



ÚMIT

МЕЖДУНАРОДНЫЙ
ОНКОЛОГИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР ТОМОТЕРАПИИ

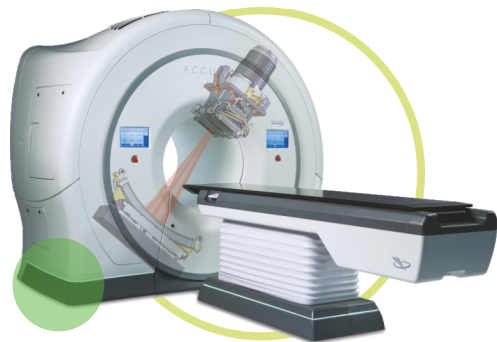
ТОМОТЕРАПИЯ

Памятка в помощь пациентам





Что такое томотерапия?



Томотерапия (TomoTherapy) – это метод лучевой терапии, представляющий собой неинвазивную процедуру, которая разрушает раковые клетки, чтобы остановить их рост, и является одним из наиболее эффективных методов лечения рака.

Процесс проведения томотерапии

1.

Подготовка к проведению лечения

В этот период проводятся дополнительные исследования с целью уточнения локализации и оценки состояния здоровых тканей, окружающих патологический очаг.

Перед началом курса томотерапии, тщательно рассчитываются дозы облучения и определяются его способы, с помощью которых можно добиться максимального уничтожения опухолевых клеток и защиты здоровых тканей.

Врач решает какая доза облучения необходима больному, кратность проводимых сеансов и продолжительность лечения.

Расчет дозиметрического плана проводит команда высококвалифицированных специалистов – медицинских физиков. Расчет плана и принятие решения может занять несколько дней. Эта процедура называется планированием лучевой терапии.

2.

Как проходит кт-симуляция

Вас попросят спокойно неподвижно лежать на диагностической кушетке компьютерного томографа. На коже будут отмечены специальные метки или линии для правильного и точного расположения тела внутри аппарата. Эта маркировка должна оставаться на коже до конца лечения. Поэтому во время принятия душа старайтесь не смывать её. Если линии и точки начнут стираться, скажите об этом врачу. Не подрисовывайте точки сами.



Уже в предлучевом периоде не следует применять настойки йода и другие раздражающие средства на участках кожи, которые будут подвергнуты лучевому воздействию. Не следует загорать. При наличии на коже опрелостей, высыпаний необходимо указать на них лечащему врачу. Он назначит соответствующее лечение (присыпки, мази, аэрозоли).

Если лучевая терапия будет проводиться для лечения опухоли челюстно-лицевой области, необходима предварительная санация полости рта (лечение или удаление кариозных зубов). Это является важнейшим мероприятием для профилактики лучевых осложнений в полости рта.



Как проходит лечение методом томотерапии?

1.

Выбор схемы лечения методом томотерапии

Обычно курс лечения длится от 1 до 7 недель и зависит от локализации, объёма и вида онкологического заболевания. В некоторых случаях, когда лучевую терапию проводят перед операцией с целью уменьшения размеров опухоли или для облегчения состояния больного, длительность курса составляет 2-3 недели. Обычно сеансы лучевой терапии проводят 5 раз в неделю. Двухдневный перерыв в конце недели позволяет восстановиться здоровым тканям.

Лучевая терапия назначается после проведения заседания Мультидисциплинарной группы (МДГ). Решение об общей дозе облучения и количестве сеансов принимает врач-радиационный онколог, исходя из размеров и локализации опухоли, её типа, Вашего общего состояния и других видов проводимого лечения.

2.

