

Afdeling
Radiotherapie
Oncologie

INFORMATIE VOOR DE PATIËNT

Bestraling van mond, keel en neus



Inhoud

Voorwoord	3
1. De CT-simulatie	4
2. De bestraling	7
3. Mogelijke nevenwerkingen en advies	8
3.1 Vermoeidheid	8
3.2 Tandbederf	8
3.3 Droge mond	9
3.4 Sliklast	9
3.5 Smaakvermindering en minder eetlust	10
3.6 Heesheid	11
3.7 Huidreactie	12
3.8 Pijnlijke mond	13
4. Nazorg	13
5. Persoonlijke nota's en vragen	15
6. Contactgegevens	16

Voorwoord

Binnenkort wordt u verwacht op de afdeling Radiotherapie voor uw eerste bestralingsbehandeling.

Deze brochure is bedoeld voor patiënten die behandeld worden voor mond-, neus- en keelkanker (NKO). In deze brochure kunt u lezen hoe de behandeling verloopt en vindt u nuttige tips en adviezen om mogelijke bijwerkingen, veroorzaakt door de bestraling, te voorkomen of te behandelen.

De informatie is algemeen van aard; wat we beschrijven geldt voor de meerderheid van de patiënten. Uw individuele situatie kan daar in een aantal opzichten van afwijken.

Uiteraard is deze folder slechts een hulpmiddel. Het persoonlijk overleg met uw arts en met de andere medewerkers van het behandelend team blijft belangrijk.

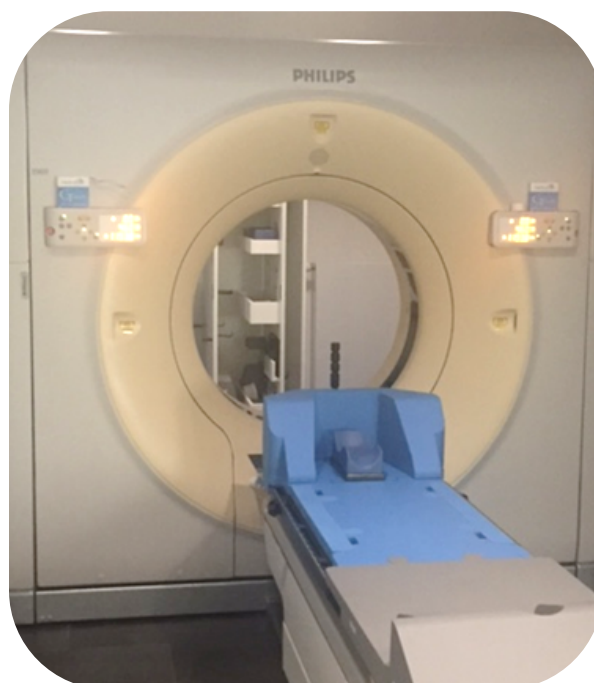
Graag beantwoorden wij tijdens uw behandeling uw vragen en willen wij u met persoonlijke adviezen bijstaan.

De medewerkers van de afdeling Radiotherapie



1. De CT-simulatie

- Om bloedvaten en organen beter in beeld te krijgen, wordt er geopteerd om contrastvloeistof toe te dienen tijdens de CT-simulatie.
- Indien er contrastvloeistof wordt toegediend, hoeft u hiervoor **NIET** nuchter te zijn; wij raden echter wel een licht verteerbare maaltijd en water aan om mogelijke ongemakken te voorkomen.
- U wordt door de verpleegkundig technoloog in een comfortabele houding (ruggig) op de CT-tafel gepositioneerd.
- Indien het gaat om een gecombineerde behandeling met radiotherapie en chemo, wordt deze behandeling met u overlopen. U krijgt naast de afspraken voor de bestraling ook de afspraken mee voor de chemobehandeling.
- Tandverzorging: het is belangrijk dat uw gebit in een zo goed mogelijke conditie is, voordat u met de bestraling start. Soms is het nodig beschadigde of ontstoken tanden of kiezen te verwijderen of herstellen. Heeft u een volledige gebitsprothese dan is de grondige inspectie van de tandarts niet van toepassing.

