



Nuestra intención al entregarle ésta guía, es ofrecerle una información que le ayude a comprender su tratamiento.

No dude en consultarnos para aclarar las dudas y los problemas que pudieran aparecer.

Teléfonos:

Secretaría: 951032617/951030646. En horario de mañana

Consulta de enfermería 951032685. Desde las 8,30 h. a 21 h.



Junta de Andalucía
Consejería de Salud y Consumo



ONCOLOGÍA RADIOTERÁPICA: GUÍA PRÁCTICA PARA PACIENTE Y FAMILIA



ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.	3
2. ¿QUÉ ES LA RADIOTERAPIA?.	4
3. ¿CÓMO ACTÚA LA RADIOTERAPIA?.....	5
4. ¿CUÁNDO ESTA INDICADA LA RADIOTERAPIA?.	6
5. ¿CUÁNDO SE INICIA EL TRATAMIENTO?.	6
6. CONSULTA MÉDICA	8
7. CONSULTA DE ENFERMERÍA.	9
8. ¿COMO SON LAS MAQUINAS DE TRATAMIENTO?.	10
9. ¿EN QUÉ CONSISTE UNA SESIÓN DE TRATAMIENTO?.	11
10. INFORMACIÓN ESPECÍFICA Y CONSEJOS PRÁCTICOS.	12
11. ASTENIA Y CANSANCIO.	12
12. ALTERACIÓN DE LA NUTRICIÓN... ..	13
13. EPITELITIS	15
14. EFECTOS ADVERSOS.....	17
15. CONSEJOS PRÁCTICOS.	31

15. OTROS CONSEJOS PRÁCTICOS

No tome ningún medicamento sin consultarlo con su médico.

Oirá muchos comentarios de otros pacientes o de sus familiares. Cada paciente y cada enfermedad son distintas. Por tanto lo que le ocurra a otras personas no tiene porqué sucederle a usted.

No se borre las marcas del área de tratamiento hasta que no haya acabado del todo.

Durante el tratamiento en ningún momento es usted radioactivo y por lo tanto no es un peligro para nadie. Sólo presentan este problema los pacientes que se tratan con radioterapia interna y para ello permanecen ingresados el tiempo que dura el tratamiento.

Existen Asociaciones que pueden ofrecerle ayuda de forma desinteresada:

- **FMAEC** (Fundación Malagueña de Asistencia a Enfermos de Cáncer). Av. Plutarco 73, bloque 5, 2ºB. 29010, Málaga. Tfn: 952 12 17 17. e-mail: info@fmaec.org

- **ASAMMA** (Asociación para la Atención a Mujeres operadas de Cáncer de Mama).C/ Tizo, 11.(Barrio del Molinillo). Tfn: 952 25 69 51. E-mail: información@asamma.org

- **ASMALAVOZ** (Asociación de Laringectomizados y Mutilados de la Voz). Alameda de Capuchinos, 37. 29014, Málaga. Tfn: 952 25 61 95

- **AECC** (Asociación Española contra el Cáncer). Alameda de Capuchinos, 39. 29014, Málaga. Tfn: 952 25 61 95 / 952 25 64 32. E-mail: malaga@aecc.es

-FORO DE PACIENTES ONCOLOGÍA : www.onconocimiento.net

Urgencia urinaria, disuria, nicturia, cistitis.

La radioterapia sobre vejiga puede causar urgencia miccional, aumento de la frecuencia urinaria, presencia de dolor al orinar y nicturia (orinar frecuentemente por las noches). Comienza de forma leve e intermitente y puede ir progresando según avance el tratamiento. Su médico valorará el uso de tratamiento farmacológico.

Estreñimiento

Puede estar relacionado al uso de analgésicos opioides. Su enfermera le dará recomendaciones de hábitos nutricionales y su médico decidirá tratamiento laxante y enemas.

Recomendaciones generales:

- Tomar alimentos con alto contenido en fibra.
- Aumentar la cantidad de líquidos de su dieta.
- Aumentar el consumo de frutas, verduras y legumbres.
- Realizar ejercicios suaves.