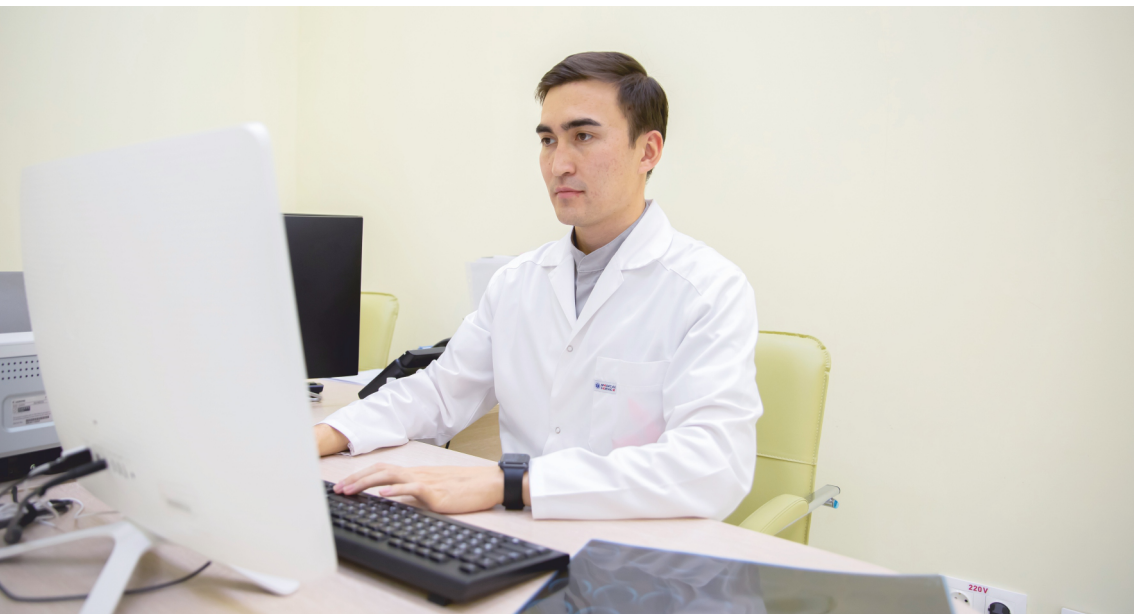
Как проходит сеанс лечения

Вас попросят спокойно неподвижно лежать на лечебном столе аппарата Томотерапии. По отмеченным ранее на коже полям будут точно определены зоны облучения. Поэтому во время облучения Вы не должны двигаться. Лежать нужно спокойно, без напряжения, дыхание должно быть естественным и равномерным. Вы будете находиться в кабине 15-30 минут.



Перед включением установки медицинский персонал переходит в другую комнату и наблюдает за Вами по видеокамерам. Вы можете с ними общаться через громкоговоритель.

Некоторые части аппаратов для радиотерапии при работе могут перемещаться и создавать шум. Не беспокойтесь – весь процесс контролируется. Само облучение безболезненно. Если во время облучения Вы будете плохо себя чувствовать, безотлагательно сообщите об этом врачу, не предпринимая каких-либо самостоятельных действий. Установку можно выключить в любое время.



Возможно, уже в начале лечения вы почувствуете уменьшение боли (если они были). Однако, как правило, наибольшее лечебное действие томотерапии наступает после завершения курса лечения.

Для получения хорошего лечебного эффекта очень важно, чтобы Вы прошли все назначенные сеансы лечения.

Как себя вести во время проведения томотерапии

Реакция организма на лучевую терапию индивидуальна. Однако в любом случае процесс томотерапии представляет собой значительную нагрузку на организм. Поэтому в ходе лечения у Вас может развиваться чувство усталости. В связи с этим следует больше отдыхать. Ложитесь спать, когда почувствуете потребность в этом. Ощущение обычно проходит через 4-6 недель после завершения лечения.

Однако не следует вообще избегать физической активности, которая повышает защитные силы организма и устойчивость к вредным воздействиям. Рекомендации по подбору и дозированию физических нагрузок Вы можете получить у своего врача и врача-методиста ЛФК.



Во время лечения следует соблюдать некоторые правила

1.