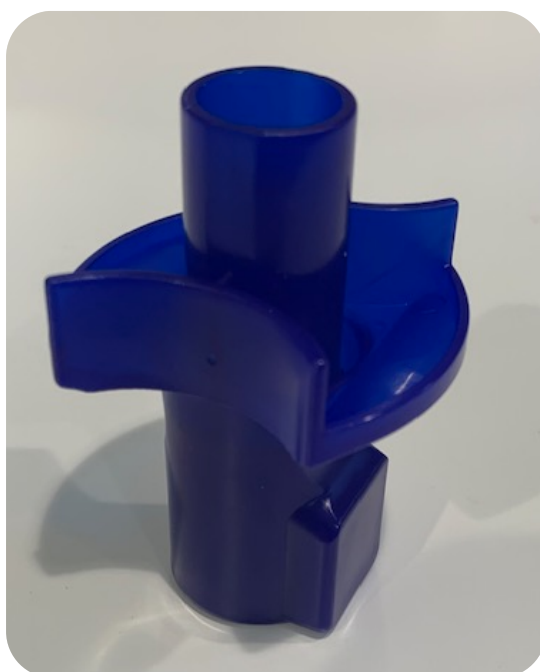
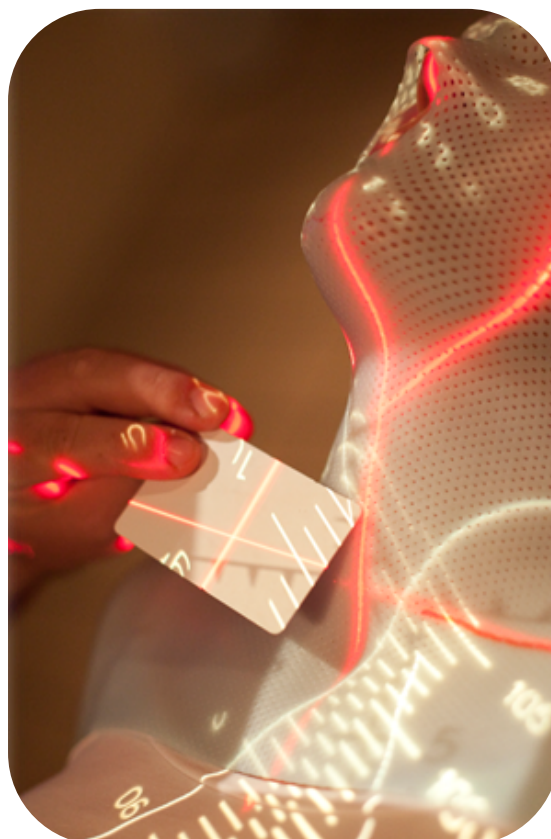


- Er wordt steeds gebruik gemaakt van een hoofdmasker daar de bestraling van het NKO-gebied uiterst nauwkeurig dient te gebeuren. Het is daarom belangrijk dat u uw hoofd niet beweegt en steeds in dezelfde houding ligt. Omdat dit niet makkelijk is, wordt er voor u een hoofdmasker op maat gemaakt. Dit is een kunststof afdruk van uw hoofd.
 - Het hoofdmasker heeft dus geen beschermingsfunctie, wat veel mensen ten onrechte denken. Het maken van een hoofdmasker is niet pijnlijk en duurt ongeveer 10 tot 15 minuten.



- Tijdens het positioneren op de CT-tafel wordt er gevraagd uw bril, oorringen, pruik en dergelijke te verwijderen. Er wordt een gepast kussen onder uw hoofd gelegd zodat u comfortabel ligt.
- Het materiaal van het masker wordt soepel gemaakt door het op te warmen. Nadien wordt het over uw hoofd gelegd en vastgeklikt aan de behandelingstafel.

