

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ

О РАДИОТЕРАПИИ ОПУХОЛЕЙ ГОЛОВЫ ШЕИ

Что такое лучевая терапия? В каком случае она назначается?

Лучевая терапия (радиотерапия, облучение) — современный метод лечения с помощью ионизирующего излучения. В качестве ионизирующего излучения в зависимости от видов и задач лучевой терапии могут быть использованы разные виды лучей (рентгеновские или гамма-лучи). Они вызывают сходные биологические эффекты в клетках и тканях, определяя лечебное действие облучения.

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

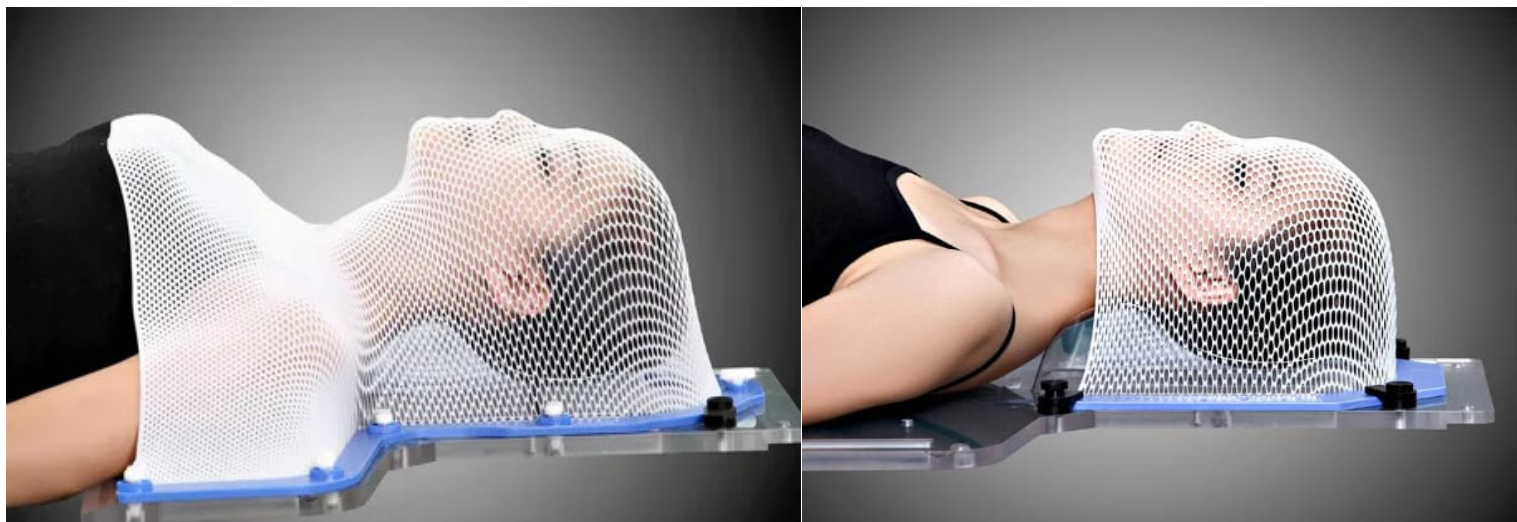
Лучевая терапия проводится только при наличии показаний в результате взвешенного решения. При этом специалисты всегда руководствуются важной целью — оказать наилучшую помощь пациенту в лечении его заболевания. Обязательно оцениваются риски и выгоды, устанавливается соотношение пользы и вреда от облучения.

Как проходит дистанционная лучевая терапия? Этап подготовки

Предлучевая подготовка состоит из 2-х этапов.

1. Изготовление индивидуальной термопластической маски.

Вас пригласят в кабинет предлучевой подготовки, где для вас изготовят маску из термопластика.



