



RADIOTHERAPIE bij borstkanker



Universitair Ziekenhuis Brussel



**Algemeen
Stedelijk
Ziekenhuis**

Aalst
Geraardsbergen
Wetteren



RADIOTHERAPIE bij borstkanker

Geconfronteerd worden met borstkanker brengt veel vragen en onzekerheden met zich mee. Via deze brochure proberen we u alvast een zo goed mogelijk beeld te geven over de mogelijke bijwerkingen van uw bestraling. We gaan eveneens ook een aantal tips bespreken om deze bijwerkingen te voorkomen of draaglijker te maken. Radiotherapie werkt lokaal, dit wil zeggen dat de behandeling alleen effect heeft op de plaats waar u bestraald wordt. De bijwerkingen zijn doorgaans van tijdelijke aard. Aangezien de stralen ook na het einde van uw behandeling een tijdje verder werken, is het mogelijk dat de bijwerkingen pas na een aantal weken tot maanden pas volledig verdwijnen. De bijwerkingen verschillen van persoon tot persoon. Sommige patiënten hebben veel last, terwijl andere weinig of geen problemen ondervinden. Iedereen is uniek en reageert anders.

Mogelijke bijwerkingen bij bestraling voor borstkanker

Bijwerkingen ter hoogte van de huid

Reacties van de huid kunnen pijnlijk zijn. Naarmate de bestraling vordert, kunnen huidreacties heviger worden. Dit komt doordat de stralingsdosis zich steeds opstapelt.

Huidreacties:

- Verkleuring van de huid: de huid kan licht tot donkerrood worden. De huidskleur wordt geleidelijk aan terug normaal. Dit kan echter een aantal weken tot maanden duren.
- De huid kan gevoeliger of pijnlijk worden.
- Er kunnen kleine blaasjes ontstaan die dikwijls gepaard gaan met jeuk.
- Soms ontstaan er open wondjes. Vaak komen deze voor ter hoogte van de huidplooiën omdat de wrijving hier groter is.

Indien nodig starten we met wondzorg. Door dagelijkse opvolging kunnen we u een optimale zorg aanbieden. De verzorging is gratis, enkel het materiaal dat we gebruiken zal later gefactureerd worden.

Volgende adviezen mogen toegepast worden vanaf de start van de bestralingsreeks en gelden tijdens de duur van de bestraling en tot minstens twee weken nadien:

- We raden u aan om 4x per dag Extra Calm® te gebruiken op de bestraalde huid. (Eventueel kan Flamigel®, Bepanthol® of Dermolin® Skin Repair Spray ook worden gebruikt.)
- Probeer druk en wrijving ter hoogte van de bestraalde zone te vermijden. Draag geen vaste beha of beugelbeha. Een lichte sportbeha (topjes model) is wel toegestaan. We adviseren een beha van puur katoen of zijde. Heeft u dit niet, draag dan eerst een topje of hemdje in katoen en daarover uw beha. Nog beter is dat u uw beha niet draagt wanneer dit mogelijk is.
- Vermijd knellende of schurende kledij.
- U mag zich wassen met "zeep zonder zeep" of glycerinezeep. Gewone zeep gaat de huid nog meer uitdrogen.
- Een ligbad wordt afgeraden, gebruik bij voorkeur de douche. Het water is best op lichaamstemperatuur.
- Gebruik bij het wassen de handen in plaats van een washandje. Gebruik bij het afdrogen een zachte handdoek en dep uw huid droog in plaats van te wrijven. Opgelet voor de huidplooien. Hou deze goed droog. De huid is gevoelig door de bestraling en wrijving kan uw huid beschadigen en wondjes veroorzaken.
- De oksel niet scheren, anders raakt de huid geïrriteerd en kan u wondjes veroorzaken.
- Gebruik liefst geen deodorant. Indien u dit toch wenst kan u bij de apotheek vragen naar deo zonder alcohol en parfum. Vb. Dermolin® anti-transpiratie roller.
- Geen blootstelling aan extreme temperaturen: geen ijszakjes, geen warmtekruiken, geen sauna of solarium...
- Geen blootstelling aan direct zonlicht: zonnen of zonnebank is af te raden tot 1 jaar na de therapie. Anders kan het zijn dat er een verkleuring van de huid optreedt. Ook nadien wordt gebruik van zonnemelk met een hoge beschermingsfactor of totale "sunblock" aangeraden.
- Niet zwemmen in een zwembad met chloorhoudend water of zoutwater. Breng geen kleefpleisters aan in de bestraalde regio.
- Als u pijn heeft meldt u dit best aan de radiotherapeut om verdere pijnmedicatie te bespreken.