- Bij aanvang is het hoofdmasker eventjes warm maar dit verdwijnt snel bij het uitharden van het masker. Het masker neemt dan de volledige vorm van uw hoofd aan. U kan er vrij door ademen en kijken, maar niet bewegen. Gedurende het hele proces is er steeds iemand bij u in de buurt.
- Vervolgens wordt de CT-simulatie genomen en worden er kruisjes op het masker gekleefd en na ongeveer 10 minuten wordt het hoofdmasker verwijderd.
- Tongdepressor: bij bestraling ter hoogte van de tong wordt er soms gebruik gemaakt van een tongdepressor, deze is nodig om de tong te fixeren.



2. De bestraling

- Voor aanvang van de bestraling kan bij een niet-optimale voedingstoestand een afspraak gemaakt worden voor het plaatsen van een PEG-sonde (dit is een voedingssonde rechtstreeks via de buikwand naar de maag).
- De verpleegkundig technoloog zal u vragen om in ruglig op de behandelingstafel plaats te nemen. U zal elke dag op identieke wijze gepositioneerd worden op de behandelingstafel.
- De juiste positionering wordt dagelijks gecontroleerd door middel van beeldvorming.
- Bij bestraling met hoofdmasker:
 - Verwijderen van haarspelden, bril, gehoorapparaten of de pruik.
 - De verpleegkundig technoloog zal uw persoonlijk hoofdmasker aanbrengen. Dit masker wordt gedurende de volledige behandeling op de afdeling bewaard.
- De tongdepressor wordt ingebracht.
- Wekelijks zal de verpleegkundig technoloog u naar de ernst van uw nevenwerkingen vragen en deze noteren in uw medisch dossier zodat dit van dichtbij opgevolgd kan worden. Voorbeelden hiervan zijn eventuele pijn, slik- of voedingsproblemen...
- Eénmaal in de week wordt uw lichaamsgewicht gecontroleerd en genoteerd in uw dossier.



3. Mogelijke nevenwerkingen en advies

3.1 Vermoeidheid

- Radiotherapie geeft afvalstoffen af die door het lichaam moeten verwerkt worden. Het herstel van gezond weefsel dat slechts gedeeltelijk is bestraald en het verwijderen van vernietigde kankercellen kost het lichaam extra energie. Hierdoor kunnen patiënten tijdens hun behandeling last hebben van vermoeidheid. Daarbij dienen gezonde lichaamscellen die bestraald zijn de toegebrachte schade terug te herstellen en zijn er nog verschillende andere factoren waardoor vermoeidheid kan optreden zoals het dagelijks heen en weer reizen naar onze afdeling, de spanningen vanwege de ziekte, de onzekerheid...
- Advies: door een aangepast levensritme, gezonde voeding en voldoende water te drinken kan men deze klachten beperken.

3.2 Tandbederf

- Radiotherapie ter hoogte van de mondholte kan aanleiding geven tot tandbederf. Bij onvoldoende hygiëne kan zelfs een ontsteking van het kaakbot optreden. Een goede mond -en tandhygiëne is bijgevolg van uiterst belang zowel tijdens als na de radiotherapie. Vandaar dat er bij aanvang van de behandeling steeds een mondsanering dient te gebeuren.
- Het is belangrijk dat u een viertal keer per dag uw tanden poetst (bv. na de maaltijd).
- Fluorlepels kunnen hierbij extra bescherming bieden. Vraag aan de sociaal verpleegkundige of medewerker de informatiefolder aangaande fluorlepels.

