

Lindrende strålebehandling ved lungekreft - pasientinformasjon

Ved lungekreft brukes ofte strålebehandling for å lindre symptomer, slik som smerter, pustebesvær eller andre plager.

Behandlingen kan gis med flere doser, med en behandling pr dag. Selv om oppleggene er forskjellige, vil effekten av behandlingen bli ganske lik. Du får stråler mot lunge/brysthule, eller andre områder hvor kreften har spredt seg til. Strålefeltet gis mot det aktuelle området fra flere retninger.

Hvilken behandling tilbys?

Enheten for stråledose er Gray, forkortes Gy.

- 8.5 Gy x 2 brukes særlig for tilfeller hvor rask behandling er viktig. Behandlingene gis med en ukes mellomrom. Du vil få tabletter (kortisonpreparater) for å redusere bivirkninger dagen før behandling, samme dag og dagen etter behandling
- 8 Gy x 1 brukes særlig ved smertefulle skjelettmetastaser
- 3 Gy x 10 -13 kan gis når området som skal behandles er begrenset. Det er en strålebehandling hver dag, 5 dager i uken. Den totale behandlingstiden blir 2 uker
- 4 Gy x 5 er et alternativ det behandlingstiden ønskes forkortet, hvor det for eksempel er behov for å være innlagt i sykehus når behandlingen pågår

Hvordan forbereder jeg meg?

Du vil gjennomgå en CT-undersøkelse som benyttes til å planlegge strålebehandlingen. CT er en røntgenundersøkelse hvor vi får en framstilling av området som skal ha strålebehandling. CT-bildene benyttes til å lage et individuelt tilpasset behandlingsopplegg (doseplan) for hver enkelt pasient. Dette gjøres for å sikre at svulstvevet og risikoområdet får riktig strålemengde.

For at strålene skal treffe på nøyaktig samme sted ved hver behandling, er det viktig at du ligger i samme stilling og helt i ro. Det er derfor viktig at du er komfortabel med måten du ligger på under CT-undersøkelsen – da det er slik du skal ligge ved alle dine behandlinger. Har du vansker med å ligge stille så lenge som det kreves, er det viktig at du gir beskjed på forhånd slik at du kan ta beroligende og/eller smertestillende medikamenter. For at du skal ligge på samme måte ved hver behandling bruker vi fiksering, som er utstyr som du ligger i.

Forholdsregler under strålebehandling

- I den tiden du får strålebehandling representerer du ingen strålefare for dine omgivelser. Du kan omgås andre, også barn og gravide akkurat som før
- Dersom du bruker naturmedisiner eller kosttilskudd (i tillegg til faste medisiner), ta det opp med legen. Enkelte tabletter, for eksempel antioksidanter, bør unngås under stråling
- Hvis du er ute i sola bør det bestrålte området tildekkes, helst med klær som har farge. Unngå bruk av solfaktor i strålefeltet i behandlingsperioden. Huden i strålefeltet vil alltid være sårbar og kan lettere bli brent
- Daglig vask/dusj av huden i stråleområde anbefales. Uparfymert såpe kan brukes. Unngå å skrubbe eller gni i strålefeltet. Klapp huden tørr eller lufttørk etter rengjøring
- Badekar og svømmehall kan benyttes så lenge huden er intakt og uten tydelig rødme eller sår
- Smør med uparfymert fuktighetskrem for å redusere tørrhet, kløe og irritasjon. Huden skal være ren og tørr før selve behandlingen. Produktene skal ikke inneholde metaller som for eksempel Zink. Hvis plager allikevel oppstår kan mild kortisonkrem brukes etter avtale med lege. Ta kontakt med personalet for anbefaling av kremer. Du vil finne mer informasjon i pasientinformasjonen «*Hudstell ved strålebehandling – Pasientinformasjon*».
- Mild deodorant kan brukes så lenge det ikke er blitt irritasjon i huden
- Klær som dekker stråleområdet bør være skånsomme mot huden, for eksempel av bomull eller silke. Unngå klær som strammer. En BH som ikke strammer kan brukes. Det anbefales å lufte huden regelmessig. Er det behov for barbering i strålefeltet, skal det brukes barbermaskin, ikke barberhøvel
- Unngå bruk av tape i stråleområdet. Tape som dekker operasjonsarr kan ligge på under behandlingen
- Det er viktig med et variert og næringsrikt kosthold (de nasjonale generelle kostrådene fra Helsedirektoratet er gjeldende også under strålebehandling) og rikelig med drikke

Hvordan foregår behandlingen?

