

Οδηγός Ασθενών

Κέντρο Ακτινοθεραπευτικής
Ογκολογίας

**Οδηγίες για ασθενείς
που κάνουν θεραπεία
με γεμάτη κύστη**



Ενημέρωση
ασθενών &
φροντιστών

Γιατί η κύστη θα πρέπει να είναι γεμάτη για τη θεραπεία μου;

Η κύστη όταν γεμίζει, διατείνεται - φουσκώνει και απομακρύνεται από την περιοχή ακτινοβολήσης. Με αυτό τον τρόπο, ακτινοβολείται μόνο ένα μικρό κομμάτι στη βάση της και όχι ολόκληρη.

Ταυτόχρονα, καθώς γεμίζει σπρώχνει τις έλικες του λεπτού εντέρου προς τα πάνω, ελαχιστοποιώντας τη δόση ακτινοβολίας που λαμβάνουν.

Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα **να μειώνεται ο κίνδυνος παρενεργειών**, τόσο οξέων όσο και απώτερων.

Γιατί χρειάζεται να είμαι ενυδατωμένος;

Η ενυδάτωση πριν και κατά τη διάρκεια της ακτινοθεραπείας είναι πολύ σημαντική.

Εάν το σώμα σας δεν είναι ενυδατωμένο, το νερό που πίνετε πριν από τη θεραπεία θα απορροφάται από το σώμα σας και δε θα γεμίζει την κύστη στο μέγεθος που απαιτείται.

Χρειάζεται να έχετε γεμάτη κύστη για την Αξονική Σχεδιασμού σας αλλά και για κάθε συνεδρία ακτινοθεραπείας.

Πώς μπορώ να εξασφαλίσω ότι είμαι ενυδατωμένος;

Θα πρέπει να πίνετε 2 λίτρα νερό ημερησίως. Αυτή η ποσότητα είναι επιπλέον των υπόλοιπων υγρών που πίνετε κατά τη διάρκεια της ημέρας.

Είναι πολύ σημαντική η εξάσκηση επίσης του γεμίσματος της κύστης για ένα διάστημα στο σπίτι και θα σας προετοιμάσει για όταν ξεκινήσετε την ακτινοθεραπεία.

Παρακαλείστε να ακολουθήσετε αυτά τα βήματα 4 φορές την ημέρα:

1. Πηγαίνετε στην τουαλέτα και αδειάζετε την κύστη σας σχολαστικά
2. Αμέσως πιείτε 500ml νερό μέσα σε λίγα λεπτά
3. Περιμένετε 60 λεπτά χωρίς να πάτε τουαλέτα μέχρι να ξεκινήσει η θεραπεία σας.

Είναι επίσης σημαντικό να μειώσετε την πρόσληψη τσαγιού, καφέ και αλκοόλ καθώς αυτά μπορούν να σας κάνουν να πηγαίνετε στην τουαλέτα συχνότερα και να σας αφυδατώσουν. Αν έχετε δυσκολία να πίνετε σκέτο νερό δοκιμάστε να το αρωματίσετε με λίγο λεμόνι.

Η ενυδάτωση θα βοηθήσει και στην καθημερινή ομαλή λειτουργία του εντέρου σας, η οποία επίσης απαιτείται για τη θεραπεία.

Ποια βήματα πρέπει να ακολουθήσω όταν γεμίζω την κύστη μου για τη θεραπεία;

- / Πηγαίνετε στην τουαλέτα και αδειάστε καλά την κύστη σας
- / Απευθείας πιείτε 500ml νερό μέσα σε λίγα λεπτά
- / Υπολογίστε ότι σε 45-60 λεπτά θα μπαίνετε για θεραπεία

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Κανονικά θα σας ζητηθεί να πιείτε **500ml νερό και να περιμένετε 60 λεπτά.**

Εντούτοις, η ποσότητα του νερού και ο χρόνος που θα περιμένετε θα καθοριστεί στην Αξονική Σχεδιασμού σας.

Παρακαλείστε να μην ανησυχήσετε αν οι οδηγίες για εσάς καταλήξουν να είναι διαφορετικές, αυτό εξατομικεύεται κατά άτομο και θεραπεία.

Πότε πρέπει να φτάσω στο νοσοκομείο για το προγραμματισμένο ραντεβού μου;

Καθημερινά, καλείστε να φτάσετε **εγκαίρως για το ραντεβού σας και με γεμάτη κύστη.** Μόλις προσέλθετε γνωστοποιείτε την παρουσία σας στη γραμματεία και ενημερώστε για την ετοιμότητά σας.

Εάν νιώθετε ανασφάλεια μπορείτε εναλλακτικά να προσέλθετε στο τμήμα 1 ώρα πριν και να ετοιμάσετε εδώ την κύστη σας.

Ζητήστε ενημέρωση για τυχόν καθυστέρηση στο πρόγραμμα για να προσαρμοστείτε κατάλληλα.

Τι συμβαίνει εάν δεν μπορώ να κρατήσω γεμάτη κύστη και χρειάζεται να πάω στην τουαλέτα;

Εάν δυσκολεύεστε να κρατήσετε γεμάτη κύστη, κατά την εξάσκησή σας στο σπίτι, προσπαθήστε να κρατήσετε τα 500ml για λιγότερο χρόνο. Αρχικά προσπαθήστε να κρατηθείτε για 20-30 λεπτά και σταδιακά αυξήστε το. Αν συνεχίζετε να δυσκολεύεστε, παρακαλείστε να επικοινωνήσετε μαζί μας για περαιτέρω καθοδήγηση.

Σε περίπτωση που δεν μπορείτε να κρατήσετε την κύστη σας γεμάτη πριν από την Αξονική Σχεδιασμού ή κάποια συνεδρία θεραπείας, αδειάστε την κύστη σας και [ενημερώστε την υποδοχή ή τον τεχνολόγο του μηχανήματος](#). Θα σας καθοδηγήσουν για το πότε πρέπει να ξεκινήσετε να ξαναπίνετε νερό.



ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΥΓΕΙΑ

Ερυθρού Σταυρού 4
& Κηφισίας, 151 23 Μαρούσι
T: 210 686 7000 F: 210 684 5089
E: info@hygeia.gr, www.hygeia.gr

ΚΕΝΤΡΟ ΑΚΤΙΝΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΟΓΚΟΛΟΓΙΑΣ

T: 210 686 7830, 210 686 7831
E: gkao@hygeia.gr

HYG_F1182 / 1n / 01.08.2018



Οργανισμός Διαπιστευμένος
από το Joint Commission
International

TÜV
AUSTRIA
EN ISO 9001:2015
Nr: 01012283

TÜV
AUSTRIA
EN ISO 14001:2015
Nr: 04014083

TÜV
AUSTRIA
OHSAS 18001:2007
Nr: 011799049699

TÜV
AUSTRIA
PAS 99:2012
Nr: 02613019