

ORIENTAÇÕES AO PACIENTE



Onkosol GRUPO

Você está iniciando o seu tratamento conosco.

Para esclarecer algumas dúvidas, elaboramos este guia com as informações sobre a rotina de atendimentos e os procedimentos assistenciais do centro radioterápico Onkosol.

Esta cartilha se destina a orientá-lo nos cuidados específicos durante as aplicações e possíveis complicações. Esse guia não visa substituir as conversas com os profissionais de saúde que o atendem, mas sim facilitar o entendimento da rotina do tratamento.

Lembre-se de que nenhuma pergunta é sem importância e que juntos podemos contribuir para o sucesso do seu tratamento

Atenciosamente, equipe Onkosol.

• **Informações Gerais**

- O que é Radioterapia?.....1
- Quais os benefícios da Radioterapia?.....2
- Como é feito o tratamento?.....3
- Qual a periodicidade da aplicação?.....5
- Como proceder durante a aplicação?.....6
- Quais os possíveis efeitos colaterais da radiação?...7
- Efeitos colaterais comuns.....8
- Como amenizar os efeitos colaterais.....14
- O que fazer depois que terminar meu tratamento.16



O que é Radioterapia?

Radioterapia é um tratamento no qual se utiliza radiação ionizante (raio-x, por exemplo), que é um tipo de energia, multipliquem. ***Essa radiação não é vista e, durante a aplicação, você não sentirá nada.***

A equipe é integrada sempre por médicos radioncologistas, físicos médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem e técnicos em radioterapia, que trabalham juntas para sempre oferecer a melhor qualidade e segurança ao paciente.





Quais os benefícios da Radioterapia?

A radioterapia pode ser utilizada para tratar muitos tipos de câncer. Em muitos casos, o tumor pode ser controlado e até desaparecer. Em outros, pode contribuir para a redução tumoral e manejo dos sintomas, como a dor e sangramento, proporcionando melhoria na qualidade de vida.

A radioterapia pode ser utilizada isoladamente ou em combinação com outros tratamentos (como cirurgia, quimioterapia, hormonoterapia). Isso vai depender do tipo do tumor e da conduta terapêutica determinada pelos médicos assistentes.

Efeitos colaterais comuns à radioterapia podem ou não surgir dependendo da área a ser tratada. Para isso, você terá consultas de revisão com seu médico e enfermeiro, para dúvidas e manejo desses efeitos, caso ocorram.



Como é feito o tratamento?

Após a avaliação do médico radioncologista, todos os exames realizados e considerado elegível ao tratamento, o paciente é submetido a uma tomografia computadorizada específica para o planejamento radioterápico (não tem finalidade diagnóstica, sem laudo).

Para o sucesso do tratamento e imprescindível a reprodutibilidade do posicionamento, por isso, em alguns cases serão necessárias materiais para imobilização como mascarar termoplásticas, dentre outros acessórios, para evitar movimentação durante a aplicação e para que a radiação não atinja locais fora da área delimitada para tratamento.

Após a realização da tomografia de planejamento, o médico irá delimitar as áreas a serem tratadas e protegidas e o físico médico dará início ao planejamento de tratamento. Este planejamento é realizado através de um sistema computacional, onde a tomografia do paciente em questão é inserida neste sistema para que o físico médico realize os cálculos de dose, definindo a melhor configuração dos campos de radiação de modo a preservar os órgãos sadios e atingir somente o volume da doença com doses prescritas pelo médico radioncologista.



Qual a periodicidade da aplicação?

As aplicações são diárias, de segunda a sexta-feira, obedecendo aos intervalos solicitados pelo seu médico radioncologista.

Em geral, a duração de cada sessão de radioterapia é de 10 a 20 minutos, com exceção de radiocirurgia cerebral ou corpórea, em que cada sessão pode durar até 1 hora.

Imprevistos e atrasos podem eventualmente ocorrer. Geralmente, os atrasos se devem à necessidade de encaixe de um paciente grave que tenha urgência em iniciar a radioterapia. Problemas com o aparelho são incomuns, mas podem ocorrer.

Caso haja algum problema técnico ou manutenção preventiva do aparelho, você será comunicado por nossa equipe e os dias de tratamento que perder serão compensados.





Como proceder durante a aplicação?

Você ficará deitado sobre a mesa do aparelho, que estará direcionado pelo laser sobre a sua pele ou máscara, numa posição determinada pelos técnicos de radioterapia.

Durante a aplicação, você deve ficar imóvel, com a respiração tranquila, para assim garantir que a radiação atingirá a área de tratamento de modo preciso.