E) Epitelitis perineal (afectación de la piel de la zona anal, escrotal y vulvar)

El cuidado de la piel perineal requiere medidas especiales higiénicas y de hidratación, por estar expuesta a secreciones vaginales y/o rectales. Utilice un gel íntimo y/o lavados con manzanilla diluida (un sobre de manzanilla en un litro de agua). Hidrátese la piel con una crema radioprotectora recomendada y usará cremas de acción barrera de óxido de zinc cuando se le indique.

1. INTRODUCCIÓN

Esta guía esta orientada para ayudarle a usted y su familia a conocer mejor que es la radioterapia, sus indicaciones, como actúa y cuales son sus efectos secundarios.

Los consejos y recomendaciones que le indicamos están orientados a que conozca mejor el tratamiento que se le va a realizar. Le informaremos además de los posibles efectos secundarios más frecuentes y de las medidas que debe tomar para disminuir su intensidad.

Le rogamos consulte las dudas que tenga después de leer esta guía con su médico o enfermera.



2. ¿QUÉ ES LA RADIOTERAPIA?

La radioterapia consiste en el uso de radiaciones de alta energía (parecidos a los Rayos X de uso diagnóstico) con fines terapéuticos, con el objetivo de destruir o frenar el crecimiento de "células enfermas" del organismo.

Es un tratamiento que por regla general se administra de forma diaria de lunes a viernes y puede durar varias semanas.

Dentro de la terapia con radiaciones se diferencian dos grandes grupos:

Radioterapia Externa: La radiación procede de una maquina situada a cierta distancia del cuerpo y se orienta hacia la zona a tratar. Es el más común de los tratamientos con radioterapia. Lo mas frecuente es que no precise ingreso hospitalario.

Radioterapia interna o Braquiterapia: La fuente de irradiación se sitúa temporalmente dentro del organismo, en contacto con la zona a tratar. Puede precisar ingreso hospitalario.

Enteritis aguda

Casi todos los pacientes que se irradian la zona abdominal y pélvica la desarrollan. Los síntomas son náuseas, vómitos, dolor abdominal tipocólico, tenesmo y diarrea acuosa.

- *Recomendaciones dietéticas:*

Tomar abundantes líquidos en tomas pequeñas y frecuentes: Infusiones con manzanilla, poleo, tila, caldo de cocer arroz, limonada alcalina (agua hervida, azúcar, zumo de limón, sal y bicarbonato).

Evitar bebidas con gas y alcohólicas.

Sustituir la leche entera por leche sin lactosa o yogures.

Evitar alimentos ricos en fibra insoluble (alimentos integrales, verduras, frutos secos, fruta cruda).

Administrar la fruta sin piel, en zumos colados no cítricos. La manzana está especialmente indicada (cocida, al horno, en almíbar, en forma de membrillo o rallada).

Disminuir la cantidad de grasa de la dieta.

Evitar aquellos alimentos considerados como irritantes gástricos (café, té, picantes, especias fuertes, chocolate). Se puede utilizar limón para acompañar platos.

Tomar los alimentos a temperatura ambiente o templada.

E) TRATAMIENTO EN ZONA ABDOMINO-PÉLVICA

Los efectos secundarios vienen determinados por los órganos afectados y la dosis recibida:

- *Náuseas y vómitos:*

Estos dos síntomas constituyen los efectos tóxicos más frecuentes con la administración de quimioterapia y la irradiación digestiva en esófago y estómago, y pueden determinar una importante afectación del estado nutricional del paciente.

- *Recomendaciones dietéticas:*

Comer en ambiente tranquilo. Reposar incorporado después de comer.

No obligar a comer al paciente cuando tenga malestar o náuseas.

Proporcionar alimentación diaria fraccionada de poco volumen y de fácil digestibilidad, de textura blanda, espesa o seca y suavemente condimentada.

Utilizar cociones poco grasas, pues son más fáciles de digerir y reducen la sensación de malestar.

Ingerir líquidos entre las comidas. Las bebidas carbonatadas de cola, a pequeños sorbos, ayudan a digerir. Los caldos salados aportan agua y minerales; la solución de rehidratación de la OMS aporta minerales y un poco de glucosa.

