

הנחיות לסיום טיפול בקרינה לשד

נכתב על ידי: שרה גרדין – אחות אחראית ביחידה לטיפול בקרינה
ייעוץ מקצועי: פרופסור פניג – מנהל היחידה לטיפול בקרינה

בימים אלה את מסיימת את תקופת הטיפול הקרינתי. קרינה לאזור השד עלולה לגרום בעיקר לתגובות בעור ולתחושה של עייפות שחולפת בהדרגה. יתכן כי למרות סיום הטיפול בקרינה עדיין קיימות תופעות לוואי שונות המטרידות אותך. כמו כן, יש לך בודאי שאלות בקשר להמשך המעקב ו/או הטיפול. בדפים אלה ננסה לתת מענה לחלק מהשאלות.

תגובה בעור באזור המוקרן

מרבית הנשים מסיימות את הטיפול בקרינה עם תגובה קלה עד בינונית של העור באזור המוקרן. תגובה זו יכולה להתבטא באודם קל עד בינוני, ולעיתים בתחושה של גרד ו/או בצריבה באזור שהוקרן. ישנן נשים המתנסות בתגובה קשה יותר, המלווה בקילוף לח. במקרים אלו תדריך אותך האחות ביחידה לטיפול בקרינה בסיום הטיפול כיצד להמשיך ולטפל בעור עד חלוף התגובה. אם יש החמרה, צרי קשר עם האחיות ביחידה לטיפול בקרינה בטלפון: 03-937-7966. בדרך כלל תגובות של העור, הנגרמות כתוצאה מהקרינה, חולפות כעבור כחודש מסיום הטיפול בקרינה. לאחר חלוף התגובה בשד, יתכן והעור יקבל גוון שונה מהרגיל ("כאילו שזוף") ויהיה בעל מרקם מעט קשה יותר. תופעות אלו תחלופנה בהדרגה (לעיתים כעבור מספר חודשים) לרוב השד יחזור לצבעו הקודם וייעשה רך יותר במשך הזמן. קיימים מצבים נדירים בהם יש החמרה של התגובה בעור באזור הטיפול בימים שלאחר סיום הטיפול בקרינה (למשל עלולה להופיע תגובה של קילוף באזור) מקרים אלו הם נדירים, אך אם מופיעה החמרה, יש לפנות ליחידה לטיפול בקרינה. עם סיום הטיפול בקרינה במידה ואין לך תופעות מיוחדות את יכולה לחזור באופן מיידי להרגלים הרגילים דוגמת: שימוש בסבון, בדאודורנט ובקרם הלחות להם את רגילה. חשוב לדעת: עור שקיבל טיפול בקרינה, הופך להיות רגיש יותר בהשוואה לעור שלא קיבל קרינה, ולכן מומלץ להמשיך ולהשתמש בקרם לחות כל החיים.

פעילות גופנית

אם חשת בעייפות כתוצאה מהטיפול הקרינתי, שימי לב שתחושה זו יכולה להימשך זמן מה לאחר סיום הטיפול. מומלץ לחזור לפעילות גופנית אליה היית רגילה (כולל שחייה – במידה והתגובה בעור השד חלפה והעור שלם) בהתאם למידת יכולתך. **פעילות מינית** – קיום יחסי מין מותר בזמן הטיפול בקרינה וגם לאחריו, באם קיימת בעיה בתפקוד מיני ניתן לקבל ייעוץ ללא תשלום באגודה למלחמה בסרטן, לקביעת מפגש יש להתקשר לטלפון 03-571-9576.

חשיפה לשמש

יש להימנע מחשיפה ישירה לשמש באזור שהוקרן לכל החיים. אם קיימת חשיפה מסוימת לשמש לאחר סיום הטיפול בקרינה, יש להשתמש בקרם הגנה מס' 30.

