

ابر حامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی
www.abrhami.ir

عوارض جانبی پرتودرمانی



شعوارض جانبی پرتودرمانی

پرتودرمانی می‌تواند به طور مؤثر بسیاری از انواع سرطان را درمان کند. مانند سایر درمان‌های سرطان، اغلب عوارض جانبی ایجاد می‌کند.

برخی از عوارض جانبی احتمالی رایج ناشی از پرتودرمانی وجود دارد، اما عوارض جانبی در افراد مختلف متفاوت است. این تفاوت به این دلیل است که عوارض جانبی می‌تواند به نوع سرطان، محل آن، دوز پرتودرمانی، سلامت عمومی شما و سایر عوامل بستگی داشته باشد. مهم است که با تیم مراقبت از سرطان خود در مورد هرگونه عوارض جانبی که تجربه می‌کنید صحبت کنید تا بتوانند راه‌هایی برای کمک به شما بیابند.

این مقاله دلیل ایجاد عوارض ناشی از پرتودرمانی، انواع عوارض جانبی که می‌توانید انتظار داشته باشید و نحوه مقابله با عوارض جانبی را شرح می‌دهد. در مورد [اصول اولیه پرتودرمانی و آنچه در طول قرار ملاقات‌های پرتودرمانی خود باید انتظار داشته باشید](#) بیشتر بیاموزید.

چرا پرتودرمانی عوارض جانبی دارد؟

در این نوع درمان از دوزهای بالای پرتودرمانی برای از بین بردن سلول‌های سرطانی استفاده می‌شود. عوارض جانبی ناشی از آسیب به سلول‌ها و بافت‌های سالم در نزدیکی منطقه درمان است.

در سال‌های اخیر پیشرفت‌های تحقیقاتی عمده‌ای در پرتودرمانی صورت گرفته که آن را دقیق‌تر کرده است. این امر باعث کاهش عوارض جانبی این درمان در مقایسه با روش‌های پرتودرمانی که در گذشته استفاده می‌شد، شده است.

برخی از افراد عوارض جانبی کمی را از پرتودرمانی تجربه می‌کنند یا هیچ عوارض جانبی ندارند. افراد دیگر عوارض جانبی شدیدتری را تجربه می‌کنند. واکنش به پرتودرمانی اغلب در هفته دوم یا سوم درمان شروع می‌شود. یا ممکن است تا چند هفته پس از درمان نهایی ادامه داشته باشند. برخی از عوارض جانبی ممکن است طولانی‌مدت باشند. با تیم مراقبت از سرطان خود در مورد آنچه می‌توانید انتظار داشته باشید، صحبت کنید.

آیا گزینه‌هایی برای پیشگیری یا درمان عوارض جانبی ناشی از پرتودرمانی وجود دارد؟

بله. تیم مراقبت از سرطان می‌تواند به شما در پیشگیری یا تسکین بسیاری از عوارض جانبی کمک کند. پیشگیری و درمان عوارض جانبی بخش مهمی از درمان کلی سرطان شما است. این روند، [مراقبت تسکینی](#) یا مراقبت حمایتی نامیده می‌شود.

قبل از شروع درمان، بپرسید احتمال بروز چه عوارض جانبی از نوع خاصی از درمانی که دریافت می‌کنید وجود دارد و چه زمانی ممکن است رخ دهد. در طول درمان و پس از آن، شرایط خود را به تیم مراقبت از سرطان، به طور منظم اطلاع دهید. این شرایط شامل عارضه جانبی جدید، ادامه یافتن یک عارضه یا شدیدتر شدن آن است.

عوارض جانبی رایج پرتودرمانی چیست؟

پرتودرمانی یک درمان موضعی نامیده می‌شود. این بدان معنی است که فقط بر ناحیه خاصی از بدن که هدف قرار گرفته، تأثیر می‌گذارد. به عنوان مثال، پرتودرمانی پوست سر ممکن است باعث ریزش مو شود. اما افرادی که سایر قسمت‌های بدن خود را پرتودرمانی می‌کنند، معمولاً موهای سر خود را از دست نمی‌دهند.

عوارض جانبی فیزیکی رایج پرتودرمانی عبارت‌اند از:

تغییرات پوستی. برخی از افرادی که پرتودرمانی دریافت می‌کنند، خشکی، خارش، تاول یا لایه برداری روی پوست ناحیه تحت درمان را تجربه می‌کنند. تغییرات پوستی ناشی از پرتودرمانی معمولاً چند هفته پس از پایان درمان از بین می‌رود. اگر آسیب پوست به یک مشکل جدی تبدیل شود، پزشک ممکن است برنامه درمانی شما را تغییر دهد. لوسیون ممکن است به تغییرات پوستی کمک کند، اما مطمئن شوید که با تیم مراقبت سلامتی خود در مورد کرم توصیه شده و زمان استفاده از آن مشورت کنید. همچنین بهتر است [از پوست آسیب دیده در برابر نور خورشید محافظت کنید](#) درباره [عوارض جانبی درمان مرتبط با پوست](#) بیشتر بدانید.