3. ¿CÓMO ACTÚA LA RADIOTERAPIA?

La radiación produce daño en las células enfermas del cuerpo, alterando su funcionamiento e impidiendo su reproducción; con ello se destruyen progresivamente. Las células sanas son más resistentes a la radioterapia que las células enfermas.



4. ¿CUÁNDO ESTÁ INDICADA LA RADIOTERAPIA?

Esta indicada en el tratamiento curativo de tumores, tanto malignos como benignos. Puede usarse como único tratamiento o lo que es más frecuente, asociado a cirugía y quimioterapia.

También es muy útil para el tratamiento de síntomas producidos por tumores: sangrado, dolor, dificultad respiratoria, etc.

5. ¿CUÁNDO SE INICIA EL TRATAMIENTO?

Es muy probable que el primer día que acuda al Servicio de Oncología Radioterápica no inicie el tratamiento. Primero será visitado por un médico especialista en Oncología Radioterápica que, tras examinar su historia clínica, indicará y le explicará el tipo de tratamiento que considere más adecuado. En algunas ocasiones será necesario, para la correcta orientación del tratamiento, realizar otras exploraciones (radiografías, análisis).

D) TRATAMIENTO EN LA MAMA

Tenga en cuenta los siguientes consejos prácticos:

Cuide la piel de la zona de tratamiento como le hemos aconsejado anteriormente.

Dúchese diariamente con agua tibia.

Cuando lleve unas dos semanas de tratamiento puede notar tirantez a nivel de la cicatriz y molestias en la mama cuando realiza algunos movimientos. Es un proceso normal que irá cediendo en las semanas siguientes de acabar el tratamiento. No se depile la axila ni use desodorante sin consultar previamente.

Los sujetadores no deben apretar mucho en hombro y tórax; los aros no son aconsejables por el roce continuo que tienen sobre la mama. Prescinda del sujetador siempre que pueda.

Durante el tratamiento es mejor usar ropas holgadas de algodón y no llevar sujetador.

Es muy importante prevenir el **LINFEDEMA** (acúmulo de linfa en la zona del brazo por la propia cirugía y por la extirpación de los ganglios linfáticos axilares). Si le han recomendado ejercicios de rehabilitación después de su operación, puede continuar haciéndolos.

Evite cargar peso con el brazo del lado operado.

Precaución con las heridas y no hacer extracciones sanguíneas en ese brazo.

Si tiene Expansor, tenga en cuenta que no debe insuflarse en el periodo de la radioterapia.

A veces pueden aparecer molestias en la garganta y al tragar. Consulte con su enfermera si sucede.

C) TRATAMIENTO EN EL TÓRAX

Cuando la radioterapia se administra sobre la zona torácica pueden aparecer efectos secundarios en determinados órganos como en el pulmón y el esófago, lo que da lugar a los siguientes síntomas:

- Dificultad respiratoria: durante el tratamiento puede aparecer dificultad respiratoria y tos seca. Si esto sucede consulte con su enfermera o médico.
- Disfagia (dificultad al tragar). La mucosa del esófago se inflama y puede dar lugar a una esofagitis, provocando molestias al tragar alimentos sólidos sobretodo.

Puede consultar con su enfermera medidas nutricionales específicas que le ayudarán mientras permanezcan las molestias. Su médico le pautará el tratamiento adecuado.

Es muy importante que abandone el hábito tabáquico.



Ese mismo día, o en una próxima visita se le realizará una preparación para el tratamiento que va a recibir. Generalmente consistirá en la realización de un TAC, en el que se usarán unos dispositivos para ayudarle a que permanezca inmóvil la zona que queremos tratar. Una vez finalizado el estudio se le harán unos tatuajes en la piel, que nos servirán para la colocación diaria del tratamiento.

Con los datos obtenidos de su historia y del TAC realizado, médicos, radiofísicos y técnicos dosimetristas, calculan la dosis diaria que ha de recibir y el número de sesiones que va a necesitar. El número de sesiones, la dosis y la duración diaria no es la misma para todos los pacientes. Depende de muchos factores como el tipo de lesión, la zona que se va a tratar, su tamaño, la tolerancia del enfermo al tratamiento y su voluntad de colaborar.