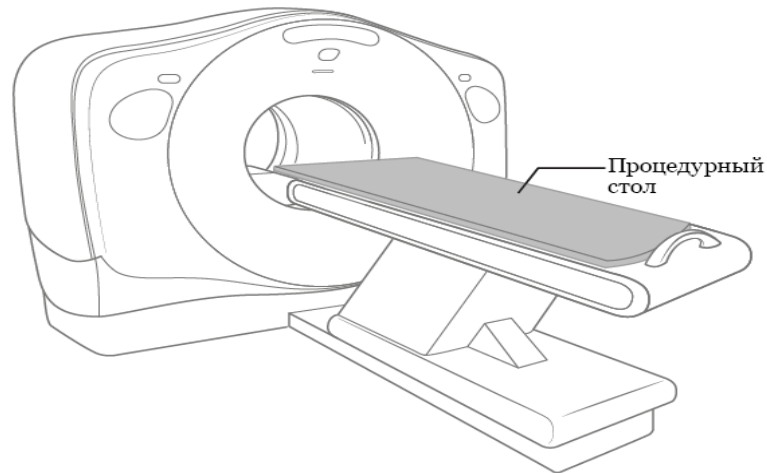
Это необходимо для жесткой фиксации головы во время лечения.

Если вы пользуетесь съёмными зубными протезами их необходимо снять!!!

Не зафиксированные (съёмные) зубные протезы — это инородный предмет в полости рта. Попадание инородного предмета в дыхательные пути может вызывать остановку дыхания. В дальнейшем перед каждым сеансом лечения вы должны снимать протезы. В случае натирания протезами десен лучше временно отказаться от их использования.

Для изготовления маски вам положат на лицо и на верхнюю часть туловища теплую и влажную пластиковую сетку. Она не мешает вам видеть и дышать, когда она будет находиться у вас на лице. По мере остывания сетка будет твердеть, а врач подгонит её под форму вашего лица и верхней части туловища. Это займет около 20 минут. В зависимости от области лечения вам также может понадобиться прикусной блок. Он поможет вам сдерживаться от глотания.

2. Компьютерная томография



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.

Вам сделают сканирование, во время которого вы будете находиться в выбранном для лечения положении и с надетой маской. Чтобы помочь вам сохранять одно и то же положение на каждом сеансе, вам будут надевать маску, которая покрывает лицо и верхнюю часть туловища, маска крепится к столу.

Полученные изображения будут использоваться только для определения области лечения. Они не предназначены для диагностики или выявления опухолей.

Далее радиотерапевт назначит вам 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? Этапы лечения.

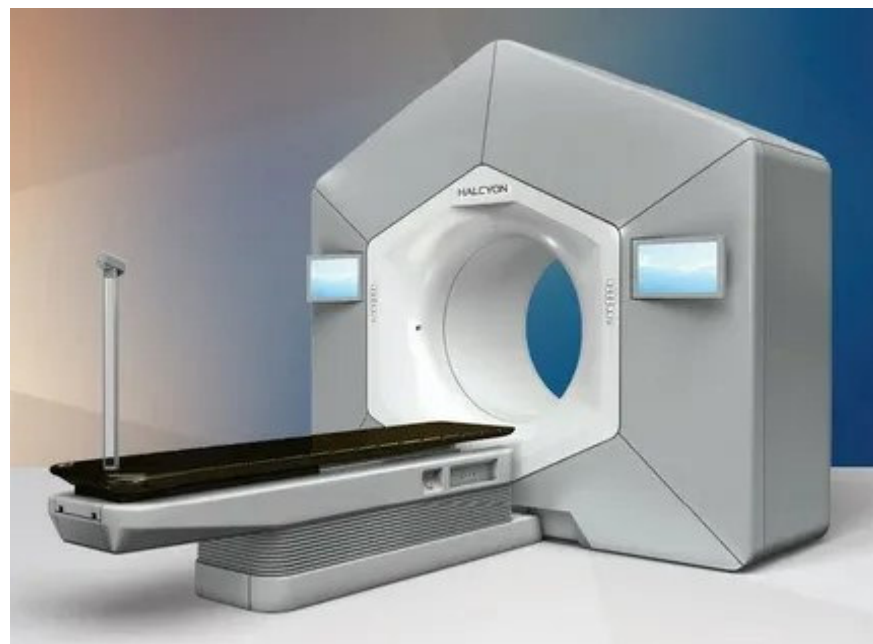
Лечение проводится на специальных аппаратах, которые формируют пучки излучения по направлению к опухоли.

