Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΑΣΘΕΝΟΥΣ & ΝΟΣΗΛΕΥΤΗ

Γρήγορος οδηγός προετοιμασίας εντέρου: IMRT για τον προστάτη σας ή ακτινοθεραπεία μετά την επέμβαση προστάτη

Πρόκειται για έναν γρήγορο οδηγό για την προετοιμασία εντέρου πριν από και κατά την ακτινοθεραπεία σας. Προορίζεται για άτομα που λαμβάνουν έναν από αυτούς τους τύπους ακτινοθεραπείας:

- Ακτινοθεραπεία διαμορφούμενης έντασης (Intensity-Modulated Radiation Therapy, IMRT) για τον προστάτη
- Ακτινοθεραπεία με την επέμβαση προστάτη (ακτινοθεραπεία μετά την προστατεκτομή)

Διαβάστε το *Σχετικά με την ακτινοθεραπεία διαμορφούμενης έντασης (Intensity-Modulated Radiation Therapy, IMRT) για τον προστάτη* (www.mskcc.org/el/cancer-care/patient-education/intensity-modulated-radiation-therapy-prostate) ή το *About Radiation Therapy After Prostate Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-

education/about-your-radiation-therapy-after-prostate-surgery) για πλήρεις οδηγίες.

3 ημέρες πριν από την προσομοίωσή σας

Ημερομηνία: _____

- Ξεκινήστε με 2 (125 mg) δισκία σιμεθικόνης (Gas-X®) μετά το πρωινό και μετά το δείπνο. Να τα παίρνετε καθημερινά.
- Ξεκινήστε να παίρνετε 1 (5 mg) δισκίο βισακοδύλης (Dulcolax®) το βράδυ. Να το παίρνετε κάθε βράδυ.

Μπορείτε να σταματήσετε τη λήψη των δισκίων σιμεθικόνης και βισακοδύλης μετά την προσομοίωση, ενώ η ομάδα φροντίδας σας σχεδιάζει τις θεραπείες σας.

3 ημέρες πριν από την πρώτη σας ακτινοθεραπεία

Ημερομηνία: _____

- Ξεκινήστε εκ νέου τη λήψη 2 δισκίων (125 mg) σιμεθικόνης (Gas-X) μετά το πρωινό και μετά το δείπνο καθημερινά.
- Ξεκινήστε εκ νέου τη λήψη 1 (5 mg) δισκίου βισακοδύλης (Dulcolax) κάθε βράδυ.

Συνεχίστε να παίρνετε σιμεθικόνη (Gas-X) και βισακοδύλη (Dulcolax) καθημερινά, μέχρι να τελειώσετε την ακτινοθεραπεία. Εάν η ομάδα περίθαλψης σας σάς δώσει άλλες οδηγίες, ακολουθήστε εκείνες, αντί αυτών.

Κατά τη διάρκεια της ακτινοθεραπείας

Προσπαθήστε να αφοδεύσετε μέσα σε 1 ώρα πριν από τα ραντεβού σας για θεραπεία ακτινοβολίας.

Ενημερώστε την ομάδα φροντίδας σας αν αρχίσετε να έχετε διάρροια. Μπορούμε να σας βοηθήσουμε να ρυθμίσετε τη δόση της βισακοδύλης.

Ενημερώστε την ομάδα φροντίδας σας αν ακολουθείτε αυτές τις οδηγίες, αλλά εξακολουθείτε να μην μπορείτε να αφοδεύσετε πριν από κάθε θεραπεία. Μπορούμε να προσαρμόσουμε την προετοιμασία του εντέρου σας για να βρούμε κάτι που λειτουργεί καλύτερα για εσάς.

Χρήσιμες υπενθυμίσεις

Για να μειωθούν τα αέρια και το φούσκωμα:

- Να τρώτε αργά, να μασάτε καλά το φαγητό σας και να αποφεύγετε να πίνετε με καλαμάκια ή να πίνετε από μπουκάλια και κουτιά. Έτσι θα αποφευχθεί η

κατάποση αέρα.

- Αποφύγετε τα ανθρακούχα ποτά, όπως το σέλτζερ, η σόδα και η μπύρα.
- Περιορίσετε τρόφιμα και ροφήματα που παράγουν αέρια κατά την πέψη τους. Παραδείγματα αυτόν είναι: μπρόκολο, λαχανάκια Βρυξελλών, λάχανο, κουνουπίδι, λαχανίδα, κρεμμύδια, σκόρδο, αποξηραμένα φρούτα, καθώς και γάλα και προϊόντα γαλακτοκομικών εάν έχετε δυσανεξία στη λακτόζη. Διαβάστε την ενότητα «Διατροφικές οδηγίες για περιορισμό του φουσκώματος» στο *Σχετικά με την ακτινοθεραπεία διαμορφούμενης έντασης (Intensity-Modulated Radiation Therapy, IMRT) για τον προστάτη* (www.mskcc.org/el/cancer-care/patient-education/intensity-modulated-radiation-therapy-prostate) ή το *About Radiation Therapy After Prostate Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/about-your-radiation-therapy-after-prostate-surgery) για τον πλήρη κατάλογο.
- Επιλέγετε μαγειρεμένα λαχανικά αντί για ωμά λαχανικά.

Για να γεμίσει η ουροδόχος κύστη σας.

- Είναι σημαντικό να πίνετε άφθονα υγρά. Οι

περισσότεροι άνθρωποι πρέπει να έχουν αρκετά γεμάτη ουροδόχο κύστη στη διάρκεια της προσομοίωσης και των ακτινοθεραπειών τους.

- Σας προτείνουμε να πίνετε περίπου 1.814 γραμμάρια (8 φλιτζάνια) νερό καθημερινά μέχρι το ραντεβού σας, εκτός αν ένας άλλος επαγγελματίας υγείας σάς έχει πει να περιορίσετε την ποσότητα που πίνετε.
- Ο ακτινοθεραπευτής σας θα σας δώσει περισσότερες οδηγίες κατά τη διάρκεια του ραντεβού προσομοίωσης.

Στοιχεία επικοινωνίας

Εάν έχετε απορίες ή προβληματισμούς, επικοινωνήστε με ένα μέλος της ομάδας ακτινοθεραπείας σας. Μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί τους από Δευτέρα έως Παρασκευή από 9 π.μ. έως 5 μ.μ. σε αυτούς τους αριθμούς.

Ραδιογκολόγος: _____
Αριθμός τηλεφώνου: _____

Νοσηλευτής ακτινολογικού: _____
Αριθμός τηλεφώνου: _____

Πέραν των ωρών αυτών, μπορείτε να αφήσετε ένα μήνυμα ή να μιλήσετε με κάποιον άλλο πάροχο της MSK. Υπάρχει πάντα διαθέσιμος ένας γιατρός ή νοσηλευτής. Εάν δεν είστε σίγουρος/η πώς να επικοινωνήσετε με τον πάροχο υγειονομικής περίθαλψής σας, καλέστε το 212-639-2000.

Για περισσότερες πηγές, επισκεφτείτε τη διεύθυνση www.mskcc.org/pe για να κάνετε αναζήτηση στην ψηφιακή μας βιβλιοθήκη.

Με επιφύλαξη όλων των δικαιωμάτων που ανήκουν στο Κέντρο Αντιμετώπισης του Καρκίνου Memorial Sloan Kettering