Una vez esté preparado su tratamiento y tenga un hueco asignado, la enfermera le citará y le informará del día que comienza, e intentará adaptarle el horario a sus necesidades siempre que sea posible; asimismo gestionará la ambulancia en caso de necesitarla.

El tratamiento indicado por el médico especialista será administrado diariamente, de lunes a viernes, por Técnicos Especialistas en Radioterapia. Son personas con formación específica para realizar estos tratamientos y estén en contacto directo con su médico y enfermera. Ante cualquier problema no dude en consultarles.

6. CONSULTA MÉDICA

Una vez por semana los pacientes pasarán a consulta con el médico para revisión del tratamiento, además serán valorados cada vez que precisen. En ella se evaluarán y tratarán los posibles efectos secundarios, subsidiarios de tratamiento médico. En tratamientos de corta duración es posible que no precise la consulta semanal.

Para realizar consultas telefónicas con el médico, podrá llamar de 13,30 h a 14,30 h al teléfono de la secretaria, facilitando los datos del paciente.

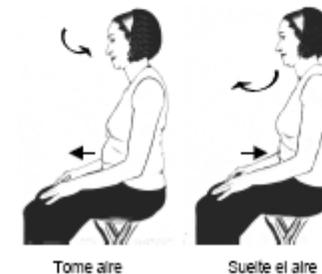
□ LLENE LOS MOFLETES DE AIRE



□ VUELVA A REPETIR: GIRO DE CABEZA HACIA UN LADO Y HACIA OTRO



□ TERMINE REALIZANDO LA RESPIRACIÓN ABDOMINO-DIAFRAGMÁTICA (durante 2 ó 3 minutos)



□ TUERZA LA BOCA HACIA UN LADO Y HACIA OTRO



□ MASAJEE CADA CARRILLO CON LA LENGUA



□ ABRA LA BOCA AMPLIAMENTE. CIÉRRELA, FRUNCIENDO LOS LABIOS



7. CONSULTA DE ENFERMERÍA

Los pacientes pasan por esta consulta el primer día del tratamiento donde serán informados del cuidado que tienen que seguir con respecto a los efectos adversos producidos por el tratamiento y se les darán recomendaciones específicas para ello. Una vez por semana en consulta de enfermería se les revisará y se les hará seguimiento.

Estas consultas son abiertas a demanda del paciente en cualquier momento que lo necesite, así como las consultas telefónicas.



8. ¿CÓMO SON LAS MÁQUINAS DE TRATAMIENTO?

Para su tratamiento se utilizan Aceleradores Lineales. Estos generan la radiación mediante circuitos electromagnéticos, y sólo producen radiación cuando se activan. Puede que le impresione un poco por su tamaño y su ubicación dentro del "bunker". Pronto se familiarizará con él y aprenderá a relajarse al ver que no siente molestias. El acelerador emite sonidos al irradiar o al moverse a su alrededor para colocarse en la posición correcta de tratamiento.

Es importante recalcar que estas máquinas tienen complejos sistemas de seguridad y son revisadas periódicamente por técnicos y físicos que aseguran su correcto funcionamiento.



□ ADELANTE LA CABEZA. RETRAÍGALA, HACIENDO "DOBLE MENTÓN"



Tome aire



Suete el aire

□ ELEVE LA CEJAS (abriendo los ojos todo lo posible). CIERRE LOS OJOS (arrugando el entrecejo)



Tome aire



Suete el aire (por la nariz)

□ ARRUGUE LA NARIZ



Tome aire



Suete el aire (por la nariz)

Por comodidad en la realización de algunos de los ejercicios de mímica facial se sugiere soltar el aire por la nariz. En el resto de los ejercicios el aire también puede liberarse por la boca.

Realice entre 5 a 10 repeticiones de cada ejercicio, al menos una vez al día.