Selve strålebehandlingen foregår i et spesialrom hvor det er en strålebehandlingsmaskin (lineærakselerator). Først vil du bli lagt opp på en benk hvor strålefeltet innstilles ved hjelp av

overflateskanning. Under selve bestrålingen ligger du alene i rommet, og behandlingen blir utført av stråleterapeutene på utsiden. Du blir hele tiden overvåket via en TV-skjerm og kan når som helst få kontakt med personalet. Du vil høre lyd fra maskinen mens strålingen pågår.

Hvor lenge varer behandlingen?

Som regel varer innstilling og behandling totalt cirka 10-20 minutter, selve strålingen tar bare et par minutter.

Gjør det vondt?

Strålebehandlingen er ikke smertefull, det kan sammenlignes med å ta et vanlig røntgenbilde. Noen opplever det ubehagelig å ligge på benken, da den kan oppleves hard.

Hvilke akutte bivirkninger kan oppstå og hva kan du gjøre?

Bivirkninger under strålebehandlingen kan ikke unngås. Vi skiller mellom akutte og kroniske bivirkninger. De akutte vil avta gradvis og etter hvert bli borte i løpet av noen uker. De fleste bivirkningene er lokale for området som blir bestrålt. De kommer oftest ikke etter første behandling, men gjerne mot midten/slutten av behandlingsperioden. Det er viktig å understreke at ikke alle får de samme bivirkningene, og graden av bivirkninger kan variere. Kronisk bivirkninger er svært sjeldent et problem når du får få behandlinger.

Tretthet

Strålebehandlingen kan føre til at du føler deg mer trett og slapp.

Tiltak

- Sørg for å få ekstra søvn og hvile. Prøv å finne en balanse mellom aktivitet og søvn/hvile. Du orker sannsynligvis ikke like mye som før, men prøv å holde deg mest mulig i aktivitet
- Det er viktig med et variert og næringsrikt kosthold og rikelig med drikke. Vi anbefaler at du drikker 1,5-2 liter om dagen

Svelgproblemer

Strålebehandling som inkluderer deler av halsen og brysthulen kan føre til irritasjon og sårhet i svelget og spiserøret, som igjen kan medføre svelgproblemer.

Forholdsregler:

- Du kan lindre smerter i munn og svelg ved å spraye med lokalbedøvelse. Dette får du på resept fra legen som behandler deg
- Du kan ta smertestillende tabletter/mikstur ca. 1 time før måltidet. Dette får du på resept fra legen som behandler deg
- Er smertene i munn og hals så store at du ikke får i deg nok mat, er ernæringssonde et godt tilbud

Kostråd:

- Spis finfordelt eller flytende kost, for eksempel supper, grøt og moset mat
- For enkelt pasienter kan iskrem eller fløte lindre sårheten
- Unngå sterkt krydret mat, salt, syrlig mat og svært kald eller svært varm mat
- Pass på å få i deg nok næring. Drikk gjerne næringsrike drikker i tillegg under hele behandlingen

Lunge/luftveis-symptomer

Hevelse i vevet/slimhinnen som bestråles, kan føre til midlertidig forverring av pustevansker etter den første behandlingen. Lungebetennelse og feber som følge av strålebehandling kan også forekomme.

Tiltak

- Du kan få medisiner som motvirker hevelse i luftveien(ødem)
- Antibiotika er nødvendig behandling om du får lungebetennelse