



Patiënteninformatie

Adviezen bij mond- en keelbestraling met tracheostomie

Centrum voor oncologie
Radiotherapie

Inhoud

Inhoud.....	2
Inleiding	3
Adviezen bij mond- en keelbestraling met tracheostomie.....	4
Huidreacties	4
Haarverlies	6
Reacties van de slijmvliezen.....	7
Algemeen advies om reacties van de slijmvliezen te verminderen ...	7
Voedingsadvies bij eetproblemen.....	8
Te vermijden	8
Vermoeidheid	9
Lippen	9
Vochttopstapeling of oedeem in de hals	9
Tot slot.....	10
Wie contacteren bij vragen / problemen?	10
Persoonlijke notities / vragen	11

De informatiefolders van AZ Turnhout worden met de grootste zorg opgemaakt. De inhoud ervan is echter algemeen en indicatief. De folder omvat niet alle medische aspecten. Hij vervangt de raadpleging bij uw zorgverlener niet. Mocht deze folder vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden bevatten dan zijn AZ Turnhout, personeel en artsen hiervoor niet aansprakelijk.

Inleiding

Deze brochure biedt u de nodige informatie over mond- en keelbestraling met tracheostomie. Wij raden u aan om ook de brochure 'Radiotherapie in AZ Turnhout' te lezen. Die brochure bevat algemene informatie over bestralingen.

Tijdens de periode waarin u de bestraling krijgt, kan u neveneffecten ondervinden.

Het is onmogelijk om in deze brochures alle details voor elke situatie te beschrijven. Aarzel daarom niet om zo nodig extra vragen te stellen aan uw arts of aan een verpleegkundige.

Neem deze brochure mee als u naar het ziekenhuis komt.

Adviezen bij mond- en keelbestraling met tracheostomie

Huidreacties

Ongeveer twee weken na de start van de bestraling kan uw huid rood en gevoelig worden ter hoogte van de mond en/of de hals. De huid wordt soms droog en schilferig en u kan last hebben van jeuk. Het is ook mogelijk dat er vochtige wondletsels ontstaan. Aan het einde van de behandeling kan het zijn dat de huid bruin verkleurt.

Eén tot twee weken na het einde van de behandeling zal uw huid spontaan herstellen. Bij hevige huidreacties duurt het herstel iets langer.

Als u tijdens de bestraling huidproblemen ondervindt, kan u terecht bij de radiotherapeut of bij een verpleegkundige van radiotherapie. Zij zullen u een aangepaste verzorging voorstellen.

Als de huid op het einde van de behandeling bruin is verkleurd en als er geen open wonden zijn, dan mag u de huid voorzichtig reinigen met ether vanaf 4 tot 6 weken na het einde van de bestraling.

Als de huid op het einde van de behandeling toch open zou zijn, dan zal de verpleegkundige u vragen om een week later terug te komen voor een wondcontrole. De verpleegkundige zal u hiervoor een afspraak geven.

Belangrijk: Neem zelf de zalf en het materiaal voor de wondzorg mee naar die controle. Wanneer u het materiaal niet meebrengt, dan moeten wij materialen van het ziekenhuis gebruiken. Deze rekenen we aan op uw ziekenhuisfactuur.

Contacteer ons als u één van de volgende reacties opmerkt na het einde van de volledige reeks van bestralingen:

- Hevige roodheid
- Pijn
- Zwelling
- Geur
- Verandering in de hoeveelheid wondvocht
- Verandering in de kleur van het wondvocht
- Koorts
- Opendgaan van de huid

Algemeen advies om huidreacties te verminderen

- Vanaf de eerste dag van de bestraling gebruikt u om de twee dagen (48 u) Cavilon spray om de huid rond de tracheostomie te beschermen. Om de overige huid die bestraald wordt te beschermen, gebruikt u 2 x per dag de Extracalm spray. Vanaf het moment dat de huid open is, mag u deze spray **niet meer** gebruiken. De verpleegkundige bespreekt welke wondzorg u dan nodig heeft.
- Was u dagelijks met 'zeep zonder zeep' (Eucerin ph 5 douche crème[®], Eucerin doucheolie[®], baby BodySol[®], La Roche Posay). Als de huid open is, mag u geen zeep gebruiken, maar spoelt u de huid goed af met lauw water. Gebruik daarbij een zachte waterstraal.
- Gebruik een zacht washandje en een zachte handdoek.
- Dep uw huid voorzichtig droog (niet wrijven).
- U mag zich scheren met een elektrisch apparaat.
- U mag geen aftershave of parfum gebruiken.
- Vermijd druk en wrijvingen op de bestraalde huid. Draag geen kraag of das, dit kan irriteren.
- Stel uw huid niet bloot aan extreme temperaturen.

