



Patiënten informatie

# Adviezen bij borstbestraling

Centrum voor oncologie  
Radiotherapie

# Inhoud

Inhoud.....	2
Inleiding .....	3
Adviezen bij borstbestraling .....	3
Huidreacties .....	3
Sliklast.....	5
Vochtopstapeling of oedeem in de borst.....	6
Vermoeidheid .....	6
Tot slot.....	6
Wie contacteren bij vragen / problemen? .....	7
Persoonlijke notities / vragen .....	7

*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

Tijdens de periode waarin we u bestralen, kan het zijn dat u neveneffecten ondervindt. In deze brochure vindt u informatie en adviezen bij een bestraling van de borst of de borstkaswand.

De verpleegkundige bezorgt u ook de brochure 'Ademhalingsgecontroleerde bestraling (DIBH) als we deze techniek van borstbestraling bij u gaan toepassen.

Wij raden u aan om ook de brochure 'Radiotherapie in AZ Turnhout' te lezen. Deze brochure bevat algemene informatie over bestralingen.

Het is onmogelijk om in deze brochure alle details voor elke individuele situatie te beschrijven. Aarzel daarom niet om zo nodig, bijkomende vragen te stellen aan uw arts of aan een verpleegkundige. Gelieve deze brochure mee te brengen wanneer u naar het ziekenhuis komt.

## Adviezen bij borstbestraling

### Huidreacties

Ongeveer twee weken na de start van de bestraling, kan uw huid ter hoogte van de borst rood en gevoelig worden. De huid wordt soms droog en schilferig en u kan last krijgen van jeuk. Het is ook mogelijk dat er vochtige wondletsels ontstaan. Nadien kan uw huid bruin verkleuren.

Eén tot twee weken later zal uw huid spontaan herstellen. Bij hevige huidreacties duurt het herstel iets langer.

Neem contact op met ons wanneer de bestralingsperiode al ten einde is en u één van volgende huidreacties krijgt:

- hevige roodheid
- pijn
- zwelling
- geur
- verandering in de hoeveelheid wondvocht
- verandering in de kleur van het wondvocht
- koorts
- opengaan van de huid

## Algemeen advies om huidirritatie te verminderen

- Was u dagelijks met 'zeep zonder zeep', bijvoorbeeld Eucerin ph 5 douchecrème® , Eucerin doucheolie® , baby Bodysol® , La RochePosay® Lipikar Syndet).
- Neem een douche in plaats van een bad. Het nemen van een bad zal de huid verweken waardoor de huid gevoeliger wordt.
- Was u met lauw water.
- Gebruik een zacht washandje en een zachte handdoek.
- Dep de huid voorzichtig droog (niet wrijven).
- Houd de huidplooiën goed droog. Op deze plaatsen ontstaat sneller irritatie.
- Vanaf de eerste dag van de bestraling moet u de bestraalde huid 2 x per dag insmeren met **Flamigel®**. Als uw huid na het einde van de behandeling nog geïrriteerd is, mag u Flamigel® blijven gebruiken tot de huid hersteld is. Later mag u een gewone vochtinbrengende crème gebruiken.
- U mag de oksel aan de bestraalde kant niet scheren of ontharen. Scheren of ontharen veroorzaakt vaak huidirritatie en kleine wondjes.
- Gebruik geen talkpoeder.
- Een beha met beugels kan extra druk en irritatie veroorzaken.
- Niet zwemmen in chloor of zout water. Chloor en zout drogen de huid uit en veroorzaken irritatie.
- Vermijd druk en wrijvingen op de bestraalde huid en draag zoveel mogelijk katoenen kledij.
- Stel uw huid niet bloot aan extreme temperaturen. Gebruik geen ijszakje of warmwaterkruik en ga niet naar de sauna of het solarium.
- Gebruik op de bestraalde huid geen verzorgingsproducten of deodorant, vermijd vooral geparfumeerde of zinkhoudende producten bijvoorbeeld Flammazine® of baby zalf.
- Gebruik geen gewone kleefpleisters op de bestraalde huid. Er bestaan zelfklevende verbanden, speciaal voor de bestraalde huid. Vraag het aan de verpleegkundige van radiotherapie.
- Tijdens de bestralingsperiode tot 3 maanden na het einde van de behandeling: stel de bestraalde huid niet bloot aan direct zonlicht en gebruik geen zonnebank.
- Gebruik een hypoallergene zonnecrème met factor 50 wanneer u toch in de zon zou komen.

Als u tijdens de bestraling huidproblemen ondervindt, kunt 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 indien er geen open wonden zijn, dan mag u vanaf 4 tot 6 weken nadat de bestraling werd beëindigd, de huid voorzichtig reinigen met ether.

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 gebruiken wij materialen van het ziekenhuis. Deze betaalt u later via de ziekenhuisfactuur.

## Sliklast

Wanneer ook de klieren achter het borstbeen bestraald moeten worden, kan u voelen dat slikken moeilijk of pijnlijk wordt. U merkt dit ongeveer twee weken na de start van de bestraling.

Vraag raad aan uw arts of aan een verpleegkundige wanneer u pijn heeft bij het slikken. Zij zullen u een aangepaste verzorging voorstellen.

Een diëtiste geeft u tips in verband met de voeding. We plannen een kort gesprek na uw eerste bestraling.

### Algemeen advies bij sliklast

- Drink geen alcohol
- Rook niet en vermijd plaatsen waar gerookt wordt
- Neem zachte voeding
- Vermijd chips, noten, rauwe groenten en beschuit
- Vermijd sterke kruiden of prikkelende voeding of dranken
- Vermijd te hete of te koude voeding of dranken
- Drink voldoende bij het eten

## Vochtopstapeling of oedeem in de borst

Het is mogelijk dat de borst tijdens de bestraling lichtjes opzwellt en wat gespannen aanvoelt. Dat komt door vochtopstapeling of oedeem.

De verpleegkundige zal deze zwelling iedere dag opvolgen.

Soms blijft het oedeem ook na de bestraling nog aanwezig. Het vocht zal tijdens het genezingsproces langzaam wegtrekken.

## Vermoeidheid

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

## Tot slot

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

Onze sociaal verpleegkundigen staan steeds voor u klaar om te luisteren en om uw vragen te beantwoorden. Zij kunnen u informatie geven over het gebruik van protheses in het geval dit voor u van toepassing zou zijn.

U kunt hen bereiken via de dienst patiënten begeleiding.

( 014 40 68 35).



## **AZ Turnhout vzw**

[www.azturnhout.be](http://www.azturnhout.be)

[info@azturnhout.be](mailto:info@azturnhout.be)



Blijf op de hoogte via [www.facebook.com/azturnhout](http://www.facebook.com/azturnhout)



### **Campus Sint-Jozef**

Steenweg op Merksplas 44

2300 Turnhout

014 40 60 11



### **Campus Sint-Elisabeth**

Rubensstraat 166

2300 Turnhout

014 40 60 11