



RADIOTHERAPIE bij prostaatkanker



Universitair Ziekenhuis Brussel



**Algemeen
Stedelijk
Ziekenhuis**

Aalst
Geraardsbergen
Wetteren



Radiotherapie bij prostaatkanker

Geconfronteerd worden met prostaatkanker brengt veel vragen en onzekerheden met zich mee. Via deze brochure proberen we u alvast een zo goed mogelijk beeld te geven over de mogelijke bijwerkingen van uw bestraling. We gaan eveneens ook een aantal tips bespreken om deze bijwerkingen te voorkomen of draaglijker te maken.

Radiotherapie werkt lokaal, dit wil zeggen dat de behandeling alleen effect heeft op de plaats waar u bestraald wordt. De bijwerkingen zijn doorgaans van tijdelijke aard. Aangezien de stralen ook na het einde van uw behandeling een tijdje verder werken, is het mogelijk dat de bijwerkingen pas na een aantal weken tot maanden volledig verdwijnen.

De bijwerkingen verschillen van persoon tot persoon. Sommige patiënten hebben veel last, terwijl andere weinig of geen problemen ondervinden. Iedereen is uniek en reageert anders.

Vorbereidend onderzoek

Voor we van start kunnen gaan met de bestraling is er een voorbereidende CT-scan nodig. Wanneer u bestraald gaat worden voor prostaatkanker is het belangrijk dat u goed voorbereid bent voor dit onderzoek. U moet een volle blaas hebben en een lege endeldarm. De beelden van de CT-scan worden nadien gebruikt om uw bestraling te plannen.

Vorbereiding CT-scan:

Ongeveer 1 uur vóór de aanvang van de CT-scan gebruikt u Laxavit® of Microlax®. Wanneer u aandrang voelt, gaat u naar toilet om stoelgang te maken zodat uw endeldarm leeg is. U zorgt er ook voor dat uw blaas geledigd wordt. Daarna begint u onmiddellijk te drinken. Een halve liter water zou voldoende moeten zijn. Probeer zeker niet meer te plassen tot na de CT-scan zodat uw blaas goed gevuld is voor het onderzoek.

De prostaat is gelegen tussen de blaas en de endeldarm. De blaas en de endeldarm krijgen dus onvermijdelijk ook een deel van de stralen. De radiotherapeut streeft ernaar de dosis in deze gezonde weefsels zo laag mogelijk te houden. Op deze manier is er minder kans op bijwerkingen.

Bestralingsbehandeling

Tijdens uw behandeling wordt er dagelijks een scan genomen. Deze beelden worden vergeleken met de beelden van de CT-scan. Nadien verplaatst de behandelingstafel zich naar de exacte bestralingspositie zodat de bestraling heel nauwkeurig kan gebeuren.

Aangezien de vulling van de blaas en de endeldarm sterk afhankelijk is van uw voedings- en eetgewoonten kan het zijn dat deze dagelijks variëren. Hierdoor kan de positie van de prostaat ook dagelijks veranderen.

Een gevulde blaas gaat ervoor zorgen dat deze voor een groot stuk uit het bestralingsveld valt. Ook de darmen die boven de blaas zijn gelegen worden zo uit het bestralingsveld geduwd.

Wanneer de endeldarm gevuld is, gaat deze voor een groot stuk in het bestralingsveld liggen en wordt de prostaat naar voor geduwd.

Het is dus van groot belang voor de nauwkeurigheid van de bestraling dat de blaas en de endeldarm dagelijks op dezelfde manier gevuld zijn zoals op CT, zodat een optimale match mogelijk is. Daarvoor kan u de volgende voorbereidingen treffen:

1 uur vóór de behandeling gaat u naar toilet. U ledigt uw blaas en u probeert in de mate van het mogelijke om stoelgang te maken. Daarna begint u onmiddellijk te drinken, een halve liter water zou voldoende moeten zijn als u gedurende de volledige dag 1,5 à 2 liter drinkt. Let op dat u niet meer gaat plassen tot na de behandeling.

De eerste dagen van de bestralingsbehandeling kan het zijn dat u een beetje moet "zoeken" hoeveel u juist moet drinken om de juiste blaasvulling te hebben.

Bijwerkingen

Het is mogelijk dat er tijdens uw bestralingsbehandeling een aantal bijwerkingen optreden. Iedereen reageert anders en bijwerkingen kunnen dus verschillen van persoon tot persoon. De voornaamste bijwerkingen die kunnen voorkomen zijn:

- vermoeidheid
- irritatie van de blaas
- irritatie van de darmen

Vermoeidheid

Vermoeidheid is een vaak voorkomende bijwerking die afhangt van verschillende factoren. Meestal neemt de vermoeidheid toe naarmate de behandeling vordert.

Vaak is vermoeidheid het gevolg van een samenloop van omstandigheden die enorm veel energie vragen van uw lichaam:

- De combinatie van verschillende behandelingen.
- Het fysische herstel van uw lichaam.
- De emotionele en psychologische stress die gepaard gaat met het verwerken van uw ziekte.
- Veranderingen in uw dagelijkse routine, het dagelijks naar uw bestralingsbehandeling komen.
- ...

