение будет воздействовать на опухоль, и другие характеристики.

Как проходит дистанционная лучевая терапия? Этап лечения.



Лечение проводится на специальных аппаратах, которые формируют пучки излучения по направлению к опухоли. Обычно сеансы проводятся с понедельника по пятницу. Длительность курса зависит от конкретной ситуации и составляет от 5 до 40 сеансов.

Перед каждым сеансом следует выполнять те же процедуры, что и перед этапом подготовки (опорожнение кишечника и наполнение мочевого пузыря).

На первом сеансе и в дальнейшем в период всего курса лечения, вас будут укладывать на процедурном столе по меткам на теле. Облучение длится несколько минут (как правило, от 5 до 15 минут). Все, что требуется от пациента — сохранять неподвижность, не делать слишком глубоких вдохов/выдохов и не задерживать дыхание. Во время лечения воздействие излучения никак не ощущается. Медперсонал контролирует весь процесс из соседней комнаты (пультовой).

После окончания сеанса **НЕЛЬЗЯ** самостоятельно вставать с процедурного стола, необходимо дождаться какой-либо команды-разрешения от медицинского персонала!

Некоторые пациенты считают, что, получая курс лучевой терапии, в организме накапливается радиация и ее надо выводить какими-либо продуктами питания, либо лекарственными препаратами. Это ошибочное суждение.

Ни вы, ни ваша одежда не станут радиоактивными вовремя или после лечения. Вам не опасно находиться рядом с другими людьми.

После завершения курса, радиотерапевт даст рекомендации по дальнейшей тактике наблюдения и лечения.

ТУАЛЕТ КОЖИ

Кожу зоны облучения разрешается мыть только теплой водой. Не используйте гели, мыло, спреи, лосьоны и другие средства, содержащие спирт. **ВАЖНО СОХРАНЯТЬ МЕТКИ (КРЕСТИКИ), БЕЗ НИХ ТЕХНИЧЕСКИ НЕВОЗМОЖЕН СЕАНС ЛЕЧЕНИЯ!!!!**

Рекомендации

При появлении покраснения кожи – смазывать поля облучения 3-4 раза в день. Кремы порекомендует врач.

Перед лечением на коже не должно быть крема и мази!!! Перед лечением кожа должна быть чистой и сухой.

Какие органы могут повреждаться во время лучевой терапии?

Эффект лучевой терапии (уничтожение и повреждение клеток) проявляется только в зоне воздействия и не распространяется по всему организму или в отдельные отдаленные органы. При опухоли предстательной железы зоной воздействия является малый таз, в котором, помимо простаты с семенными пузырьками, расположены прямая кишка и мочевого пузырь. Именно эти два органа наиболее подвержены риску повреждения

Подготовка кишечника

Каждый раз перед сеансами радиотерапии вам нужно будет опорожнять кишечник. Это называется подготовкой кишечника. Подготовка кишечника помогает снизить риск возникновения побочных эффектов, сводя к минимуму количество излучения, которое получают близлежащие здоровые ткани. Во время радиотерапии в кишечнике могут скапливаться газы и жидкость, что вызывает вздутие живота. При вздутии кишечник может увеличиться в размерах, оказаться в области лечения и подвергнуться излучению. Это может вызвать новые побочные эффекты или усугубить существующие.

Как облучение может повлиять на кишечник?

Излучение может повреждать стенку кишечника, а точнее — прямой кишки. Это может привести к отшелушиванию клеток кишечника, развитию местного воспаления, нарушению кровоснабжения. Такое состояние может развиваться в процессе или после окончания лечения и называется лучевой проктит. Проявляется лучевой проктит следующими симптомами:

- диарея — частый жидкий стул;
- боли в области прямой кишки;
- болезненные позывы на дефекацию;
- выделение слизи из анального канала;
- при более значительном повреждении — выделение крови из анального канала;
- через несколько месяцев или лет после окончания лечения могут беспокоить запоры.

Лечение лучевых проктитов включает медикаментозную терапию и здоровое питание. Рекомендуется придерживаться диеты с щадящей пищей. Для снижения воспаления врач может назначить ректальные свечи. При болевом синдроме возможно использование обезболивающих препаратов. При поносах и запорах эффективны противодиарейные и слабительные средства соответственно.

Для профилактики лучевого проктита вовремя и 2 недели после лучевой терапии в прямую кишку, по рекомендации врача, можно ставить метилурациловые свечи или свечи с облепиховым маслом (1-2 раза в день).

Рекомендации по рациону питания

Рацион должен быть умеренно калорийным. В процессе лечения не рекомендуется худеть или набирать вес!

Предпочтительно частое и дробное питание до 5-6 раз в день. За сутки следует пить 1,5-2 литра жидкости. Пища должна быть отварная, тушеная или приготовленная на пару. Избегайте приема пищи незадолго до сеанса лучевой терапии.

Стоит исключить или ограничить:

- продукты из кукурузы и овса, хлебобулочные изделия из пшеницы, черный хлеб;
- фрукты: яблоки, вишню, груши, персики, абрикосы, сливы, виноград, мандарины;
- овощи: спаржу, артишок, лук, чеснок, горох, бобы, фасоль, чечевицу, грибы, цветную капусту, белокочанную капусту, огурцы;
- злаки: пшеницу, рожь, ячмень;
- молоко и молочные продукты: йогурт, мороженое, мягкие сыры, сметану, сливки;
- газировку и газированные напитки, например квас, кумыс, тан и т.д.;
- алкоголь;

- соленое, острое, копченое, жирное, жареное, маринованное;
- жирные сорта мяса, сало, сливочное масло.

