

Afdeling
Radiotherapie
Oncologie

INFORMATIE VOOR DE PATIËNT

Bestraling van de prostaat



Inhoud

Voorwoord	3
1. De CT-simulatie	4
2. Vorbereiding op de bestraling	8
3. De bestraling	8
4. Mogelijke nevenwerkingen en advies	9
4.1 Vermoeidheid	9
4.2 Plasproblemen	10
4.3 Huidreactie	11
4.4 Huidirritatie in de bilnaad	11
4.5 Darmklachten	12
4.6 Bloedverlies bij ontlasting	13
4.7 Potentiestoornissen	13
5. Nazorg	14
6. Persoonlijke nota's en vragen	15
7. 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 prostaatkanker. 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.

Tot slot is het ook belangrijk te vermelden dat indien u een korte reeks bestralingen zult ondergaan (5 à 6 bestralingen), u de nevenwerkingen mogelijks pas later, na het einde van de behandeling kan ervaren.

De medewerkers van de afdeling Radiotherapie



1. De CT-simulatie

Twee uur vóór aanvang van de CT-simulatie dient u thuis 1 glycerine suppo in de darm in te brengen. De reden hiervoor is dat het belangrijk is dat uw darmen ledig zijn bij aankomst in het ziekenhuis.

Er wordt gebruik gemaakt van contrastvloeistof maar U hoeft 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 (ruglig) op de CT-tafel gepositioneerd.

Om de bijwerkingen tot een minimum te beperken, moeten de darmen leeggemaakt worden en moet u tijdens de CT-simulatie en bestraling een volle blaas hebben. Daarom dient u onderstaand schema nauwkeurig te volgen:

- Niet eten, enkel water drinken.
- Twee uur voor de CT-simulatie moet u thuis 1 glycerine suppo inbrengen. De reden hiervoor is dat het belangrijk is dat uw darmen ledig zijn bij aankomst in het ziekenhuis. Hoe moet dit gebeuren?
 - Glycerine suppo's kan u zonder voorschrift verkrijgen bij uw apotheker.
 - Het is aan te raden om zowel voor als na het inbrengen van de suppo uw handen te wassen.



- Meestal zit elke suppo afzonderlijk verpakt in een soort plastic hulsje/folie. Deze suppo moet opengescheurd of opengeknipt worden zodat de suppo eruit gehaald kan worden.
- Glycerine suppo's kan u zonder voorschrift bekomen bij uw apotheker. U gaat het best op uw linkerzijde liggen waarbij het rechterbeen omhoog richting de borst wordt gebracht. De linker onderarm ligt hierbij achter de rug en het bovenlichaam kantelt wat naar het bed toe. Natuurlijk kan u ook voor een andere positie kiezen indien dit voor u makkelijker of comfortabeler zou zijn.
- Om het inbrengen wat makkelijker en minder onprettig te maken kan de platte kant van de suppo eventueel wat vochtig worden gemaakt met (lauw) water. Ook een glijmiddel op waterbasis kan hiervoor gebruikt worden.
- Plaats de suppo met de platte kant tegen de anus en duw deze vervolgens rustig met uw vinger helemaal naar binnen. Normaal gesproken dient u hiervoor uw vinger enkele centimeters diep in de anus in te brengen. U kunt hierbij een vingercondoom of wegwerphandschoen gebruiken.
- Indien u hierbij moeilijkheden ondervindt, is het handig u te laten helpen door iemand.
- Zorg er voor dat de suppo niet opnieuw naar buiten glijdt. De billen tegen elkaar drukken en even rustig blijven liggen is vaak voldoende. Mocht dit toch nog gebeuren, dan is de suppo waarschijnlijk niet diep genoeg ingebracht. De suppo heeft tijd nodig om te smelten en opgenomen te worden. Wacht na het inbrengen (indien mogelijk) minimaal een half uur om naar het toilet te gaan.

- De CT-simulatie dient met een volle blaas te gebeuren. D.w.z.:
 - Vóór vertrek naar het ziekenhuis thuis eerst plassen.
 - Bij aankomst in het ziekenhuis ongeveer 500 cc water drinken vóór de CT-simulatie. Dit zijn 3 witte bekertjes die gedronken worden bij het aanmelden op het secretariaat oncologie uit de waterdispensor in wachtzaal 1.
 - U mag nu niet meer plassen tot na de CT-simulatie.
- Voor de CT-scan wordt er een rectumballon ingebracht (niet van toepassing op patiënten wiens prostaat operatief werd verwijderd). Nadat de rectumballon in de darm is geplaatst wordt deze opgeblazen met 100cc lucht. Met deze rectumballon worden de darmen uit het bestralingsveld geduwd om nevenwerkingen te minimaliseren.