Probeer een goed evenwicht te vinden tussen rust en actieve momenten. Veel rusten kan soms een omgekeerd effect hebben waardoor u zich nog vermoeider gaat voelen. Zorg voor een goede nachtrust. Probeer de dagelijkse dingen die u zelf nog kan te doen en aarzel niet om hulp te vragen als het wat moeilijker gaat. Luister naar uw lichaam en las rustpauzes in wanneer u voelt dat het nodig is. Probeer te ontspannen en zorg voor een gezonde voeding.

Soms kan het zijn dat u het op emotioneel en relationeel vlak heel moeilijk heeft tijdens uw behandeling. Een gesprek met de psychologe kan u en/of uw familie op dit moment enorm veel steun en rust bieden. Indien u dit wenst kunnen wij voor u steeds een afspraak regelen.

Irritatie van de blaas

Zoals we eerder in deze brochure al vermeld hebben, is het zeer belangrijk dat uw blaas dagelijks goed gevuld is voor uw behandeling. Dit is nodig om zo nauwkeurig mogelijk te kunnen bestralen en zo weinig mogelijk stralingsdosis aan de blaas te geven.

Een deel van de blaas kan tijdens uw behandeling echter in het bestralingsgebied liggen. Het is dus mogelijk dat de blaaswand geïrriteerd wordt. Hierdoor kan het zijn dat u vaker kleine hoeveelheden moet plassen. De drang om te plassen kan hoger worden zonder dat u echt naar toilet moet. Tijdens het plassen kan u last hebben van een branderig gevoel. Soms treedt er pijn op in de onderbuik. Het kan ook gebeuren dat er een beetje bloed bij de urine zit.

U hoeft zich geen zorgen te maken maar u brengt best de radiotherapeut hiervan op de hoogte.

Drink voldoende gedurende de hele dag. Op deze manier wordt de urine verdund en heeft u minder kans op een blaasontsteking.

Irritatie van de darmen:

Het is mogelijk dat u frequenter stoelgang moet maken en dat de ontlasting dunner wordt. U kan ook meer last krijgen van darmkrampen. Soms kunnen er ook slijmen bij de ontlasting zitten.

Hier zijn alvast een aantal adviezen in verband met de voeding die eventuele klachten kunnen verminderen of stabiliseren:

- Sommige voedingsmiddelen verhogen de darmactiviteit of zorgen voor gasvorming. Tijdens uw bestralingsbehandeling kan u best bepaalde voedingsmiddelen mijden:
 - vetrijke voeding
 - koolzuurhoudende dranken
 - sterk gekruide of pikante voeding
 - alcohol
 - gasvormende voeding zoals kolen, spruiten, ui, prei...
- Het is belangrijk dat u gedurende de hele dag voldoende drinkt. Drink minstens 1,5 tot 2 liter water per dag.

Heeft u nog vragen in verband met uw voeding, vraag dan gerust advies aan de verpleegkundige. Er is een brochure beschikbaar.

Huidverzorging

Bij bestraling van prostaatkanker komen huidproblemen zelden tot niet voor.

Opgelet!: Bij het wassen is het heel belangrijk dat u rekening houdt met de LIJNTJES die op u werden aangeduid. Deze zijn van belang om u goed te positioneren tijdens de bestralingsessies en MOGEN zeker NIET VERWIJDERD WORDEN.

Slotwoord

Bij de bestraling van de prostaat kunnen de bijwerkingen sterk verschillen van persoon tot persoon. Hierboven werden de voornaamste bijwerkingen vernoemd.

Deze brochure is een aanvulling op de algemene brochure over radiotherapie. Heeft u klachten of heeft u vragen waarop u het antwoord niet vindt in deze brochures, aarzel dan niet om een verpleegkundige of radiotherapeut aan te spreken. Wij helpen u graag verder.

We proberen uw behandeling zo vlot mogelijk te laten verlopen en begeleiden u stap voor stap.



Heeft u nog vragen?

Schrijf ze dan hier neer en stel ze bij uw volgend bezoek.



Deze folder is indicatief en geeft enkel informatie van algemene aard. Niet alle mogelijke technieken, toepassingen en risico's zijn er in opgenomen. Volledige informatie, aangepast aan de situatie van elke patiënt afzonderlijk, wordt door de arts verstrekt. Volledige of gedeeltelijke overname van de tekst is uitsluitend toegestaan na voorafgaande toestemming van de verantwoordelijke uitgever.

Universitair Ziekenhuis Brussel
Brussels Health Campus
Laarbeeklaan 101 – 1090 Jette
tel: 02 477 60 41
oc@uzbrussel.be
www.uzbrussel.be

Algemeen Stedelijk Ziekenhuis
Merestraat 80 – 9300 Aalst
tel: 053 76 66 80
radiotherapie@asz-aalst.be
www.asz.be

Uitgave: 2019
Verantwoordelijke uitgever: Prof. dr. Mark De Ridder