- Gebruik geen ijszakje of warmwaterkruik en ga niet naar de sauna of het solarium.
- Stel de bestraalde huid tijdens de bestralingsperiode tot drie maanden na het einde van de behandeling, niet bloot aan direct zonlicht en gebruik geen zonnebank.
- Gebruik een totale hypoallergene sunblock (factor 50) bv. Louis Widmer, Avène®
- Gebruik enkel de aanbevolen niet geparfumeerde verzorgingsproducten.
- Gebruik geen kleefpleisters op de bestraalde huid.
- Bescherm uw huid tegen de wind.

Haarverlies

Tijdens de bestraling verliest u het haar op de plek waar we u bestralen. Na de bestraling kan het zijn dat het haar op die plaats niet terug groeit. Dat is afhankelijk van de dosis die u tijdens de bestraling toegediend kreeg. Om de dosis op gezond weefsel zo veel mogelijk te beperken, dienen we de bestraling vanuit verschillende hoeken toe.

Haarverlies ter hoogte van de nek is een mogelijke bijwerking en mannen kunnen ook het baardhaar verliezen.

Belangrijke informatie voor mannelijke patiënten:

Als u een baard heeft, is het belangrijk voor uw bestraling om de baard zo kort mogelijk te knippen of te trimmen. Dat doet u best de dag vóór de simulatie. U moet de baard zo kort mogelijk houden tijdens de hele periode dat u bestraald wordt.

Een lange of volle baard kan problemen geven bij de dagelijkse positionering voor uw bestraling. Het masker dat we bij de simulatie voor u maken, geeft exact de contouren van het hoofd en de hals weer. Bij een lange of volle baard, is dat niet mogelijk.

Reacties van de slijmvliezen

Door de bestraling kunt u last krijgen van:

- **Een ontsteking van het mondslijmvlies:** het mondslijmvlies is dan pijnlijk, rood en gezwollen. Dit ongemak start meestal 2 weken na de start van de bestraling. De ontsteking geneest meestal vanzelf na het einde van de behandeling maar kan nog 2 tot 4 weken last geven.
- **De verandering van het speeksel en een droge mond:** dit zijn ongemakken die vaak na de eerste week van de bestraling starten. Naarmate de behandeling vordert, verergeren deze klachten. Ze verminderen langzaam tijdens de eerste maanden na het einde van de behandeling. In sommige gevallen duurt het herstel langer en blijven de klachten langer aanwezig.
- **Smaakveranderingen** kunnen optreden en nemen toe naarmate de behandeling vordert. De smaak verbetert pas vanaf 6 maanden na de behandeling. Een volledig herstel treedt op na ongeveer 1 jaar.

Wanneer u last heeft van bovenstaande ongemakken, dan mag u dat melden aan een verpleegkundige of aan de radiotherapeut.

Algemeen advies om reacties van de slijmvliezen te verminderen

- Poets regelmatig uw tanden, minstens 2 x per dag.
- Gebruik een zachte tandenborstel.
- Gebruik tandpasta of gel met fluoride.
- Vervang uw tandenborstel om de 2 maanden.
- Ga regelmatig bij uw tandarts op controle.
- Drink regelmatig kleine slokjes water.
- Zet 's nachts water naast uw bed.
- Bevochtig de lucht in de woon- en slaapkamer.
- Gebruik geen tabak en drink geen alcohol.
- Reinig uw prothese minstens 1 keer per dag.
- Spoel uw prothese na iedere maaltijd.
- Laat de prothese enkele uren per dag uit uw mond. Zo geeft u het tandvlees en de slijmvliezen wat rust.
- Bewaar uw prothese 's nachts op een droge plaats.

