

Til deg som får stråling mot munnhole og svelg

Behandling

Kvar behandling tar 10 - 20 minutt. Sjølve strålinga tar ca. 1 – 5 minutt. Du får behandling kvar dag, unntatt i helgene og helgedagar. Undervegs i behandlinga vil det bli tatt bildekontrollar på behandlingsapparatet. Desse bilda viser ikkje korleis sjukdommen påverkast av behandlinga, men er ein viktig kvalitetskontroll for å sikre at behandlinga blir gitt på rett stad.

Legeskontrollar

Det blir tatt blodprøvar i løpet av behandlingsperioden. Du får også time til lege her på avdelinga, då kan du få svar på spørsmål angående sjukdommen og behandlinga. Dersom du treng reseptar eller sjukemelding, er det viktig å ta det opp når du er inne hos legen. Det kan vere ein fordel om du på førehand skriv ned det du har tenkt å spørje legen om.

Røyking

Studiar har vist at røyking i samband med gjennomføring av strålebehandling gir dårlegare effekt på svulsten. Dette har sannsynlegvis samanheng med at strålinga er avhengig av god tilgang på oksygen i vevet for å utøve effekten sin, og røyking reduserer oksygenmengda i svulsten.

Ernæring

Eit variert og næringsrikt kosthald er viktig under strålebehandlinga og i tida etterpå. Dette kan gjere at du toler behandlinga betre og held styrke og energi ved lag. Dersom du opplever vekttaap eller har vanskar med å få i deg nok mat og drikke, ta kontakt med behandlingspersonalet. Ved behov kan du få henvisning til ernæringsfysiolog.

Omsorg for mindreårige barn (0-18 ÅR)

Har du daglig omsorg for mindreårige barn og har de eventuelt behov for oppfølging i forhold til din sykdom?

Biverknadar av strålebehandlinga

Strålebehandlinga kan medføre biverknadar. Desse kjem gjerne etter 1-2 vekers behandling. Biverknadane gir seg oftast gradvis nokre veker etter avslutta strålebehandling. Vanlege biverknadar er:

Trøttleik

Strålebehandlinga kan gjere at du føler deg meir trøytt og slapp. Det er då godt å få litt ekstra søvn og kvile. Frisk luft er bra, ta gjerne ein spasertur viss du har anledning. Det er viktig med eit variert og næringsrikt kosthald. Under strålebehandlinga er det viktig å drikke rikeleg. Kroppen treng 1,5 - 2 liter væske dagleg. Er du yrkesaktiv kan du arbeide som vanleg, viss du sjølv ønsker det.

Hudreaksjonar

Huda kan bli irritert (dvs. raud, øm og kløande hud) av strålebehandlinga. Under behandlinga anbefaler vi at du bruker ei såpe utan parfyme i behandlingsområdet. Når du barberer deg

anbefaler vi bruk av barbermaskin. Unngå karbad, ta heller ein dusj. Ikkje frotter huda i strålefeltet, men klapp ho tørr og la området lufttørke heilt.

Du kan gjerne smøre huda i strålefeltet med uparfymert fuktighetskrem/lotion (for å redusere tørr hud, kløe og irritasjon). Det kan smørjast fleire gonger om dagen. Produkta skal ikkje innehalde metallar (f.eks. zink). Unngå potetmjøl/maisstivelse og babypudder i strålefeltet. Dersom det oppstår hudlause områder skal du ikkje smørja der. Stråleterapeut eller sjukepleiar kan gi råd om korleis det skal behandlas.

Unngå sol på bestrålt hudområde og bruk høg solfaktor på dei områda som ikkje er dekkja av tøy.

Munntørreleik

Strålebehandling mot munnhola og svelget medfører ofte munntørreleik. Årsaka til dette er at spyttkjertlane blir påverka av strålebehandlinga når dei er med i behandlingsfeltet. Allereie etter nokre få dagars behandling blir spyttmengda redusert og konsistensen blir seigare.

Det er svært viktig med god tannhygiene da kariesrisikoen aukar når spyttmengda minskar. Vi anbefaler at du går til tannpleiar dersom munnhola er med i behandlingsområdet. Tørreleiken i munnen kan avhjelpast ved å drikke ofte. Ein kan også skylje med saltvatn, bruke sukkerfrie pastillar eller tyggegummi. Plagene kan også bli mindre om du reduserer eller unngår tobakk og alkohol.

Svelgvanskar

Strålebehandlinga kan gi sårheit i halsen, noko som kan medføre vanskar med å svelge. Unngå sterkt krydra mat, salt, syrleg mat og svært varm mat. Velg gjerne mat med «blaut» konsistens som supper, graut og mosa mat. Det kan vere nødvendig å ta noko smertestillande eller lokalbedøvande medisin før måltid.

Kvalme

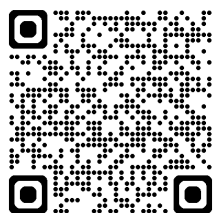
Behandlinga kan i enkelte tilfelle gi lett kvalme. Dersom dette blir eit problem kan du få medisin mot dette.

Håravfall

Dette skjer kun i behandlingsområdet og kan gjelde skjeggvekst og. Dersom du lurar på korleis det blir for deg, spør personalet.

Dersom det oppstår biverknadar, eller du har andre spørsmål i forbindelse med behandlinga, kan du snakke med personalet på behandlingsmaskina. Du kan også ta dette opp med legen når du er til kontroll.

Her kan du sjå korleis førebuing og gjennomføring av strålebehandling går føre seg: [Strålebehandling \(youtube.com\)](https://www.youtube.com/watch?v=...)



**Haukeland Universitetssjukehus
Avdeling for kreftbehandling og medisinsk fysikk**

Versjon:6.06 Gjeld frå: 03.07.2024
www.helse-bergen.no/avd/kreftavdelinga