Хорошо питайтесь

Старайтесь придерживаться сбалансированной диеты (соотношение белков, жиров и углеводов 1:1:4). Вместе с пищей необходимо принимать 2,5-3 л жидкости в сутки (фруктовые соки, минеральная вода, чай с молоком).

2.

Вредные привычки

Откажитесь, хотя бы на период лечения от вредных привычек (курение, употребление спиртного).

3.

Комфортная одежда

Не носите одежду, плотно прилегающую к облучаемым участкам тела. Крайне нежелательны вещи из синтетических тканей и шерсти. Предпочтительна просторная мягкая хлопчатобумажная одежда. По возможности облучаемые участки кожи следует держать открытыми.

4.

Прогулки

Чаще бывайте на свежем воздухе.

5.

Защита кожи

Внимательно следите за состоянием кожи. Выходя на улицу, защищайте облучаемую часть кожи от солнца (легкая одежда, шляпа с широкими полями). Облученная кожа иногда выглядит загоревшей или потемневшей. К концу лечения в некоторых случаях облучаемые участки тела могут чрезмерно увлажняться (особенно в сгибах). Это во многом зависит от Вашей индивидуальной чувствительности к облучению.

Обо всех замеченных Вами изменениях сообщите врачу или медсестре. Они дадут соответствующие рекомендации.

6.

Косметические средства

Не проконсультировавшись с врачом, не применяйте на облучаемом участке тела мыло, лосьоны, дезодоранты, мази, косметику, парфюмерию, тальк или другие подобные средства.

7.

Механические воздействия

Не трите и не расчесывайте облучаемый участок кожи. Не накладывайте на него теплые или холодные предметы (грелка, лед).



Что ждет пациента после облучения?



Побочное действие облучения.

Лучевая терапия, как и любой другой вид лечения, может сопровождаться общим и местным (в области воздействия облучения на ткани) побочным действием. Эти явления могут быть острыми (кратковременные, возникают во время лечения) и хроническими (развиваются спустя несколько недель и даже лет после окончания лечения).

Побочное действие томотерапии чаще всего проявляется в тканях и органах, подвергшихся непосредственному воздействию облучения. Большинство побочных явлений,

развивающихся во время лечения, сравнительно легкие и лечатся медикаментозно. Они, как правило, исчезают в течение трех недель после окончания лучевой терапии. У многих пациентов побочные явления вообще не возникают. Во время проведения лечения врач контролирует Ваше состояние и влияние облучения на функции организма.

Если во время лечения появились какие-то необычные симптомы (кашель, потливость, лихорадка, необычная боль), обязательно сообщите об этом своему врачу или медсестре.

Общее побочное действие томотерапии

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ

Почти все пациенты, находящиеся на лечении по поводу рака, испытывают в той или иной степени эмоциональное напряжение. Наиболее часто наблюдается чувство депрессии, страха, тоски, одиночества, иногда агрессии. Чаще общайтесь с членами семьи, близкими, друзьями. Не замыкайтесь в себе. Старайтесь принимать участие в жизни окружающих Вас

людей, помогайте им и не отказывайтесь от их помощи. Поговорите с психотерапевтом. Возможно, он порекомендует какие-нибудь приемлемые методы снятия напряжения.

УСТАЛОСТЬ

Чувство усталости обычно начинает ощущаться через несколько недель после начала лечения. Оно связано со значительной физической нагрузкой на организм при проведении лучевой терапии и стрессом. Поэтому на период проведения лучевой терапии следует несколько снизить общую активность, особенно если Вы привыкли работать в напряженном темпе. Однако не устраняйтесь полностью от занятий домашним хозяйством, принимайте участие в семейной жизни. Чаще занимайтесь делами, которые Вам по душе, больше читайте, смотрите телевизор, слушайте музыку. Но только до тех пор, пока не почувствуете себя усталым.