Это линейные ускорители

Clinac-ix



Halcyon



В кабинете лучевой терапии вам помогут лечь на процедурный стол и наденут термопластическую маску. Вас расположат точно в таком же положении, в котором вы лежали во время подготовительной процедуры.

Во время лечения не задерживайте дыхание, дышите нормально, но не двигайтесь. Вы не увидите и не почувствуете излучения, но вы можете слышать аппарат по мере его движения вокруг вас, и когда он включается и выключается. Во время проведения сеанса лучевой терапии вы находитесь под видеонаблюдением. Медсестра видит вас на мониторе и может говорить с вами по внутренней связи в течение всего сеанса лечения. Сообщите ей, если вам неудобно или нужна помощь.

Вы будете находиться в комнате для лечения от 10 до 20 минут, в зависимости от плана лечения. Большая часть этого времени будет потрачена на то, чтобы разместить вас в правильном положении. Само лечение занимает всего лишь несколько минут. Обычно сеансы проводятся с понедельника по пятницу. Длительность курса зависит от конкретной ситуации и составляет от 20 до 40 сеансов.

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.

Всегда ли возникают осложнения?

Многие пациенты волнуются, ожидая тяжёлых осложнений от лучевого лечения. Следует помнить, что каждый человек — индивидуален. Нежелательные эффекты могут быть почти незаметными или временными, не все из них будут у конкретного пациента.

Но надо помнить, что, как у любого метода лечения, у лучевой терапии есть побочные эффекты. Большинство из них возникает постепенно, обычно к концу второй недели облучения. Они делятся на ранние лучевые реакции и поздние лучевые реакции, проявляются в органах, расположенных непосредственно в поле облучения.

В период прохождения курса лучевой терапии могут проявиться тошнота, снижение аппетита, покраснения на коже, потеря концентрации внимания, выпадение волос (в зоне облучения), слабость и прочее.

Какие осложнения при проведении лучевой терапии у пациентов с опухолями головы и шеи бывают и как с ними справиться?

Проблемы с питанием и потеря веса

Для успешного прохождения лечения необходимо качественно и сбалансировано питаться. Лечение — не время диет для похудения. В этот период организм нуждается в дополнительной энергии для борьбы с болезнью. К сожалению, именно в этот момент возникают побочные эффекты, из-за которых принимать достаточное количество пищи не получается, что и ведёт к потере веса и нарушению работы всех органов и систем организма.

В некоторых случаях приходится прерывать лучевую терапию. Поэтому пациенту необходимо очень внимательно относиться к своему рациону, количеству и качеству съедаемой пищи в день.

Какие проблемы могут возникать?

Они разные, но встречаются почти у всех:

- снижение или потеря аппетита,
- нарушение вкусовых ощущений и запаха,
- сухость во рту,
- тошнота,
- нарушение глотания,
- боль в ротовой полости.

Что может помочь?

Принимайте пищу дробно, по 6-8 раз в день. Порции должны быть небольшие, а еда не горячая.

Не допускайте длительных перерывов без пищи. Всегда имейте под рукой то, чем можно перекусить.

Не ешьте бесполезной, пустой еды. Каждый кусочек должен нести пользу. Выбирайте высококалорийные продукты, богатые белком.

Переходите на мягкую или измельчённую пищу. Можно самостоятельно использовать блендер.