□ INCLINE CUELLO HACIA DELANTE Y HACIA ATRÁS



□ GIRE DE CABEZA HACIA UN LADO Y HACIA OTRO



□ INCLINE LA CABEZA HACIA UN HOMBRO Y HACIA OTRO



2

9. ¿EN QUÉ CONSISTE UNA SESIÓN DE TRATAMIENTO?

Cada día a la hora que le han indicado, los Técnicos Especialistas en Radioterapia responsables de administrarle el tratamiento, le colocarán en la posición adecuada sobre la mesa de tratamiento utilizando marcas o tatuajes que se realizaron previamente. En la mayoría de los casos utilizarán sistemas de inmovilización o accesorios de fijación (colchones moldeables, máscaras,...) que previamente usaron al hacerle el TAC de simulación.

Durante la sesión de tratamiento usted permanecerá solo en la sala de tratamiento, aunque en todo momento le estarán viendo por un circuito cerrado de televisión, pudiéndose comunicar con usted por medio de un interfono. Le atenderán rápidamente ante cualquier necesidad. La duración de la sesión es muy corta y es muy importante que usted no se mueva. Periódicamente se le realizarán fotografías (es como una radiografía que sirve para verificar la correcta administración del tratamiento).

El tiempo total del proceso no suele superar los 15 minutos; con 10-12 minutos para la preparación y 2-3 minutos para el tratamiento.

10. INFORMACIÓN ESPECÍFICA Y CONSEJOS PRÁCTICOS

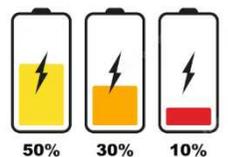
La radioterapia es un tratamiento eficaz, pero en ocasiones causa efectos secundarios debidos a los efectos de la irradiación sobre los tejidos normales. Pueden

aparecer después de varias sesiones. Dependen de cada persona, del tipo de enfermedad, de su localización y de la actitud frente al tratamiento. Suelen ser reacciones temporales y algunas pueden persistir semanas después de finalizar el tratamiento.

Los efectos secundarios más frecuentes y comunes a la mayoría de tratamientos son los siguientes.

11. ASTENIA Y CANSANCIO

Durante el tratamiento se puede sentir cansado fácilmente. Esto se debe a que su cuerpo utiliza gran cantidad de energía para combatir la enfermedad y reparar el daño que la radiación causa en los tejidos normales.



Es preciso que descanse y reordene su actividad diaria de la manera más cómoda posible. La mayoría de los tratamientos con radioterapia permiten llevar una vida normal.

TABLAS DE EJERCICIOS

FISIOTERAPIA PARA PREVENIR Y TRATAR FIBROSIS POR RADIOTERAPIA Y LINFEDEMA FACIAL

El objetivo de esta serie de ejercicios es ayudar a aliviar la fibrosis que puede producirse en las estructuras sometidas a radioterapia, consiguiendo mejorar la flexibilidad de la zona. Además posee un efecto positivo sobre la circulación linfática del área tratada. Por lo que esta secuencia de ejercicios también está diseñada para la prevención y tratamiento del linfedema facial.

Para conseguir estos objetivos es muy importante que los ejercicios sean ejecutados en el orden establecido en esta tabla. Lean detenidamente las indicaciones y sigalas.

□ RESPIRACIÓN ABDOMINO-DIAFRAGMÁTICA



- 1º. Colóquese correctamente: enderece adecuadamente la espalda
 - 2º. Tome aire por la nariz a la vez que saca el vientre
 - 3º. Suelta el aire por la boca o bien por la nariz, mientras el vientre entra automáticamente (sin necesidad de contraer el abdomen)
- La respiración debe ser a un ritmo lento y cómodo (no debe fatigarse). Realice esta respiración durante 2 ó 3 minutos antes de pasar a los siguientes ejercicios

Esta respiración abdomino-diafragmática será la que lleve a cabo en la realización de los ejercicios. La respiración debe ir coordinada con la ejecución de los mismos. Es importante que no bloquee la respiración. En los dibujos se explica en qué momento se toma el aire y en qué momento se suelta. Por ejemplo:



□ GIRO DE CABEZA HACIA UN LADO Y HACIA OTRO

Mientras suelta el aire gire la cabeza hacia un lado → Vuelva el centro tomando aire → Vuelva a girar la cabeza hacia el otro lado, mientras suelta el aire. Así sucesivamente. Evite retener el aire.

