

ابر حامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی
www.abrhami.ir

روند انجام پرتودرمانی



هنگام انجام پرتودرمانی چه انتظاری باید داشت

طبیعی است که وقتی متوجه می‌شوید به پرتودرمانی نیاز دارید، احساس نگرانی یا حتی سردرگمی کنید. با این حال، یادگیری بیشتر در مورد این نوع درمان سرطان ممکن است به شما کمک کند احساس آمادگی و راحتی بیشتری داشته باشید.

این مقاله به شما کمک می‌کند تا برای اولین درمان خود آماده شوید. این محتوا، شامل افرادی است که در تیم پرتودرمانی شما حضور دارند و قبل، در طول و بعد از درمان پرتودرمانی شما چه اتفاقی خواهد افتاد. در مورد **اصول اولیه پرتودرمانی و عوارض جانبی پرتودرمانی** بیشتر بدانید.

چه کسانی در تیم پرتودرمانی من حضور دارند؟

یک تیم پزشکی بسیار آموزش دیده و متخصص در ارائه پرتودرمانی با یکدیگر همکاری خواهند کرد تا بهترین مراقبت ممکن را به شما ارائه دهند. این تیم ممکن است شامل متخصصان زیر باشد:

رادیولوژیست انکولوژی. این نوع پزشک در انجام پرتودرمانی برای درمان سرطان تخصص دارد. یک انکولوژیست پرتودرمانی بر درمان‌های پرتودرمانی نظارت می‌کند. آنها از نزدیک با سایر اعضای تیم برای توسعه طرح درمان همکاری می‌کنند.

دستیاران پزشکی انکولوژی. دستیاران پزشک انکولوژی، با بیماران ملاقات می‌کنند و با تیم رادیوانکولوژی، از جمله ناظر رادیولوژیست انکولوژی، همکاری خواهد کرد.

پرستار رادیو انکولوژی. این نوع پرستار در مراقبت از افرادی که پرتودرمانی می‌شوند تخصص دارد. یک پرستار رادیوانکولوژی نقش‌های زیادی در روند درمان ایفا می‌کند، از جمله:

- پاسخ به سؤالات در مورد درمان
- نظارت بر سلامت بیمار در طول درمان
- کمک به مدیریت عوارض جانبی درمان

فیزیک‌دان پرتوهای پزشکی. این متخصص به طراحی برنامه‌های درمانی کمک می‌کند. آنها در استفاده از تجهیزات تشعشع متخصص هستند.

کارشناس دوزیمتری. دوزیمتر به رادیولوژیست انکولوژی شما کمک می‌کند تا دوز مناسب پرتو را محاسبه کند.

پرتودرمانگر یا تکنسین پرتودرمانی. این متخصص، دستگاه‌ها را راه‌اندازی می‌کند و درمان‌های برنامه‌ریزی شده‌شان را به افراد ارائه می‌دهد.

سایر متخصصان مراقبت‌های سلامتی. اعضای تیم ممکن است به مراقبت از نیازهای فیزیکی، عاطفی و اجتماعی در طول پرتودرمانی کمک کنند. این متخصصان عبارت‌اند از:

- مددکاران اجتماعی
- متخصصان تغذیه
- درمانگران توان‌بخشی، مانند فیزیوتراپیست یا گفتار درمانگر
- دندان‌پزشکان

راجع به [تیم انکولوژی](#) بیشتر بدانید.

قبل از پرتودرمانی چه اتفاقی می‌افتد؟

هر طرح درمانی برای برآوردن نیازهای فردی بیمار ایجاد می‌شود، اما چند مرحله کلی وجود دارد. می‌توانید قبل از شروع درمان انتظار این مراحل را داشته باشید:

ملاقات با انکولوژیست پرتودرمانی. در این جلسه، پزشک سوابق پزشکی شما را بررسی می‌کند، معاینه فیزیکی انجام می‌دهد و آزمایشاتی را توصیه می‌کند. همچنین با خطرات و مزایای بالقوه پرتودرمانی آشنا خواهید شد. این زمان بسیار خوبی برای پرسیدن هرگونه سؤال یا درمیان گذاشتن نگرانی‌های خود است.

رضایت آگاهانه. اگر شما و پزشکتان تصمیم بگیرید که پرتودرمانی بهترین گزینه درمانی برای شماست، تیم درمانی از شما می‌خواهد فرم "رضایت آگاهانه" را امضا کنید. امضای این فرم به این معنی است:

- تیم درمانی اطلاعاتی در مورد گزینه‌های درمانی به شما داده است.
 - شما پرتودرمانی را انتخاب کردید.
 - شما به متخصصان مراقبت‌های سلامتی اجازه می‌دهید تا درمان را ارائه دهند.
 - شما می‌دانید که درمان، تضمینی برای به‌دست‌آوردن نتایج موردنظر نیست.
- شبیه‌سازی و برنامه‌ریزی درمان.** اولین جلسه پرتودرمانی شما شبیه‌سازی نامیده می‌شود. این بدان معناست که این جلسه، یک تمرین بدون انجام پرتودرمانی است. تیم شما از اسکن تصویربرداری برای تأیید محل تومور استفاده خواهد کرد. این اسکن‌ها ممکن است شامل موارد زیر باشد:

- توموگرافی کامپیوتری
 - تصویربرداری رزونانس مغناطیسی
 - تصویربرداری با اشعه ایکس
- باتوجه به ناحیه‌ای از بدن که تحت درمان هستید، ممکن است علامت(های) کوچکی روی پوست بگذارند. این علامت‌ها به تیم شما کمک می‌کند تا پرتو اشعه را به سمت تومور نشانه‌گیری کند.
- گاهی اوقات ممکن است به دستگاه بی‌حرکتی نیاز داشته باشید. این دستگاه به شما کمک می‌کند در هر جلسه پرتودرمانی در همان وضعیت بمانید. وسایل بی‌حرکتی می‌تواند شامل موارد زیر باشد:

- نوار
- اسفنج‌های فوم

- پشت سر

- قالب‌ها

- گچ‌گیری

برای پرتودرمانی سر یا گردن، ممکن است ماسک ترموپلاستیک دریافت کنید. این یک ماسک مشبک است که از صورت شما قالب می‌گیرد و روی میز محکم می‌شود. در هر جلسه به آرامی سر شما را در جای خود نگه می‌دارد. از تیم مراقبت از سرطان خود بپرسید که ماسک شما چگونه ساخته می‌شود و در طول این فرایند چه انتظاری دارید.

مهم است که بدن شما برای هر درمان در یک موقعیت قرار گیرد و در طول درمان تاحدامکان راحت باشید. تیم پرتودرمانی به راحتی شما اهمیت می‌دهد. با تیم برای یافتن موقعیتی راحت همکاری کنید تا هر بار که برای پرتودرمانی وارد می‌شوید، بتوانید در آن قرار بگیرید. اگر در یک دستگاه بی‌حرکتی احساس اضطراب کردید، به آنها اطلاع دهید. برای کمک به آرامش شما، تیم درمانی شما ممکن است تکنیک‌های آرام‌سازی را ارائه دهد و/یا پزشک می‌تواند دارو تجویز کند.

پس از اجرای شبیه‌سازی در اولین جلسه، تیم پرتودرمانی اطلاعات را بررسی کرده و طرح درمان پرتودرمانی شما را نهایی می‌کند. یک نرم‌افزار کامپیوتری به تیم کمک می‌کند تا برنامه را توسعه دهد.

در طول پرتودرمانی خارجی چه اتفاقی می‌افتد؟

آنچه در طول درمان پرتودرمانی اتفاق می‌افتد بستگی به نوع پرتودرمانی دارد. پرتودرمانی با پرتو خارجی، تابش را از یک دستگاه خارج از بدن می‌رساند. این رایج‌ترین درمان پرتودرمانی برای سرطان است.

هر جلسه به‌طورکلی سریع است و حدود ۱۵ دقیقه طول می‌کشد. تشعشع در هنگام ورود به بدن آسیب نمی‌زند، درد ندارد و نمی‌سوزد. در طول درمان صدای کلیک یا وزوز شنیده می‌شود و ممکن است بویی از دستگاه به مشام برسد.

به طور معمول، افراد 5 بار در هفته، جلسات درمانی دارند. این برنامه معمولاً بسته به برنامه درمانی شخصی شما بین 3 تا 9 هفته ادامه می‌یابد.

این نوع پرتودرمانی فقط تومور را هدف قرار می‌دهد. اما برخی از بافت‌های سالم اطراف تومور را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد. درحالی‌که اکثر مردم هنگام ارائه درمان هیچ دردی احساس نمی‌کنند، اثرات درمان به آرامی در طول زمان ایجاد می‌شود و ممکن است شامل ناراحتی، تغییرات پوستی یا سایر عوارض جانبی (بسته به جایی که درمان در بدن انجام می‌شود) باشد. استراحت میان جلسات درمانی در هر هفته به بدن شما فرصت می‌دهد تا این آسیب را ترمیم کند. برخی از اثرات ممکن است تا پس از اتمام دوره درمان از بین نرود. عوارض جانبی خود را به تیم مراقبت از سرطان اطلاع دهید تا بتوانند به تسکین آنها کمک کنند. در مورد [عوارض پرتودرمانی](#) بیشتر بدانید.

در طول پرتودرمانی داخلی چه اتفاقی می‌افتد؟

پرتودرمانی داخلی، براکی‌ترابی نیز نامیده می‌شود. این درمان، شامل قراردادن موقت و دائمی منابع رادیواکتیو در محل تومور است.