Если Вы не хотите, чтобы о Вашем лечении знали посторонние, можно взять отпуск на период лечения. Если Вы продолжаете работать, побеседуйте со своим руководителем, возможно, он изменит Ваш график работы. Не бойтесь обратиться за помощью к своим родным и друзьям. Они наверняка поймут Ваше состояние и окажут необходимую поддержку. После завершения лечения чувство усталости постепенно проходит.

ИЗМЕНЕНИЯ КРОВИ

При облучении значительных по размерам участков тела в крови может временно уменьшиться количество лейкоцитов, тромбоцитов и эритроцитов. Врач контролирует функцию кроветворения по данным анализа крови. Иногда при выраженных изменениях делают перерыв в лечении на одну неделю. В редких случаях назначают лекарственные препараты.

УХУДШЕНИЕ АППЕТИТА

Обычно радиотерапия не вызывает тошноты и рвоты (в зависимости от области облучения). Однако может наблюдаться ухудшение аппетита. Вы должны понимать, что для восстановления поврежденных тканей следует употреблять достаточное количество пищи. Даже если нет чувства голода, необходимо приложить усилия и обеспечить высококалорийное питание с высоким содержанием белков. Оно позволит лучше справиться с побочными явлениями и повысить результаты лечения онкологического заболевания.

Несколько советов по питанию при проведении томотерапии:

1. Употребляйте разнообразную пищу часто, но малыми порциями. Ешьте тогда, когда Вам захотелось, не обращая внимания на распорядок дня.
2. Повышайте калорийность пищи- добавляйте больше сливочного масла, если Вам нравится его запах и вкус.
3. Для повышения аппетита используйте разнообразные соусы.
4. В промежутках между приемами пищи употребляйте кефир, смесь молока с маслом и сахаром, йогурт.

5. Употребляйте больше жидкости.



6. Всегда имейте небольшой запас нравящихся Вам продуктов питания и ешьте их, когда у Вас возникает желание что-то поесть.

7. Во время еды старайтесь создать условия, повышающие настроение (включайте во время еды телевизор, радиоприемник, слушайте любимую музыку).

8. Если у Вас имеются какие-либо заболевания, требующие соблюдения определенной диеты, посоветуйтесь со своим врачом о том, как разнообразить рацион питания.

Как себя вести после завершения томотерапии

По окончании курса радиотерапии очень важно периодически проверять результаты своего лечения. Время первого контрольного осмотра назначит лечащий врач при выписке. Следует регулярно проходить контрольные осмотры у лечащего врача по месту прикрепления.

Симптомы, при которых следует обратиться к врачу, не дожидаясь очередного контрольного осмотра:

1. Возникновение боли, которая не проходит самостоятельно в течение нескольких дней;
2. Тошнота, понос, потеря аппетита;
3. Повышение температуры тела, кашель;
4. Появление опухоли, припухлости, необычных высыпаний на коже;
5. Развитие отека конечности на стороне облучения.

Побочное действие на кожу

Реакция кожи на облучение проявляется ее покраснением в области воздействия. Во многом развитие этого явления определяется Вашей индивидуальной чувствительностью к облучению. Обычно покраснение появляется на 2-3-й неделе лечения. После завершения лучевой терапии кожа в этих местах становится немного темной, как бы загоревшей.

Для предупреждения слишком выраженной реакции кожи можно использовать растительные и животные масла после согласования с лечащим врачом, которые следует наносить на кожу после сеанса лучевой терапии.

Перед сеансом необходимо смыть остатки крема теплой водой. Однако смазывать кожу соответствующими мазями и кремами следует не с первых дней облучения, а позднее, когда кожа начинает краснеть. Иногда при выраженной лучевой реакции кожи делают небольшой перерыв в лечении.

Более подробную информацию об уходе за кожей можно получить у своего лечащего врача.