- Adaptación en la textura de los alimentos. Evitar alimentos duros o que se fragmenten en trozos irritantes. Utilizar alimentos blandos, jugosos o fáciles de tragar.
- Forzar la ingesta de líquidos. Mantener la boca húmeda bebiendo agua con frecuencia a pequeños sorbos.
- Tomar comidas frecuentes y en pequeñas cantidades de alimentos energéticos.
- Masticar bien y comer despacio.
- Evitar los irritantes, ácidos, picantes; y muy calientes o muy fríos.

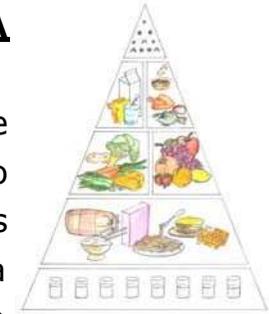
Evitar el consumo de alcohol y de tabaco, tampoco son recomendables las bebidas ácidas ni con gas.

-

Tras finalizar el tratamiento y en los meses sucesivos puede notar aumento de la zona submental (debajo de la barbilla); es debido aun acumulo de líquido por el tratamiento y según los días aparecerá más o menos inflamado, no se preocupe pues no es importante, y el cuidado que requiere es aplicar crema hidratante en sentido descendente y realizar los ejercicios que a continuación se reflejan.

12. ALTERACIÓN DE LA NUTRICIÓN

La desnutrición se produce cuando existe un desequilibrio entre la ingesta y las necesidades de nutrientes y suele ser "calórica – proteica". Un aporte suficiente de calorías y proteínas es importante para favorecer la curación, luchar contra las infecciones y evitar diversos problemas que van a influir en la calidad de vida, la tolerancia de los tratamientos y las defensas del organismo.



Son pacientes especialmente propensos a presentar problemas de nutrición aquellos que se irradian zona ORL, pulmón y abdomen-pelvis, efecto que aumenta cuando tienen quimioterapia a la vez.

"Recomendaciones generales"

Aumentar el aporte de líquidos, evitando bebidas gaseosas y alcohólicas.

Evitar alimentos muy fríos o muy calientes, flatulentos, muy condimentados o con olores intensos.

Fraccionar las comidas en 6 u 8 tomas al día, adaptando los horarios de comidas a cada paciente. Por la mañana se toleran aportes calóricos más altos. No desaprovechar la apetencia del paciente.

En cuanto al volumen hay que tener en cuenta que las pequeñas cantidades se toleran mejor; la ingesta entre horas de los alimentos preferidos puede ser muy útil para llegar al aporte nutricional planificado.

Adaptar la textura y consistencia de los alimentos a la situación de cada paciente.

Las cocciones sencillas bien condimentadas, como horno, papillote, hervido, vapor o escalfados, suelen ser bien toleradas. En cambio los fritos, rebozados, estofados y rehogados suelen ser causa de plenitud precoz. Las planchas y parrilla, pueden resecar el alimento, por lo que se aconseja presentarlos con salsas.

Se deben tomar alimentos ricos en calorías o proteínas (mantequilla, nata, frutos secos, helados, miel, queso, membrillo) y evitar que otros poco calóricos reemplacen a los más energéticos.

Comer en un ambiente tranquilo y acompañado, respetando el cansancio y evitando olores desagradables (los alimentos fríos despiden menos olor que los calientes y son más refrescantes).

Cuidar la presentación de los platos. La combinación de alimentos debe ser sugestiva.