به طور معمول با این رویکرد درمانی، شما درمان‌های مکرر را در چند روز و چند هفته خواهید داشت. این درمان‌ها ممکن است نیاز به اقامت کوتاه‌مدت در بیمارستان داشته باشند. ممکن است برای جلوگیری از آگاهی از دردهای درحالی‌که منابع رادیواکتیو در بدن قرار می‌گیرند، نیاز به بیهوشی داشته باشید. اکثر افراد در طول این درمان احساس ناراحتی کمی می‌کنند. اما برخی ممکن است در اثر بیهوشی دچار ضعف یا حالت تهوع شوند.

شما باید اقدامات احتیاطی را برای محافظت از دیگران در برابر قرارگرفتن در معرض تشعشع انجام دهید. تیم پرتودرمانی دستورالعمل‌های لازم را ارائه خواهد کرد. نیاز به چنین اقدامات احتیاطی زمانی پایان می‌یابد که:

- ایمپلنت دائمی، رادیواکتیویته خود را از دست می‌دهد.
- ایمپلنت موقت برداشته می‌شود.

چه چیز دیگری باید در مورد روند درمان پرتودرمانی بدانم؟

در طول دوره درمان، پزشک اثربخشی پرتودرمانی را بررسی می‌کند. به طور معمول، این بررسی حداقل یک‌بار در هفته اتفاق می‌افتد. در صورت نیاز، آنها ممکن است برنامه درمانی شما را تنظیم کنند.

بسیاری از افراد در حین درمان دچار خستگی و عارضه‌های پوستی در محل پرتودرمانی می‌شوند. همچنین ممکن است در طول پرتودرمانی دچار پریشرانی عاطفی شوید. استراحت و مراقبت از خود در طول پرتودرمانی بسیار مهم است. پیشنهادهای زیر را برای مراقبت از خود در نظر بگیرید:

- برای استراحت بیشتر برنامه‌ریزی کنید
- یک رژیم غذایی متعادل داشته باشید
- به طور منظم مایعات بنوشید
- پوست آسیب‌دیده را با لوسیون مورد تأیید تیم مراقبت سلامتی خود درمان کنید
- از پوست خود در برابر نور خورشید محافظت کنید
- به دنبال حمایت عاطفی باشید

پس از پایان پرتودرمانی چه اتفاقی می‌افتد؟

پس از تکمیل برنامه درمانی، چند ملاقات با درمانگر خواهید داشت. مهم است که مراقبت‌های بعدی خود را ادامه دهید. تیم مراقبت‌های سلامتی شما می‌خواهد بهبودی شما را بررسی کند و مراقب عوارض جانبی مرتبط با درمان باشد که ممکن است فوراً رخ ندهد.

همان‌طور که بدن شما بهبود می‌یابد، به ملاقات‌های کمتری نیاز خواهید داشت. از پزشک بخواهید که سوابق کتبی درمان را ارائه دهد. این سوابق، منبعی مفید برای مدیریت مراقبت‌های سلامتی طولانی‌مدت است.

سؤالاتی که می‌توانید از تیم مراقبت از سلامت خود بپرسید:

این سؤالات را در مورد پرتودرمانی خود از تیم مراقبت از سلامت بپرسید:

- چه کسی طرح درمان پرتودرمانی من را تنظیم می‌کند؟ هر چند وقت یکبار این طرح بررسی خواهد شد؟
- کدام متخصصین مراقبت‌های سلامتی را در هر جلسه درمانی ملاقات خواهم کرد؟
- می‌توانید توضیح دهید که اولین جلسه یا شبیه‌سازی من چگونه خواهد بود؟
- آیا قبل از شروع درمان به آزمایش یا اسکن نیاز دارم؟
- آیا پوست من به عنوان بخشی از برنامه‌ریزی درمانی علامت‌گذاری می‌شود؟
- آیا در طول پرتودرمانی به دستگاه بی‌حرکتی نیاز دارم؟ اگر چنین است، می‌توانید آن را برای من توصیف کنید؟
- اگر از انجام این نوع درمان احساس اضطراب یا ناراحتی می‌کنم با چه کسی می‌توانم صحبت کنم؟
- هر جلسه درمانی چقدر طول می‌کشد؟ چند وقت یکبار پرتودرمانی خواهم کرد؟
- آیا می‌توانم در هر جلسه یک نفر را با خود بیاورم؟
- آیا خدمات ویژه‌ای برای بیمارانی که روزانه رادیوتراپی می‌کنند وجود دارد، مانند مکان‌های خاص پارکینگ یا نرخ پارکینگ؟
- در مورد عوارض جانبی که تجربه می‌کنم باید با چه کسی صحبت کنم؟
- برای عوارض پوستی چه لوسیونی را پیشنهاد می‌کنید؟ چه زمانی باید آن را اعمال کنم؟
- چگونه می‌توانم در طول دوره درمان از خودم مراقبت کنم؟
- آیا اقدامات احتیاطی خاصی برای محافظت از خانواده و دیگران در برابر قرارگرفتن در معرض اشعه در طول دوره درمان موردنیاز است؟

- برنامه مراقبت‌های بعدی من چگونه خواهد بود؟

منابع مرتبط

آشنایی با پرتودرمانی

عوارض جانبی پرتودرمانی