3.3 Droge mond

- Bestraling van het mondgebied kan een blijvend droge mond veroorzaken. Dit komt door de verminderde functie van de speekselklieren door de toegediende bestraling.
- Adviezen:
 - 's Nachts kan een mondbevochtigingsgel verlichting geven. Deze beschermt uw mondslijmvlies tegen beschadiging en uitdroging.
 - Overdag kunt u de mond veelvuldig spoelen.
 - Let op een goede mondhygiëne en spoel na iedere maaltijd de mond steeds goed met IsoBetadine® mondspoeling.
 - Als er weinig of geen speeksel is, is de kans op tandbederf of ontstekingen in de mond veel groter dan normaal. Door steeds de tanden of het gebit goed schoon te maken, is de kans op ontstekingen veel kleiner.

3.4 Sliklast

- Bij bestraling van het hoofd, de hals of het bovenste deel van de borstkas kan het slikken pijnlijk of bemoeilijkt worden. Dit probleem ontstaat omdat een deel van de keelholte of de slokdarm mee bestraald wordt. Hierdoor raken de slijmvliesen in uw mond, keel of slokdarm geïrriteerd. Normaal eten, kan daarom moeilijker worden. Last om te slikken begint meestal rond de 3^{de} week van de bestraling en neemt geleidelijk aan toe. De pijn vermindert al enkele dagen na het einde van de behandeling. Na 2 tot 4 weken is de pijn meestal volledig verdwenen.
- Advies:
 - Neem kleinere, frequente maaltijden.
 - Vermijd prikkelende en alcoholische dranken.
 - Probeer 8 tot 10 glazen vloeistof per dag te drinken. Hierdoor blijft de mond en keel vochtig waardoor het slikken makkelijker zal verlopen.

- Wanneer slikken moeilijk wordt of wanneer u gewicht begint te verliezen, kan u voedingssupplementen met een hoge caloriewaarde gebruiken (advies bij uw arts en diëtiste).
- Spoel regelmatig (\pm 8 maal per dag) uw mond met water, kamillethee of een spoelmiddel voorgeschreven door uw arts. Het is belangrijk dat uw slijmvliezen altijd vochtig blijven.

3.5 Smaakvermindering en minder eetlust

- Een verminderde eetlust is een vaak voorkomende klacht bij patiënten die bestraald worden. Uw slijmvlies raakt geïrriteerd waardoor eten pijnlijk wordt. De eetlust kan hierdoor afnemen. Bij hoofd- en hals bestraling worden bovendien de smaak- en reukpapillen aangetast. Het kan daarom gebeuren dat bepaalde gerechten anders gaan smaken dan voordien. Eiwitrijk voedsel zoals vlees, vis, gevogelte en eieren kan bijvoorbeeld bitter smaken. Zoet voedsel zal op zijn beurt minder zoet smaken. Soms kunnen bepaalde etenswaren zelfs smaakloos worden of metaalachtig smaken. Dit laatste komt meer voor als de bestraling gecombineerd wordt met chemotherapie. Toch is het belangrijk dat u voldoende blijft eten. U hebt immers extra energie nodig voor uw herstel. Deze klachten treden meestal op vanaf de 2^{de} week van de behandeling. Ze zijn van voorbijgaande aard.
- Advies:
 - Geraak niet ontmoedigd!
 - Probeer verschillende soorten voedsel. Voedsel dat u eerder niet lustte, kan nu wel goed smaken.
 - Experimenteer met nieuwe zaken. Maar geniet vooral van het eten!
 - Voor extra voedingsadvies neemt u best contact op met de radiotherapeut of oncodiëtiste.