Не отчаивайтесь, если любимое блюдо перестало быть вкусным, ищите альтернативные варианты. Это временное явление, после лечения вкус еды постепенно вернётся.

Пейте достаточное количество жидкости.

Контролируйте свой вес: взвешивайтесь каждые два дня.

Не употребляйте алкоголь, он раздражает и дополнительно сушит слизистую рта. Алкоголь оказывает общее токсическое действие на организм.

Каждый день необходимо наблюдать за собой. Если наступает момент, когда количество потребляемой пищи и жидкости заметно уменьшилось, а вышеперечисленные советы не помогают, не надо скрывать это от лечащего врача.

В этом случае он назначит дополнительно специализированное питание и инфузионную терапию.

В некоторых ситуациях лечащий врач принимает решение установить назогастральный зонд, и тогда питание происходит через него, а ротовая полость изолируется от контакта с пищей, это даёт возможность сохранить целостность слизистых оболочек в ротовой полости, не происходит травматизация обожжённых тканей. Многие пациенты боятся и всячески избегают этой процедуры, но, по отзывам тех, кому пришлось с этим столкнуться, зонд — это спасение. Как, чем и в каком режиме питаться через зонд обучает медицинская сестра стационара, где пациент проходит лечение.

Боль

Одна из частых проблем — это воспалительное или язвенное поражение ротовой полости и, связанная с этим осложнением, боль.

Пациент может заметить уменьшение слюноотделения, изменение вкуса, боль (она может быть острой), жжение, язвочки на слизистой полости рта, затруднение в приёме пищи и глотании.

С самого начала лечения рекомендуется соблюдать тщательную гигиену полости рта:

- использовать мягкую зубную щётку,
- чистить зубы после каждого приёма пищи,
- полоскать ротовую полость физиологическим раствором или другими растворами по назначению врача.
- Необходимо избегать приёма горячей, кислой, раздражающей, грубой пищи, а также горячих напитков.

При развитии вышеперечисленных симптомов лечащий врач назначает соответствующую терапию, в том числе противоболевую, облегчающую возникшее осложнение.

Осложнения со стороны ЖКТ

Запоры являются частой проблемой во время лечения. Причинами могут быть снижение двигательной активности, изменение рациона. Стул должен быть регулярным, ежедневным или через день. При задержке до трёх дней об этом необходимо сообщить врачу.

Диарея — это также осложнение от лечения, о ней обязательно нужно сообщить врачу. Последствия от потери жидкости в организме во время лечения могут быть невосполнимыми, а осложнения очень серьёзными.

Кожные осложнения

Кожные реакции в зоне облучения беспокоят многих пациентов. Лечащий врач назначит специальные средства для ухода за кожей.

Общие рекомендации:

- используйте мягкие, щадящие моющие средства для ежедневной гигиены;
- исключайте любое раздражение: воротнички, украшения, мочалки;
- после умывания высушивайте кожу промакивающими движениями;
- носите одежду с мягкой, свободной горловиной;
- закрывайте кожу от прямых солнечных лучей, используйте солнцезащитные средства SPF 50;
- увлажняйте кожу и наносите кремы после сеанса радиотерапии.

Выпадение волос в зоне облучения

Выпадение волос — неприятное осложнение, наступающее у части пациентов в процессе лечения.

Общие рекомендации: если выпадение сильное, то необходимо сбрить волосы полностью в парикмахерской. Волосы отрастут. Во время лечения необходимо избегать окрашивания и осветления волос. Для психологического комфорта можно использовать парики, шарфы, банданы или шапочки.

Что делать курильщикам?

Бесспорно — курение вредно. Необходимо постараться снизить количество выкуриваемых сигарет, а лучше совсем перестать курить.

Полезны ли физические нагрузки во время лечения?

Физические нагрузки должны быть лёгкими и неустойчивыми. Прогулки полезны и желательны.

Бег, поднятие тяжестей необходимо отложить на потом.