При вздутии живота ведите дневник питания, чтобы понять, какие продукты его вызывают. Записывайте все употребленные продукты и напитки, время приема пищи и время, когда появилось чувство вздутия.

Разрешенные продукты:

- бульоны на основе постного мяса или мяса курицы, супов на их основе. Разрешено постное мясо (телятина, говядина) и мясо индейки, курицы, кролика приготовленные на пару или в отварном виде. В рацион может включаться нежирная отварная рыба (окунь, треска, судак, щука), яйца куриные в виде парового омлета или сваренные всмятку, масло растительное, сухари из пшеничной муки или подсушенный хлеб;
- из овощей: вареный картофель, свекла, морковь, тыква, кабачки, укроп, петрушка, лавровый лист, тмин;
- разрешены бананы;
- слизистые или протертые каши: манка, гречка, рис, овсянка;
- из молочных продуктов допускается употребление протертого творога, не жирного кефира, простокваши;
- питьевой режим поддерживается включением в рацион негазированной питьевой водой, чая (зеленого, травяного), шиповника.

Запрещается:

- курение, алкоголь;
- посещать бани, сауны, солярий, принимать горячие водные процедуры и загорать;
- ставить грелки, банки и горчичники, компрессы и растирания;
- использовать раздражающие мази и медикаменты (йод, спирт, скипидар);
- принимать физиотерапевтические процедуры (диатермия, ультрафиолет, инфракрасное излучение);
- старайтесь не травмировать кожу;
- избегайте прямых солнечных лучей.

Как облучение может повлиять на мочевой пузырь?

Излучение может повреждать стенку мочевого пузыря и приводить к такому состоянию, как лучевой цистит. Так называют воспаление стенок мочевого пузыря, возникающее в процессе лечения или после его окончания. Проявляется лучевой цистит следующими симптомами:

- Задержка мочеиспускания — невозможность полностью опорожнить мочевой пузырь. После мочеиспускания остается ощущение наполненности мочевого пузыря.
- Учащение мочеиспускания.
- Недержание мочи — неспособность контролировать вытекание мочи из мочевого пузыря.
- Рези при мочеиспускании, появление крови в моче — нечастое осложнение, указывающее на более выраженное повреждение стенки мочевого пузыря.

О СИМПТОМАХ СООБЩАЙТЕ ЛЕЧАЩЕМУ ВРАЧУ. ЭТО ВАЖНО!

Лечение лучевого цистита включает медикаментозную терапию. При выраженном болевом синдроме, врач посоветует спазмолитические и обезболивающие средства. При учащении мочеиспускания назначит препараты, купирующие позывы.

Профилактика осложнений со стороны мочевого пузыря включает умеренное его наполнение до начала лечения. Для профилактики лучевого цистита с первых дней лечения и в течении 1 месяца после лучевой терапии необходимо пить урологические сборы (или урологические чаи), клюквенный морс.

ЕСЛИ НЕ БЫЛО МОЧЕИСПУСКАНИЯ БОЛЕЕ 8 ЧАСОВ И ПАЦИЕНТ НЕ МОЖЕТ ОПОРОЖНИТЬ МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ – СРОЧНО СООБЩИТЕ ОБ ЭТОМ ЛЕЧАЩЕМУ ВРАЧУ. ЕСЛИ ПРИХОДИТЕ НА ЛЕЧЕНИЕ ИЗ ДОМА – ВЫЗЫВАЙТЕ СКОРУЮ ПОМОЩЬ!

У пациентов с опухолью прямой кишки

Лучевая терапия: этап подготовки, этап лечения и рекомендации такие же, как и при облучении предстательной железы.

У пациентов с опухолью мочевого пузыря

Лучевая терапия проводится так же, как выше описано при заболевании предстательной железы. Отличие в том, что при подготовке к сеансу лечения не требуется наполнение мочевого пузыря.

Интимное здоровье

- Возможно, вы беспокоитесь о том, как опухоль и ее лечение могут повлиять на вашу интимную жизнь. Вы не радиоактивны. Вы не можете никому передать излучение, поэтому вам безопасно находиться в близком контакте с другими людьми.
- Вы можете продолжать интимную жизнь во время лечения радиотерапией, если ваш онколог-радиолог не даст вам другие указания. Тем не менее, если вы или ваш партнер способны иметь детей, вы должны использовать противозачаточные средства (контрацепцию), чтобы предотвратить беременность во время вашего лечения.
- Некоторые мужчины испытывают чувство жжения во время эякуляции. У большинства мужчин это ощущение проходит через 1-2 месяца после окончания лечения. Во время лечения и в течение 1 года после его окончания важно использовать противозачаточные средства при половых контактах с женщиной репродуктивного возраста. Это делается для предотвращения оплодотворения спермой, которая может оказаться дефектной из-за воздействия радиации, что в свою очередь может привести к врожденным дефектам плода.