3.6 Heesheid

- Het kan zijn dat uw stem hees wordt. Dit is een te verwachten neveneffect van radiotherapie. Door de straling raken de stembanden geïrriteerd of uitgedroogd waardoor de stem hees wordt. Uw stem zal ook sneller vermoeid geraken en minder luid klinken. Voor de meeste patiënten is de heesheid van tijdelijke aard. Meestal verdwijnt deze enkele weken na het beëindigen van de radiotherapie. Bij sommige patiënten kan het gebeuren dat de hese stem in mindere mate aanwezig blijft, ook na de behandeling.
- Advies:
 - Gun uw stembanden rust. Praat daarom zo weinig mogelijk. Als u toch dient te praten, praat dan heel zacht zodat u de stembanden niet forceert. Gebruik eventueel een bordje of een blad papier zodat u uw boodschappen kan opschrijven en niet hoeft uit te spreken.
 - Laat anderen voor u spreken, maar sluit u niet volledig af op communicatief vlak. U kunt veel emotionele steun hebben aan gesprekken met familie of vrienden.
 - Vermijd alcohol en tabak want beide drogen de keel en de stembanden uit. Blijf daarom niet in een omgeving waar veel gerookt wordt. Vraag aan familie en vrienden om hiermee rekening te houden.
 - Zorg voor een goede luchtbevochtiging zodat de stembanden en de keel niet uitdrogen. Gebruik luchtbevochtigers of zet een kom met water op de verwarming in de kamer waar u het meest vertoeft.

3.7 Huidreactie

- Acute radiodermatitis: blootstelling aan ioniserende straling kan leiden tot ontstekingen of beschadiging van de huid.
- U mag zich gewoon wassen of douchen tijdens de bestralingsbehandeling. Het is wel aangeraden om wat voorzichtiger met de huid in het bestraalde gebied om te gaan.
- Advies:
 - Goede huidhygiëne: dagelijks wassen met Avène Xeracalm AD douche olie[®] (niet schuimend; dit wordt u meegegeven tijdens uw eerste bestraling) in het bestraalde gebied.
 - Dep de huid in het bestraalde gebied voorzichtig droog, niet wrijven.
 - 2x / dag de bestraalde huid inwrijven met Avène Xeracalm AD crème[®]; deze beschermt en hydrateert de huid.
 - Vermijd direct zonlicht en bedek de bestraalde huid. Gebruik ter bescherming een sjaal of iets dergelijks.
 - Scheer de huid in het bestralingsgebied niet met een scheermesje. Gebruik voor het scheren uitsluitend een elektrisch scheerapparaat. Dit is nodig om wondjes te voorkomen, want die genezen heel moeilijk. Gebruik ook geen aftershave, zinkzalf of geparfumeerde crèmes/balsems.
 - Krab bij jeuk niet aan de bestraalde huid. Jeuk ontstaat door de droogte van de bestraalde huid. Wanneer de bestraalde huid kapot/open is, kunt u deze het beste laten nakijken door de verpleegkundig technoloog.
 - Vermijd knellende kleding ter hoogte van het bestralingsgebied. Het dragen van katoenen kleding is aangeraden, bij voorkeur geen synthetische kleding.
 - Kleef geen pleisters op de bestraalde huid.