- Indien er bij u goudmarkers geplaatst zijn, volgt er nu nog een NMR onderzoek op de medische beeldvorming. De NMR afspraak zal u meegegeven worden op de CT-simulatie. Voor deze NMR afspraak ontvangt u 3 dagen ervoor een sms ter herinnering. Dit onderzoek dient ook te gebeuren met een volle blaas.

- Indien u behandeld wordt met **een korte reeks** (5 à 6 bestralingen; 3 bestralingen per week) dan:
 - Wordt er een blaassonde geplaatst tijdens de CT-simulatie; dit om de urethra (urinebuis) beter zichtbaar te maken op de beeldvorming die nodig is om de planning te maken. Dit gebeurt **ENKEL** tijdens de CT-simulatie en **NIET** tijdens de behandeling. Ook tijdens het nemen van de NMR zal deze **NIET** geplaatst worden.
 - Wordt er gebruik gemaakt van een mini-lavement (Microlax[®]) i.p.v. de suppo's. Dit lavement gebruikt u 1,5 uur vóór de CT-simulatie én ELKE behandeling.

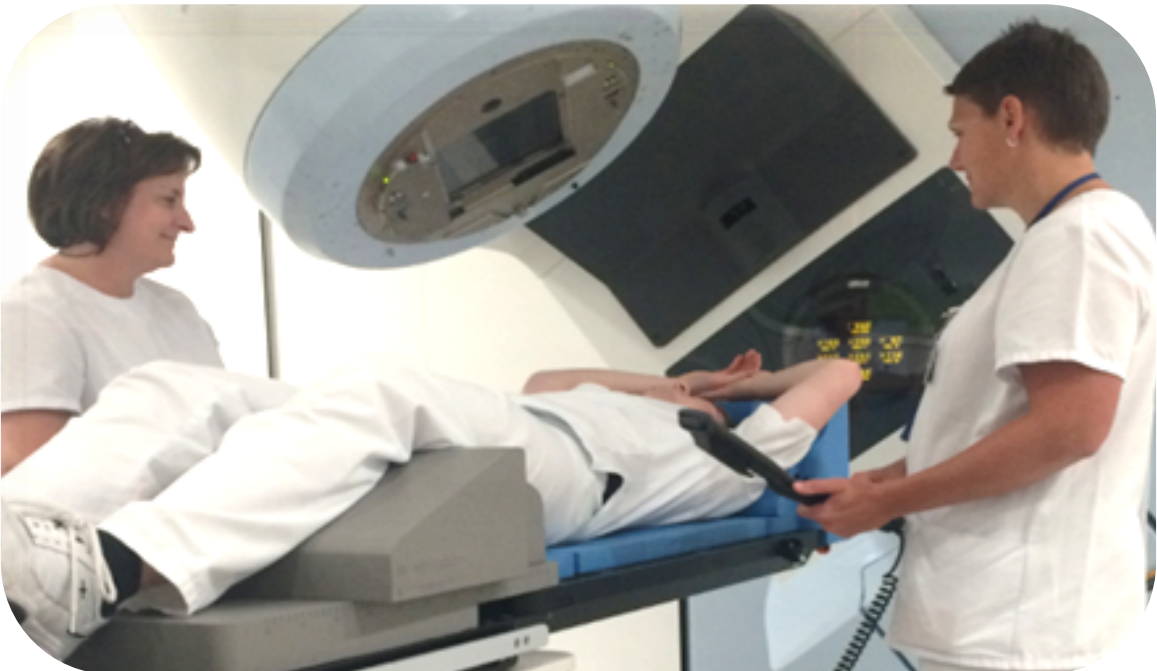


2. Voorbereiding op de bestraling

- Glycerine suppo 2 uur vóór de bestraling thuis inbrengen zodat de darmen ledig zijn tijdens de bestraling.
- Extra:
 - Vóór vertrek naar het ziekenhuis thuis plassen.
 - Ongeveer 500 cc water drinken vóór de bestraling. Dit zijn 3 witte bekertjes die gedronken kunnen worden in wachtzaal 7. Kom dus iets vroeger dan uw gepland bestralingsuur zodat u voldoende tijd heeft om de gewenste hoeveelheid water rustig te kunnen drinken.