Durante a sessão, você ficará sozinho na sala onde está o aparelho, mas o técnico ficará na sala de controle, sempre observando através de monitor.



Quais os possíveis efeitos colaterais da radiação?

Cada pessoa reage de forma diferente ao tratamento. A reação depende da área tratada, dose utilizada e associação com tratamento sistêmico ou não, capacidade das células saudáveis se recuperarem, entre outros fatores.

Alguns efeitos colaterais são mais frequentes, como: fadiga (falta de disposição, fraqueza), coceira da pele na área de tratamento, vermelhidão e ressecamento da pele (somente na área tratada).

Seu médico irá te informar todos os possíveis efeitos colaterais conforme a área a ser tratada na primeira consulta. Esses efeitos aparecem normalmente por volta da segunda/terceira semana de tratamento e a maioria costuma desaparecer poucas semanas depois do término da radioterapia.

Os efeitos indesejáveis podem ser amenizados ou tratados por meio da orientação do seu médico. Por isso, é importante que você preste atenção às alterações que você venha a sentir e comunique a ele ou à equipe de enfermagem.



Efeitos colaterais comuns.

Como lidar?

Reações na Pele

A pele na área irradiada pode ficar alguns dias, ou semanas, dolorida (sensibilidade), avermelhada ou escurecida, começar a descamar, mas isso geralmente cicatriza em algumas semanas.

O que fazer:

O radioncologista e seu enfermeiro indicarão cremes e pomadas específicas para o uso em tratamento de radioterapia visando a prevenção e/ou minimização dos efeitos na pele.

É importante lembrar que a hidratação vem de dentro para fora, sendo imprescindível beber muito líquido. Uma pele bem hidratada terá menos reações!

Perda de Cabelo

Em pacientes que tratam a região da cabeça, pode surgir perda de cabelo, geralmente entre a segunda e a terceira semana de tratamento. Porém, o cabelo volta a crescer após o término do tratamento.

A perda permanente existe em raras ocasiões.

O que fazer:

Use produtos capilares neutros sob orientação médica.

Caso ocorra a perda de cabelo, você pode optar pelo uso de perucas e prótese capilar, ou ainda, usar lenços, turbantes e chapéus, que combinados proporcionam um visual elegante e charmoso.

Náuseas e Vômitos

Para aqueles que estão tratando a região do abdômen, é esperado quadro de náuseas e vômitos.

O que fazer:

Caso sinta náuseas, seu médico poderá receitar medicamentos para o controle desses sintomas.

Problemas na deglutição

Para aqueles que estão tratando a área do pescoço e do tórax, especificamente na região do esôfago, podem sentir um desconforto temporário durante a deglutição.

Se necessário, o radioncologista poderá receitar medicamentos para o alívio desse sintoma.

O que fazer:

Evite bebidas e alimentos ácidos, quentes ou picantes

durante o tratamento, porque eles podem contribuir para o agravamento do problema.

É importante manter uma dieta saudável, com ingestão de muito líquido. Um nutricionista pode ser indicado sempre que necessário.

Se, mesmo com uma dieta adequada, as dificuldades persistirem, causando perda de peso, o seu radioncologista prescreverá medicamentos e medidas específicas de alívio.

Efeitos Colaterais na Bexiga

Para aqueles que estão tratando a região da pelve, pode haver irritação e inflamação da mucosa da bexiga.

Os sintomas comuns são: aumento da frequência urinaria, necessidade de urinar durante a noite, sensação de ardência ao urinar (semelhante à cistite), urgência para esvaziar a bexiga, sangue na urina ou incontinência urinaria.

Seu médico pode prescrever analgésicos ou anti-inflamatórios e antibióticos, no caso de infecções, para aliviar esses efeitos.

O que fazer:

Algumas medidas simples podem minimizar os sintomas de irritação na bexiga, como, por exemplo:

beber de 2 a 3 litros de água por dia para reduzir a chance de concentração da urina, evitar bebidas que possam irritar a bexiga, isso inclui bebidas que contenham cafeína (chá, café, cacau), álcool, refrigerantes, bebidas ácidas (laranja fresca) e bebidas com adoçantes artificiais (diet ou light), e finalmente, evitar fumar.

Efeitos Colaterais no intestino

Para aqueles que estão tratando a região pélvica, a radioterapia pode causar efeitos colaterais como: diarreia ou prisão de ventre, necessidade urgente de evacuar, cólicas intestinais e gases.

Existem também alguns efeitos colaterais menos comuns que são: sentir que precisa ir ao banheiro, mesmo que o intestino esteja vazio, presença de sangue ou muco nas fezes, sujar levemente as roupas íntimas (raro).