- Alteraciones dentales: A veces, cuando se irradia la boca, puede aparecer caries en las piezas dentales; durante el tratamiento y los meses posteriores, si tiene algún problema odontológico, antes de acudir al dentista consulte previamente a su médico o enfermera.
- Pérdida del gusto: Durante el tratamiento es posible que se produzca la pérdida del gusto y la aparición de sabor metálico por el efecto de la radiación sobre las papilas gustativas, suele desaparecer cuando finaliza el tratamiento.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Higiene bucal muy estricta. Cepillado dental después de cada comida con cepillo dental de cerda blanda.
- Pasta dental con gran concentración de flúor.
- Enjuagues con manzanilla (infusión a temperatura ambiente) o bicarbonato.
- NUNCA usar enjuagues que contengan alcohol ni yodo.
-



B) TRATAMIENTO EN EL ÁREA DE ORL

La irradiación de esta área puede producir afectación de la piel y mucosas, orofaríngea y nutrición.

El cuidado de la piel lo hará según las recomendaciones antes descritas.

En la BOCA pueden aparecer las siguientes molestias:

- Mucositis oral: Es la inflamación e irritación de la mucosa de la boca, en la que aparece formación de aftas y úlceras. Suele presentarse en la 2ª o 3ª semana después del inicio de la radioterapia.
- Alteración de las glándulas salivares: Cuando la irradiación se produce sobre la zona maxilar se puede producir xerostomía o boca seca. Puede mejorar pasado un tiempo después del tratamiento.
- Infección por hongos: Se puede producir por el cambio químico de la saliva y alteración de la mucosa; si sucede esto, su médico le pondrá el tratamiento adecuado y remitirá pronto.

Su enfermera adaptará las recomendaciones nutricionales a los distintos efectos adversos que presente. En caso que sea preciso su enfermera junto a su médico decidirá añadir a su dieta un suplemento dietético.

13. EPITELITIS (alteración en la piel)

Las reacciones cutáneas a la radiación cuando aparecen ocurren a partir de la segunda semana de tratamiento. La progresión habitual es enrojecimiento, descamación seca y descamación húmedas. Estas alteraciones suelen desaparecer poco después de finalizar el tratamiento.

Como medidas preventivas están:

- Higiene: Lavar la zona a tratar con un gel que no contenga detergente, a ser posible de avena o aloe. No frotar con manopla o esponja, usar las manos y secar con toalla suave a toquecitos. Evitar el uso de jabón, desodorante, colonias y lociones con alcohol.
- Utilizar crema hidratante si se recomienda, en principio dos veces al día y nunca 2 horas antes del tratamiento. El lugar de aplicación será indicado por la enfermera según órgano tratado.
- Usar ropa holgada y de algodón, lino o seda, evitando tejidos de lana o sintéticos y que rocen la zona a tratar .
- Evitar tomar el sol en la zona tratada.

- Evitar irritaciones con rascado, frotamientos fuertes, aplicarse cosas calientes o frías (bolsas de agua caliente, hielo, etc.).
- Utilizar la crema hidratante recomendada, en principio dos veces al día y nunca antes del tratamiento; tiene que transcurrir al menos dos horas entre la aplicación y la sesión diaria.
- Evitar el esparadrapo de tela y en general cualquier tipo de apósito si no está indicado por su enfermera.
- Evitar antisépticos que contengan agua oxigenada, alcohol, yodo, mercurio y sus derivados.
- Si la zona de tratamiento coincide con la zona de afeitado, no utilizar cuchilla; se puede afeitar con maquinilla eléctrica.
- Si tiene escozor o picor, consulte con su enfermera.



14. SEGÚN LA ZONA IRRADIADA LOS EFECTOS ADVERSOS SERÁN DIVERSOS:

A) TRATAMIENTO SOBRE LA CABEZA

Es recomendable un champú suave para la higiene del cabello.

Cuando se irradia alguna parte de la cabeza puede perder el pelo de esa zona. Normalmente suele crecer pasados algunos meses de finalizado el tratamiento; en otros casos y dependiendo de la dosis esta pérdida puede ser permanente.

Es frecuente la aparición de somnolencia, cansancio y apatía por lo que no deberá realizar actividades que supongan peligro para usted o para los demás (conducir, manejar maquinaria peligrosa, etc...).

En los primeros días de tratamiento puede presentar dolor de cabeza que suele responder al tratamiento analgésico. No deje de tomar la medicación que se le prescriba hasta que se lo aconseje su médico.