3. De bestraling

- 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 rectumballon wordt in de darm geplaatst en gevuld met 100cc lucht.



- De juiste positionering wordt dagelijks gecontroleerd door middel van beeldvorming.
- De verpleegkundig technoloog zal u vragen of de blaas voldoende gevuld is. Indien dit niet het geval is, kan het zijn dat u van de behandelingstafel gehaald wordt en dat u gevraagd wordt eerst nog iets extra te drinken.
- 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, problemen bij het plassen...
- Eénmaal in de week wordt uw lichaamsgewicht gecontroleerd en genoteerd in uw dossier.

4. Mogelijke nevenwerkingen en advies

4.1 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.

4.2 Plasproblemen

- Bij bestraling van de blaas kan een prikkeling van de blaaswand optreden waardoor klachten ontstaan. Symptomen kunnen o.a. zijn:
 - Vaak kleine hoeveelheden plassen.
 - Telkens een dringende behoefte voelen om te plassen. (Vaak laat de eerste straal op zich wachten en verloopt het plassen moeilijk).
 - Een branderig gevoel na het plassen.
 - Drang om te plassen zonder dat er urine wordt geloosd.
 - Pijn in de onderbuik.
 - Troebele urine.
- De blaasklachten die door de bestraling ontstaan, zijn meestal tijdelijk van aard. De blaaswand zal twee tot drie weken na het einde van de behandeling grotendeels hersteld zijn. Wel is het mogelijk dat uw blaas wat in volume afneemt. Hierdoor zult u mogelijk na de behandeling vaker moeten plassen dan voorheen.
- Adviezen:
 - Drink voldoende water: 1,5 tot 2 liter per dag. Door het extra opgenomen vocht is de urine minder geconcentreerd zodat de kans op een blaasontsteking afneemt.
 - Vermijd alcoholische dranken.
 - Vermijd te sterk gekruid voedsel of dranken.
 - Vermijd tabaksgebruik.
 - Controleer altijd de kleur van uw urine; heel donker gekleurde of roze urine zou op een blaasontsteking kunnen wijzen.
 - Bij hevige pijn in de onderbuik, bloed in de urine, overmatige drang om te plassen of een storend branderig gevoel wordt de radiotherapeut gecontacteerd. Deze zal eventueel een urine-staal aanvragen ter controle en indien nodig een behandeling voorschrijven.

4.3 Huidreactie

- 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.
- De in het bestralingsgebied gelegen huid kan geleidelijk aan rood worden. De mate van roodheid hangt af van de stralingsdosis en gaat soms gepaard met jeuk en een licht branderig gevoel. De reactie is het sterkst op plaatsen waar de huid meestal wat vochtig is, bijvoorbeeld in de bilspleet.
- De huidreactie verschilt van patiënt tot patiënt en verdwijnt geleidelijk na de radiotherapie.
- Adviezen:
 - Ga niet zwemmen en neem geen uitgebreid bad.
 - Dep de huid in het bestraalde gebied voorzichtig droog, niet wrijven.
 - Bij pijn bij het inbrengen van de rectumballon of bij jeuk ter hoogte van de anus zal men Scheriproct[®] voorschrijven om te verzachten en de genezing te bevorderen.

4.4 Huidirritatie in de bilnaad (zelden)

- De bilnaad en meestal ook de anus bevinden zich in het bestralingsveld. De huid in de bilplooi is weker en transpireert meer in vergelijking met andere zones. Het anale slijmvlies kan geïrriteerd

geraken door de stralen. De ontlastingsfrequentie kan toenemen met verhoogde irritatie. De samenstelling van de stoelgang (diarree en slijmen) zal extra irritatie geven. Al deze factoren samen geven een verhoogd risico op huid- en slijmvliesreacties die normaal te verwachten zijn +/- 2 weken na de start van de therapie.

- Adviezen:
 - Verzorg uw huid na elke ontlasting. Maak uw huid deppend proper met zacht toiletpapier.
 - Gebruik de verzorgende afdekkende zalf (Cicalfate®) bij huidirritatie.