É importante que o seu médico seja informado sobre qualquer um desses sintomas e sinais.

O que fazer:

Algumas medidas simples podem combater os inconvenientes, como beber de 2 a 3 litros de líquidos por dia e evitar bebidas que contenham cafeína e álcool.

É importante seguir as recomendações dietéticas dadas pelo seu médico, assim como tomar os medicamentos prescritos (se necessário), evitar fumar, pois estimula o intestino, podendo agravar a diarreia.

Fadiga

É comum o quadro de cansaço durante e após o tratamento, E podendo durar algum tempo após o término.

Muitos pacientes apresentam anemia, fator que pode contribuir para a fadiga durante a radioterapia.

O que fazer:

Caso sinta muita indisposição, ou mesmo para evitá-la, descanse bastante e faça exercícios leves, como, por exemplo, caminhadas, que irão lhe dar mais energia e ajudarão a manter sua musculatura trabalhando.

Sexualidade

A radioterapia pode causar perda temporária do interesse sexual, principalmente se você teve outros efeitos colaterais, como cansaço e náuseas, ou então se está preocupado com sua condição clínica e tratamento.

Pode ser que você não sinta vontade de ter relações sexuais por um tempo e isso pode estar associado à ansiedade. Você e o seu parceiro podem precisar de um tempo para se ajustar.

É comum se sentir nervoso sobre ter sexo pela primeira vez após o tratamento de radioterapia na região pélvica, mas saiba que é perfeitamente seguro, tanto para você quanto para o seu parceiro.

Lembre-se de que o uso de lubrificantes vaginais ou cremes ajudará a se sentir mais confortável. Já alguns homens podem sentir ardor ao ejacular, mas essa dor deve desaparecer algumas semanas após o término do tratamento.

Em alguns homens, a disfunção erétil temporária e a perda de interesse em sexo são efeitos bem comuns e transitórios daqueles que tratam a região da pelve.

Caso tenha dificuldades que não melhoram com o tempo, converse com o seu médico. Pode ser difícil falar sobre sua vida sexual e os problemas que está enfrentando, mas os médicos estão preparados para lidar com essa questão e, se necessário, encaminharão você para um terapeuta sexual.



Como amenizar os efeitos colaterais

- Durante o banho, lave a pele com sabão neutro e água morna ou fria. Nunca utilize água muito quente, nem deixe o jato do chuveiro diretamente no local. Seque a pele com toalha macia, sem esfregar a pele;
- Escove os dentes e língua após as refeições, fazendo bochechos com solução antisséptico sem álcool;
- Não aplique desodorante, talco, óleo, perfume, creme na área tratada;
- Mantenha as unhas aparadas e lixadas. Não coce a área que está recebendo radiação;
- Evite roupas justas e apertadas;
- Prefira roupas de cores claras, tecidos leves;
- Evite exposição ao sol direto na área de tratamento, use, se necessário, um guarda-sol;
- Não tome banho de mar ou piscina durante o tratamento;
- Não use lâmina nem cera para depilar a área irradiada (ou muito próximo a ela), apenas apare os pelos com tesoura;

- **Beba aproximadamente 2 litros de líquido por dia e evite bebidas alcoólicas;**
- **Cesse o tabagismo.**
- **Evite gravidez. Caso desconfie que possa estar grávida, entre em contato com seu médico.**



O que fazer depois que terminar meu tratamento?

Você receberá um relatório detalhado sobre seu tratamento e será reencaminhado ao seu oncologista clínico/cirurgia. Será marcada uma consulta de retorno a curto prazo (1 a 4 semanas) para avaliar a presença de algum sintoma residual.

A sua participação junta à equipe da radioterapia e o seu autocuidado fazem a diferença para um tratamento bem-sucedido.

Você não está sozinho!

Principais convênios



PETROBRAS



ProntoMed
MEDICINA E SEGURANÇA DO TRABALHO



pame
excelência
em saúde



TELOS
Fundação Embratel de Seguridade Social



GEAP saúde
Fundação de assistência ao servidor público

Cabo Frio

(22) 2645-3753

R. Maestro Clodomiro
Guimarães Oliveira, 44
-Passagem, Cabo frio

Araruama

(22) 2661-6206

R. XV de Novembro, 355
XV de Novembro,
Araruama

Tamoios

(22) 2041-4004

Av. Independência, 13 e
14 lote 16 quadra 15 bloco
1 Unamar, Cabo frio

Maricá

(21) 2060-0100

Rua Vereador Luiz
Antônio da Cunha,
35 Loja 34, Centro, Maricá

www.OnkoSol.com.br @OnkoSolOficial