خستگی. خستگی اصطلاحی است که برای توصیف احساس خستگی فیزیکی، عاطفی و ذهنی استفاده می‌شود، حتی اگر به اندازه کافی استراحت و خواب داشته باشید. بسیاری از بیماران دچار خستگی می‌شوند. اگر بیش از ۱ نوع درمان؛ مانند پرتودرمانی همراه با شیمی درمانی دریافت می‌کنید، ممکن است سطح خستگی شما افزایش یابد. در مورد مدیریت [خستگی بیشتر](#) [بیاموزید](#).

عوارض جانبی طولانی مدت. اکثر عوارض جانبی پس از درمان از بین می‌روند. اما برخی ادامه می‌یابند، برمی‌گردند یا بعداً پیشرفت می‌کنند. به این [اثرات](#) طولانی مدت یا دیررس می‌گویند. یکی از اثرات بلندمدت پرتودرمانی، بروز [سرطان دوم است](#). این نوع جدیدی از سرطان است که گاهی به دلیل درمان اصلی سرطان ایجاد می‌شود. خطر این عارضه بلندمدت کم است، اما از تیم مراقبت‌های سلامتی خود بپرسید چه علائمی از سرطان دوم را باید پیگیری کنید.

عوارض جانبی وابسته به محل پرتودرمانی چیست؟

برخی از عوارض جانبی به نوع و محل انجام پرتودرمانی در بدن بستگی دارد.

سرگردن. پرتودرمانی باهدف سر یا گردن فرد، ممکن است عوارض جانبی زیر را ایجاد کند:

- [دهان خشک](#)
- [زخم های دهان و لثه](#)
- [مشکل در بلع](#)
- [سفتی در فک](#)
- [حالت تهوع](#)
- [ریزش مو](#)
- [، لنف ادم نوعی تورم](#)
- [پوسیدگی دندان](#)

در مورد سلامت دندان در طول درمان سرطان و مدیریت چالش های غذایی ناشی از درمان های [سرگردن](#) بیشتر بیاموزید.

قفسه سینه پرتودرمانی باهدف قفسه سینه ممکن است این عوارض جانبی را ایجاد کند:

- [مشکل در بلع](#)
- [تنگی نفس](#)
- [درد سینه یا نوک سینه](#)
- [سفتی شانه](#)
- [سرفه، تب و تنگی قفسه سینه که به عنوان پنومونیت تشعشع شناخته می شود.](#) این اتفاق بین ۲ هفته تا ۶ ماه پس از پایان پرتودرمانی رخ می دهد.
- [فیبروز پرتویی که باعث ایجاد اسکار دائمی ریه در اثر پنومونیت پرتوی درمان نشده می شود.](#) انکولوژیست پرتودرمانی شما می داند که چگونه خطر فیبروز را کاهش دهد.

معهده و شکم. پرتودرمانی باهدف معده یا شکم ممکن است این عوارض جانبی را ایجاد کند.

- [از دست دادن اشتها](#)
- [تهوع و استفراغ](#)
- [گرفتگی روده](#)

- اسهال

این علائم احتمالاً پس از درمان از بین خواهند رفت. در طول درمان، پزشک می‌تواند دارویی برای کنترل این عوارض جانبی تجویز کند. ایجاد **تغییرات در رژیم غذایی** نیز ممکن است علائم را کاهش دهد. ممکن است صحبت با **متخصص تغذیه سرطان شناسی مفید باشد**.

لگن. پرتودرمانی باهدف لگن ممکن است باعث ایجاد این عوارض شود:

- مدفوع شل یا اسهال
- خونریزی از رکتوم
- بی‌اختیاری‌زمانی است که فرد قادر به کنترل مثانه خود نیست
- تحریک مثانه
- **مشکلات جنسی** شامل تغییرات فیزیکی و عاطفی است که بر زندگی جنسی و صمیمیت شما تأثیر می‌گذارد. مشکلات می‌تواند شامل اختلال نعوظ (ناتوانی در ایجاد یا حفظ نعوظ آلت تناسلی است) یا خارش واژن، سوزش، خشکی و سایر تغییرات باشد.
- تغییرات در قاعدگی، مانند توقف دوره قاعدگی و علائم **یائسگی**
- **مشکلات باروری**، به این معنی که می‌تواند بر توانایی شما برای بچه‌دارشدن در آینده تأثیر بگذارد. مشکلات خاص شامل کاهش تعداد اسپرم و کاهش فعالیت اسپرم در صورت پرتودرمانی برای بیضه‌ها یا غده پروستات است. اگر هر دو تخمدان پرتودرمانی دریافت کنند، ممکن است باردارشدن با مشکل مواجه شود.

یادآوری تشعشع چیست؟

یادآوری تشعشع، بثوراتی است که شبیه آفتاب‌سوختگی شدید است. نادر است؛ اما زمانی که انواع خاصی از شیمی‌درمانی در طول یا بلافاصله پس از پرتودرمانی خارجی انجام شود، ممکن است اتفاق بیفتد. بثورات در قسمتی از بدن که پرتودرمانی شده، ظاهر می‌شود. علائم ممکن است شامل قرمزی، حساسیت، تورم، زخم و لایه‌برداری پوست باشد.

