

Pään ja kaulan alueen sädehoito

Sädehoidon vaikutus on paikallinen. Hoitoa annetaan yksilöllisesti tehdyn suunnitelman mukaisesti. Osa potilaista saa sädehoidon rinnalla solunsalpaajalääkehoitoa. Sädehoitoa annetaan yleensä päivittäin arkisin ja lääkehoitoa tyypillisesti kerran viikossa. Sädehoitojakso kestää tavallisesti 5-7 viikkoa.

Sivuvaikutuksia

Sädehoito voi aiheuttaa sivuvaikutuksia, jotka ovat yksilöllisiä ja usein ohimeneviä.

Tyypillisiä sivuvaikutuksia ovat:

- Väsymys
- Suun kuivuminen, joka johtuu syljenerityksen vähenemisestä
- Suun limakalvojen ärtyminen
- Makuuistimuutokset
- Nielemiskivut ja -vaikeudet
- Äänen käheys
- Kasvojen, kaulan ja hartioiden ihon punoitus ja kuivuminen
- Hiusten- ja parranlähtö hoitoalueelta

Oireet alkavat yleensä noin 2 viikon kuluttua sädehoidon aloituksesta. Kaikista oireista tulee kertoa hoitajalle lisähoito-ohjeiden saamiseksi.

Hoito-ohjeet

Nielemisvaikeuksien vähentämiseksi suosi pehmeitä ruokia. Nauti ruoka mieluiten haaleana. Vältä voimakkaasti maustettuja ruokia ja alkoholia. Myös tupakointia on syytä välttää. Suun kuivumisen helpottamiseksi juo riittävästi nestettä päivän mittaan. Suuta voi voidella ruokaöljyllä ja suun limakalvoja voi rauhoitella suola-sooda—purskuttelulla, johon saat ohjeet hoitajilta. Tarvittaessa voit käyttää apteekista saatavia suun kuivuuden hoitoon tarkoitettuja valmisteita (esim. *Conquer*-suihke ja *Xerostom*-geeli).

Kasvojen ja kaulan aluetta ei saa koskaan rasvata **ennen** hoitoa. Hoidon jälkeen hoitoalueen saa rasvata. Illalla rasvattua ihoa ei tarvitse pestä aamulla. Rasva imeytyy kyllä yön aikana. Voit rasvata ihoa kosteuttavalla perusvoiteella (esim. *Probicare*). Voit rasvata huulia tavallisella huulirasvalla.

Sädehoidon aikana pyritään välttämään laihtumista. Jo hoidon alussa olisi hyvä alkaa tehostaa ravitsemusta. Apteekista on saatavilla myös lisäravinnejuomia, joilla päivittäistä energian saantia voi tehostaa.

Ennen sädehoitoa Sinun tulee käydä hammaslääkärillä, joka tarkastaa suun ja hampaiston kunnon.