4.5 Darmklachten

- De darmen zijn gevoelig voor straling en raken gemakkelijk geïrriteerd. U kunt last krijgen van darmkrampen en diarree als een gedeelte van uw darmen mee wordt bestraald. Deze bijwerkingen zijn van tijdelijke aard. Ze treden gewoonlijk op rond de derde of vierde week van de bestraling. Eén tot twee weken na afloop van de bestralingsserie zijn uw darmcellen hersteld en verminderen geleidelijk aan uw klachten.
- Adviezen:
 - Drink voldoende water: 1,5 à 2 liter per dag.
 - Kies voor een vezelarme voeding en vermijd vetten.
 - Vermijd te sterk gekruid voedsel of dranken.
 - Neem nooit medicatie tegen diarree zonder uw dokter of verpleegkundig technoloog te raadplegen.
 - Vermijd vers fruit (vooral sinaasappelen) en rauwkost.
 - De voeding mag geen gasvorming veroorzaken. Vermijd daarom uien, prei, koolsoorten, peulvruchten, champignons, selderie...
 - Vermijd dranken die gasvorming veroorzaken, zoals koolzuurhoudende dranken en bier.

4.6 Bloedverlies bij ontlasting

- Soms blijft een deel van de endeldarm kwetsbaar en treden er sneller dan normaal kleine slijmvliesbeschadigingen op met als gevolg bloedverlies bij de ontlasting. Het is hierbij van belang dat de ontlasting niet te hard wordt. Harde ontlasting beschadigt het slijmvlies eerder dan zachte ontlasting. Als het bloedverlies gering is en niet vaak voorkomt, is er geen aanvullende behandeling nodig. Bloedverdunnende medicijnen kunnen het bloedverlies verergeren.

4.7 Potentiestoornissen

- Bestraling van het kleine bekken bij prostaatkanker kan gevolgen hebben voor het erectievermogen. Hoe hoger de dosis van de bestraling en hoe groter het bestraalde gebied, hoe hoger de kans is dat er zich erectieproblemen voordoen. Dit erectieprobleem is waarschijnlijk het gevolg van irritatie ter hoogte van de bloedvaten veroorzaakt door de bestraling. De bestraling zorgt er namelijk voor dat er in het bestraalde gebied littekenvorming optreedt. De bloedvaten verliezen hun elasticiteit en kunnen daardoor niet meer voldoende uitzetten op het moment dat dit gewenst is. Ze kunnen als gevolg van de bestraling eveneens verharderen waardoor ze nauwer worden.
- Men schat dat het erectievermogen van mannen die een buikbestraling hebben ondergaan vermindert met één derde. Deze veranderingen kunnen gedurende de twee jaren volgend op de behandeling geleidelijk aan optreden. Mannen met een hoge bloeddruk en zware rokers hebben meer risico op erectieproblemen omdat hun bloedvaten meestal al verzwakt zijn.

- Adviezen:
 - Vraag aan uw arts wat de gevolgen van de behandeling op uw seksueel leven kunnen zijn. Tracht uw partner zoveel mogelijk bij deze gesprekken te betrekken. Als beide partners namelijk over dezelfde informatie beschikken, begrijpen ze elkaar veel beter en kunnen ze gemakkelijker met elkaar praten.
 - Tracht samen uw gevoelens, behoeften en frustraties onder woorden te brengen.
 - Praat over uw angst en zorgen met uw vrienden, familie, uw dokter of verpleegkundig technoloog als u daar behoefte aan heeft. Er is ook mogelijkheid om begeleid te worden door een psycholoog/seksuoloog tijdens uw behandeling. Een uitgebreide informatiebrochure hieromtrent is beschikbaar.
 - Druk uw genegenheid voor uw partner uit op een manier die u op dit ogenblik het meeste voldoening geeft.
 - Als vermoeidheid uw seksleven beïnvloedt, kunt u erop letten dat u voldoende uitgerust bent voor u seksuele toenadering zoekt.
 - Vraag aan uw arts welke gevolgen deze behandeling op uw seksueel leven kan hebben. Probeer uw partner bij deze gesprekken te betrekken. Als beide partners over dezelfde informatie beschikken, begrijpen ze elkaar veel beter en kunnen ze gemakkelijker met elkaar praten.

5. Nazorg

- Goede opvolging via thuiszorg voor de verdere huidverzorging.
- Controle na 6 weken bij de radiotherapeut.

7. 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 05/03/2024

Goedgekeurd door dr Samuel Bral