Voedingsadvies bij eetproblemen

- Eet uw maaltijd op kamertemperatuur of koud.
- Koude voeding, zoals ijs, vermindert de sliklast.
- Gebruik zachte voedingsmiddelen, zoals pudding, milkshake, kaas of zacht fruit.
- Eet brood zonder korst, pastagerechten, vis of ei in plaats van vlees en gebonden crème soepen.
- Drink water om slijmen te voorkomen (minstens 1 liter per dag).
- Proeft u een metaalsmaak? Vervang dan het metalen bestek door een plastieken of houten bestek.
- Verzacht scherpe of zure gerechten door room toe te voegen.
- U kunt uw maaltijd aanvullen met eiwit- en calorierijke dranken die te verkrijgen zijn in de apotheek.
- Eet regelmatig kleine porties.
- Bevochtig uw mond eventueel met een mondsproeier.
- Voeg verdikkingsmiddelen toe aan uw voeding wanneer u zich regelmatig verslijkt. Deze middelen zijn te verkrijgen in de apotheek.
- Door te kauwen en te zuigen, stimuleert u uw speekselklieren om dun en waterig speeksel te produceren.
- Als u veel gewicht verliest, dan neemt u best calorierijke voedingsmiddelen. U kunt bijvoorbeeld room, boter of honing toevoegen aan uw bereidingen.

Te vermijden

- Pikante, te zure, te zoute en te zoete voedingsmiddelen
- Droge en harde voeding
- Hete of warme bereidingen
- Alcohol en koolzuurhoudende dranken
- Citrusvruchten (sinaasappel, pompelmoes, citroen,...)
- Vermijd plaatsen waar mensen roken

Om deze ongemakken zoveel mogelijk te beperken, zal een diëtiste u begeleiden tijdens uw behandeling. Zij kan u adviezen geven in verband met de voeding.

U kunt de diëtiste bereiken via de verpleegkundigen die u helpen bij de bestraling, via de radiotherapeut of via het telefoonnummer: 014 40 69 84.

Vermoeidheid

Tijdens de bestralingsperiode kunt u zich moe voelen. Spreek hierover met uw arts of met een verpleegkundige. In onze wachtzaal kan u de folder 'Vermoeidheid bij en na kanker' vinden.

Lippen

Door de bestraling kunnen uw lippen plots opzwellen. Er kan ook korstvorming en bloeding ontstaan.


Bij deze ongemakken moet u uw lippen voorzichtig proper maken. Breng Vaseline® of lippenbalsem aan om de lippen vochtig te houden. Ook na de behandeling moet u uw lippen blijven beschermen met Vaseline® of met lippenbalsem.

Vochtopstapeling of oedeem in de hals

Soms kan er op de plaats van de bestraling in de hals een zwelling ontstaan. Dat heet 'oedeem'. Het ongemak blijft echter beperkt tot een licht opgezwollen hals en een gespannen gevoel. Soms is het oedeem ook na de bestraling nog een tijdje aanwezig.

Tot slot





In de folder 'sociale voorzieningen' vindt u heel wat nuttige informatie terug over eventuele tussenkomsten bij uw ziekte, over bestaande gespreksgroepen en andere vormen van psychosociale zorg.

Onze sociaal verpleegkundigen staan steeds voor u klaar om te luisteren en om uw vragen te beantwoorden. U kunt hen bereiken via de dienst patiëntenbegeleiding ( 014 40 68 35).

Wie contacteren bij vragen / problemen?

Heeft u na de bestralingsperiode nog vragen, dan kunt u terecht bij uw huisarts.

Heeft u specifieke vragen over de voorbije behandeling, dan kunt u, afhankelijk van het toestel waarop u werd bestraald, rechtstreeks telefonisch contact opnemen met de dienst radiotherapie op campus Sint-Elisabeth.

	Secretariaat RT	014 40 69 40
	Toestel Onyx	014 40 69 43
	Toestel Perla	014 40 69 13
	Polikliniek oncologie	014 40 69 02

Persoonlijke notities / vragen

Eventuele vragen of opmerkingen kunt u hier noteren. Zo heeft u ze altijd bij de hand bij een gesprek met de arts of met een verpleegkundige.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

AZ Turnhout vzw

www.azturnhout.be
info@azturnhout.be



Campus Sint-Jozef

Steenweg op Merksplas 44
2300 Turnhout
014 40 60 11



Campus Sint-Elisabeth

Rubensstraat 166
2300 Turnhout
014 40 60 11