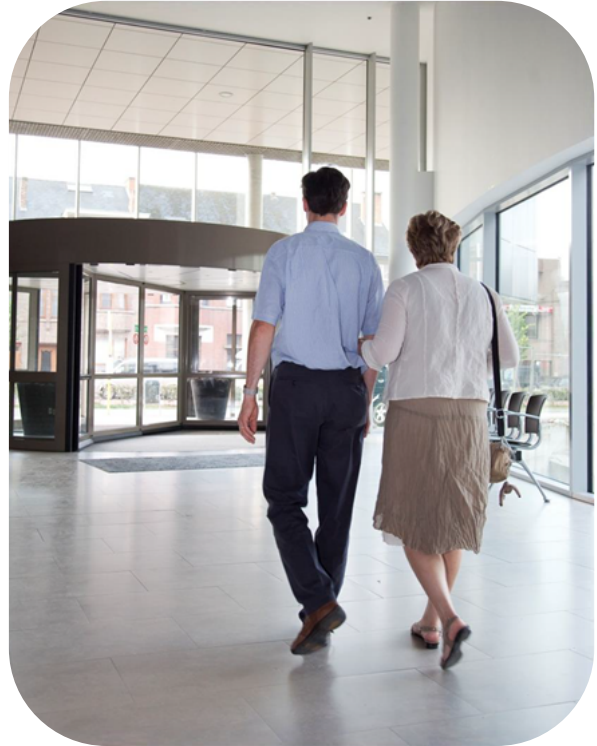
3.8 Pijnlijke mond

- Door bestraling van het hoofd-halsgebied is de kans groot dat de mond -en keelholte geïrriteerd geraakt. Het is mogelijk dat de mond en de tong rauw en pijnlijk zullen aanvoelen. U kunt een branderig gevoel krijgen in de mond en uw mond kan overgevoelig worden voor hete, koude en fel gekruide spijzen.
- Advies:
 - Hou uw mond vochtig door regelmatig kleine hoeveelheden water te drinken, op ijsblokjes te zuigen en regelmatig de mond te spoelen met zuiver water of aangepast mondspoelmiddel.
 - Vermijd dat de lippen uitdrogen. Hou ze eventueel vochtig met lippenbalsem.
 - Gebruik het door de arts voorgeschreven spoelmiddel 3 à 5 keer per dag telkens na elke maaltijd.
 - Als er op uw mondslijmvlies witte strepen en 'vellen' zichtbaar zijn en het voelt branderig aan in de mond, duidt dit veelal op een schimmelinfectie. De bestralingsarts kan hiervoor een antischimmel medicijn en pijnstilling voorschrijven. Het is van belang om deze kuur helemaal af te maken.

4. Nazorg

- Controle bij de radiotherapeut na 6 weken.
- Afspraken omtrent bewaren bestralingsmasker: bij het einde van uw behandeling krijgt u het bestralingsmasker mee naar huis. Dit dient nog een jaar bewaard te worden. Mocht nog een verdere behandeling nodig zijn, kan het opnieuw gebruikt worden.
- Goede opvolging via thuiszorg voor de verdere huidverzorging.

- Gebruik tot een jaar na de bestraling eventueel een sunblock (P50+) op de bestraalde huid. Bij huidproblemen de verzorging verder zetten volgens voorschrift van de arts.
- De fluorlepels gedurende 2 jaar blijven gebruiken, 1x/week.
- Twee keer per jaar op controle bij de tandarts.



Radiotherapie

Diensthoofd: Dr. Bral

Radiotherapeuten-oncologen: Dr. Roelstraete, Dr. Vancleef,
Dr. Engels

Hoofdverpleegkundige: Vandamme Kathleen

Adjunct-hoofdverpleegkundige: Vermeersch Laura

Contactgegevens van onze dienst vindt u aan de achterkant van de informatiebrochure.

6. Contactgegevens



Campus Aalst

Moorselbaan 164 - 9300 Aalst

Secretariaat

Tel: 053/72.44.79 – Fax: 053/72.44.19

Radiotherapie-onco.aalst@olvz-aalst.be

Sociaal verpleegkundige/maatschappelijk werkster: 053/72.40.15

Bestralingstoestellen

- Versato (wachtzaal 8, blok F-1): 053/72.44.07
- Versa (wachtzaal 9, blok F-1): 053/72.42.46
- Novalis (wachtzaal 6, blok F-1): 053/72.87.13
- Unique (wachtzaal 7, blok F-1): 053/72.44.78

CT-simulator

- Wachtzaal 5, F-1 blok: 053/72.43.30

Disclaimer

De informatie in deze brochure is van algemene aard en is bedoeld om u een globaal beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In iedere situatie, en dus ook de uwe, kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze brochure vervangt dus niet de informatie die u van uw behandelend arts reeds kreeg en die rekening houdt met uw specifieke toestand. Zijn er na het lezen van deze brochure nog vragen schrijf deze eventueel op en bespreek ze in ieder geval met uw behandelend arts.

Versie 5/03/2024

Goedgekeurd door dr. Samuel Bral