УХОД ЗА ОБЛУЧЕННОЙ КОЖЕЙ

После завершения лечения необходимо защищать облученную кожу от травм и солнечных лучей не менее года. Обязательно смазывайте 2-3 раза в день облученные участки кожи питательным кремом даже тогда, когда она зажила после лечения. Не обрабатывайте кожу раздражающими средствами.

Поинтересуйтесь у Вашего врача, каким кремом лучше пользоваться. Не старайтесь стереть обозначения, оставшиеся после облучения, они постепенно исчезнут сами. Отдавайте предпочтение душе, а не принятию ванны. Не используйте холодную или горячую воду. Принимая душ, не трите мочалкой облученные участки кожи. Если долго сохраняется раздражение облученной кожи, проконсультируйтесь у врача. Он назначит Вам соответствующее лечение.

Помните: легкая боль в облученном месте является обычным и достаточно распространенным явлением. В случае ее возникновения можно принять слабые обезболивающие препараты. При выраженной боли необходима консультация врача.

ОТНОШЕНИЯ С РОДСТВЕННИКАМИ И ДРУЗЬЯМИ

При проведении лучевой терапии Ваше тело не становится радиоактивным. Следует также четко усвоить, что онкологическое заболевание не является заразным. Поэтому не бойтесь во время и после лечения общаться с другими людьми, друзьями и родственниками. При необходимости можете пригласить наиболее близких людей для совместной беседы с Вашим врачом.



ДОСУГ

Больше уделяйте внимания отдыху. Со временем Вы восстановите свои силы, поэтому не возвращайтесь к физической активности в полном объеме сразу. Посещайте театры, выставки. Это позволит отвлечься от неприятных мыслей. Примите за правило ежедневные прогулки на свежем воздухе (прогулки в парке, в лесу). Больше общайтесь с друзьями и родственниками. С ведома Вашего лечащего врача проконсультируйтесь у методиста лечебной физкультуры и психотерапевта. Они помогут подобрать адекватную физическую нагрузку (оздоровительная гимнастика) и подскажут способы преодоления стресса.

ИНТИМНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

В большинстве случаев лучевая терапия не оказывает выраженного влияния на сексуальную активность. Снижение интереса к интимным отношениям вызывается, главным образом, общей физической слабостью, наступающей во время этого лечения, и стрессом. Поэтому не избегайте интимных отношений, которые являются важной частью полноценной жизни.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

При проведении лучевой терапии в амбулаторных условиях некоторые пациенты вообще не прекращают работать во время прохождения курса лечения. Если Вы во время лечения не работали, то можете вернуться к своей профессиональной деятельности, как только почувствуете, что Ваше состояние позволяет это сделать.

Если Ваша работа связана с напряженной физической активностью или профессиональной вредностью, следует подумать об изменении условий работы или профессии.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Надеемся, что эта информация поможет Вам избавиться от излишнего нервного напряжения, легче пройти курс лучевой терапии, понять, что Вас ждет после него. Все это способствует Вашему выздоровлению.

Более подробную информацию по вопросам, связанным с состоянием Вашего здоровья, можно получить у своего лечащего врача.

МЫ РАБОТАЕМ, ЧТОБЫ ОПРАВДАТЬ
ВАШИ НАДЕЖДЫ НА ОЗДОРОВЛЕНИЕ!



ÚMIT

МЕЖДУНАРОДНЫЙ
ОНКОЛОГИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР ТОМОТЕРАПИИ

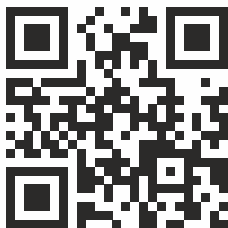




Казахстан, г. Нур-Султан
ул. Абылай-хана 42/1



Call-центр:
+7 (7172) 954 484
+7 (777) 201 4444
+7 (702) 201 9444



tomo.kz



info@tomo.kz



[tomocenter.kz](https://www.instagram.com/tomocenter.kz)



Томоцентр Үміт