به طور معمول، این اثرات، ظرف چند روز یا چند هفته پس از شروع پرتودرمانی شروع می‌شود. اما می‌توانند ماه‌ها یا سال‌ها بعد نیز ظاهر شوند. پزشکان یادآوری پرتو را با داروهایی به نام

کورتیکواستروئید درمان می‌کنند. به‌ندرت ممکن است لازم باشد برای ادامه شیمی‌درمانی تا بهبودی پوست صبر کنید.

مقابله با عوارض جانبی پرتودرمانی

تجربه هر فرد از پرتودرمانی متفاوت است. عوارض جانبی از فردی به فرد دیگر متفاوت است، حتی اگر نوع درمان مشابهی انجام شود. قبل از درمان، از تیم مراقبت از سلامت خود بپرسید کدام **عوارض جانبی فیزیکی** ممکن است و مراقب چه مواردی باید باشند. همچنین ممکن است **عوارض جانبی عاطفی** را تجربه کنید. جستجوی حمایت از سلامت روان برای کمک به اضطراب و استرس مهم است.

از تیم مراقبت از سرطان خود در مورد **راه‌های مراقبت از خود** در طول دوره درمان، از جمله استراحت کافی، خوب غذا خوردن و هیدراته ماندن بپرسید. بپرسید که آیا محدودیتی در برنامه ورزشی منظم یا سایر فعالیت‌های بدنی شما وجود دارد یا خیر. اگر چنین است، با آنها در مورد راه دیگری برای **ورزش منظم صحبت کنید**.

در طول درمان با تیم مراقبت از سرطان خود صحبت کنید. به آنها بگویید، چه زمانی عوارض جانبی برای اولین بار ظاهر می‌شوند، شدیدتر می‌شوند یا علی‌رغم درمان ادامه می‌یابند. این اطلاعات، به تیم درمانی شما کمک می‌کند تا راه‌هایی را برای کمک به شما در حین و پس از درمان ارائه دهند.

سؤالاتی که می‌توانید از تیم مراقبت از سرطان خود بپرسید:

اگر پرتودرمانی بخشی از برنامه درمانی توصیه شده شماست، سؤالات زیر را از تیم مراقبت سلامتی خود بپرسید:

- چه عوارض جانبی فیزیکی بر اساس برنامه درمانی پرتودرمانی خاص من احتمالاً وجود دارد؟ احتمالاً چه زمانی شروع خواهند شد؟
- چگونه می‌توان از این عوارض جانبی پیشگیری کرد یا آنها را مدیریت کرد؟
- چگونه می‌توانم در طول دوره درمان از پوست آسیب‌دیده مراقبت کنم؟
- وقتی یک عارضه جانبی ظاهر شد یا شدیدتر شد به چه کسی باید اطلاع دهم؟
- آیا عوارض جانبی خاصی وجود دارد که باید فوراً به پزشک اطلاع دهم؟
- اگر از انجام این درمان احساس اضطراب یا ناراحتی می‌کنم، با چه کسی می‌توانم صحبت کنم؟

- اگر عوارض جانبی دارم که بر تغذیه من تأثیر می‌گذارد، آیا می‌توانید یک متخصص تغذیه انکولوژی معرفی کنید؟
- راه‌های دیگری که می‌توانم در طول دوره درمان از خودم مراقبت کنم چیست؟
- آیا محدودیتی برای ورزش یا سایر فعالیت‌های بدنی در طول این درمان وجود دارد؟
- آیا این درمان می‌تواند بر زندگی جنسی من تأثیر بگذارد؟ اگر چنین است، چگونه و برای چه مدت؟
- آیا این درمان می‌تواند بر توانایی من برای باردار شدن یا بچه‌دار شدن تأثیر بگذارد؟ اگر چنین است، آیا باید قبل از شروع درمان سرطان با یک متخصص باروری صحبت کنم؟
- اثرات بالقوه درازمدت این نوع پرتودرمانی چیست؟
- اگر نگران مدیریت هزینه‌های مالی مراقبت از سرطان هستم، چه کسی می‌تواند به من کمک کند؟
- آیا اقدامات احتیاطی خاصی برای محافظت از خانواده و دیگران در برابر قرارگرفتن در معرض اشعه در طول دوره درمان، موردنیاز است؟
- پس از اتمام پرتودرمانی، برنامه مراقبتی بعدی من چگونه خواهد بود؟
- چرا مراقبت‌های پیگیرانه برای مدیریت عوارض جانبی درمان مهم است؟

منابع مرتبط

[آشنایی با پرتو درمانی](#)

[هنگام انجام پرتودرمانی چه انتظاری باید داشت](#)

[ترس از عوارض جانبی مرتبط با درمان](#)

[پروتون درمانی](#)