Opgelet!: Bij de verzorging van de huid is het heel belangrijk dat u ook rekening houdt met de LIJNTJES die op u werden aangeduid. Deze zijn van belang om u goed te positioneren tijdens de bestralingsessies en MOGEN zeker NIET VERWIJDERD WORDEN.

Na de laatste bestraling werken de stralen nog een tweetal weken door. Het is belangrijk dat u uw huid dan ook nog op dezelfde manier verder verzorgt. Heeft u geen Extra Calm® of Flamigel® meer, mag u een andere hydraterende crème gebruiken vb. "de blauwe pot" van Nivea®. U hoeft geen rekening meer te houden met de aangeduide lijntjes.

Vermoeidheid

Vermoeidheid is een vaak voorkomende bijwerking die afhangt van verschillende factoren. Meestal neemt de vermoeidheid toe naarmate de behandeling vordert.

Vaak is vermoeidheid het gevolg van een samenloop van omstandigheden die enorm veel energie vragen van uw lichaam:

- De combinatie van verschillende behandelingen.
- Het fysische herstel van uw lichaam.
- De emotionele en psychologische stress die gepaard gaat met het verwerken van uw ziekte.
- Veranderingen in uw dagelijkse routine, het dagelijks naar uw bestralingsbehandeling komen.
- ...

Probeer een goed evenwicht te vinden tussen rust en actieve momenten. Veel rusten kan soms een omgekeerd effect hebben waardoor u zich nog vermoeider gaat voelen. Zorg voor een goede nachtrust. Probeer de dagelijkse dingen, die u zelf nog kan, te doen en aarzel niet om hulp te vragen als het wat moeilijker gaat. Luister naar uw lichaam en las rustpauzes in wanneer u voelt dat het nodig is. Probeer te ontspannen en zorg voor een gezonde voeding.

Soms kan het zijn dat u het op emotioneel en relationeel vlak heel moeilijk heeft tijdens uw behandeling. Een gesprek met de psychologe kan u en/of uw familie op dit moment enorm veel steun en rust bieden. Indien u dit wenst kunnen wij voor u steeds een afspraak regelen.



Oedeem van de borst

Het is mogelijk dat de borst door een opstapeling van vocht wat gaat zwellen. Voelt uw borst warm en gespannen aan, is ze pijnlijk en heeft u verhoogde temperatuur, meld dit dan zeker aan de verpleegkundige of radiotherapeut. Verdere behandeling kan nodig zijn.

Lymfoedeem van de arm

Wanneer alle lymfeklieren uit de okselholte werden verwijderd of wanneer u op de oksel wordt bestraald, wordt de circulatie van het lymfevocht naar de bloedsomloop vertraagd. Hierdoor kan vocht zich opstapelen en verhoogt het risico op een dikke arm.

Zorg ervoor dat uw arm niet overbelast wordt. Hef zeker geen zware lasten. Vermijd extreme temperaturen en draag geen spannende kledij. Vermijd het nemen van uw bloeddruk of het prikken van bloed aan deze arm. Indien u zich kwetst aan deze arm, was dan de wonde goed uit en ontsmet.

Voelt uw arm warm en gespannen aan, is hij pijnlijk en hebt u verhoogde temperatuur verwittig dan de verpleegkundige of radiotherapeut.

Slotwoord

Bij de bestraling van borstkanker kunnen de bijwerkingen sterk verschillen van persoon tot persoon. Hierboven werden de voornaamste bijwerkingen vernoemd.

Deze brochure is een aanvulling op de algemene brochure over radiotherapie. Heeft u klachten of heeft u nog vragen waarop u het antwoord niet vindt in deze brochures, aarzel dan niet om de verpleegkundige of radiotherapeut te contacteren.

We proberen uw behandeling zo vlot mogelijk te laten verlopen en begeleiden u stap voor stap.



Heeft u nog vragen?

Schrijf ze dan hier neer en stel ze bij uw volgend bezoek.



Deze folder is indicatief en geeft enkel informatie van algemene aard. Niet alle mogelijke technieken, toepassingen en risico's zijn er in opgenomen. Volledige informatie, aangepast aan de situatie van elke patiënt afzonderlijk, wordt door de arts verstrekt. Volledige of gedeeltelijke overname van de tekst is uitsluitend toegestaan na voorafgaande toestemming van de verantwoordelijke uitgever.

Universitair Ziekenhuis Brussel
Brussels Health Campus
Laarbeeklaan 101 – 1090 Jette
tel: 02 477 60 41
oc@uzbrussel.be
www.uzbrussel.be

Algemeen Stedelijk Ziekenhuis
Merestraat 80 – 9300 Aalst
tel: 053 76 66 80
radiotherapie@asz-aalst.be
www.asz.be

Uitgave: 2014
Verantwoordelijke uitgever: Prof. dr. Mark De Ridder