אי נוחות/נפיחות

תחושה של אי נוחות בשד ובבית השחי צפויה לאחר הטיפול בקרינה. תחושת אי הנוחות יכולה להתבטא בדקירות, בכאב חד, בכאב עמום או ברגישות. עצמות החזה והצלעות יכולות להיות מעט יותר רגישות. ייתכן אף שתהיה מעט בצקת או נפיחות באזור שהוקרן. סימנים אלו יכולים לבוא ולחלוף או להיות באופן קבוע. הנפיחות יכולה להופיע לעיתים לאחר 3-6 חודשים. תופעות אלו צפויות אך אם את מודאגת או רוצה לשוחח על התופעה אל תהססי לפנות לרופא האונקולוג המטפל בך ו/או לאחות מתאמת שד ביחידה. במידת הצורך את מוזמנת לפנות לרופא ולצוות המטפל ביחידת לטיפול בקרינה. יכולה להופיע נפיחות בכף היד והזרוע בצד של השד שהוקרן. חשוב לדווח על כך לרופא המטפל כדי להעריך את הגורם לכך (זיהום, טראומה, אחר) ולהתחיל בטיפול במידת הצורך. בהתאם לסוג הניתוח (בלוטת זקיף/הוצאת צבר בלוטות) אותו עברת ובהתאם להנחיות אותם קיבלת מהרופא הכירורג יש לנקוט במספר פעולות במטרה למנוע את הנפיחות ביד ובזרוע. מומלץ להימנע מנשיאת חפצים כבדים ביד בצד המוקרן. לשמור על גמישות הכתף על ידי ביצוע תרגילי מתיחה. חשוב להימנע מחתכים ומכוויות בצד שטופל ולהימנע מגורמים לזיהום. אם מופיעים סדקים בעור יש למרוח משחה אנטיביוטית ולדווח לרופא. אם אפשר, חשוב להימנע מלקיחת דגימות דם וממדידת לחץ דם בצד המנותח.

דאגות רגשיות

סיום טיפול בקרינה הוא הישג. זה יכול להיות מרגש וגם קצת מפחיד. יתכן שתרצי לדבר עם האחות ו/או עם הרופא על מה צפוי בהמשך, אם לחזור לעבודה, האם יש צורך לקבל טיפול נוסף למחלה או לקחת חופש, כמו גם על שאלות אחרות המטרידות אותך בסיום הטיפול.

המשך מעקב

יש לקבוע תור לשבועיים לאחר סיום הטיפול בקרינה אצל הרופא האונקולוג המטפל (בדרך כלל מדובר ברופא שהפנה אותך לקבל את הטיפול בקרינה). יש צורך לבדוק אלו בדיקות יש לבצע טרם הביקור (ניתן לברר את הצורך בבדיקות אצל מזכירת הרופא, אחות מתאמת שד או הרופא המטפל). בדיקות המשך המעקב מתקיימות במקביל אצל הרופא האונקולוג ואצל הרופא הכירורג. בדרך כלל תדירות הבדיקות היא אחת לחצי שנה אבל היא עשויה להשתנות בין הרופאים לכן מומלץ לבדוק עם הרופא שלך מהי התדירות המקובלת עליו.

אנו מאחלים לך חזרה מהירה לשגרת החיים, החלמה מהירה ובריאות שלמה
צוות היחידה לרדיותרפיה
מרכז דוידוף

אפשרות פנייה ליחידה לרדיותרפיה

מזכירות – 7960 – 937 – 03

חדר אחיות – 7966 – 937 – 03
יש להשאיר הודעה עם מס' טלפון ושם.

פקס - ניתן לפנות גם באמצעות שליחת פקס
למספר 7962 – 937 – 03

מספרי טלפון / שירותים אפשריים לפנייה

רופאים – מזכירות – מרכז דוידוף

שם הרופא	מזכירה	מס' טלפון	מס' פקס
ד"ר ריזל	חווה מנדלוי	03 – 937 – 8006	03 – 937 – 8045
ד"ר ירושלמי	חווה מנדלוי	03 – 937 – 8006	03 – 937 – 8045
ד"ר הנדלר	גילה גור	03 – 937 – 8007	03 – 937 – 8045
ד"ר צ'וררו	גילה גור	03 – 937 – 8007	03 – 937 – 8045
ד"ר ניימן	אסנת צ'רני	03 – 937 – 8003	03 – 937 – 8046
ד"ר קורן	שרית רוזנברך	03 – 937 – 8002	03 – 937 – 8046

אחות מתאמת שד

טל גרנות	אחות היחידה לאונקולוגיה של השד	03 – 937 – 8029	03 – 937 – 8045 דוא"ל : tgranot@clalit.org.il
פרידה אוחיון	אחות מתאמת בריאות השד	03 – 937 – 6418	03 – 937 – 6429

דפי מידע/חוברות מידע אפשריות

- תשישות ועייפות
- פעילות גופנית
- טיפול הורמונלי
- סרטן השד
- צעדים לאיכות חיים
- דף מידע - יחידה לרפואה משלימה – מרכז דוידוף
- תכנית "שחר" – "שיקום, תמיכה והעצמה במטופלים ומחלימים מסרטן" – 052-251-3646

הנחיות לסיום טיפול בקרינה לשד – נובמבר 2012
המידע כתוב בלשון זכר מטעמי נוחות, אך מיועד לנשים וגברים כאחד.
המידע אינו מהווה חוות דעת מקצועית ואינו תחליף לייעוץ מקצועי רפואי.
למידע נוסף ניתן לפנות לאתר הרשמי של מרכז רפואי רבין בכתובת: www.rmc.org.il