

GUÍA PARA PACIENTES EN RADIOTERAPIA DE ABDOMEN Y PELVIS



Diarrea

Suele aparecer en la segunda semana de tratamiento y desaparecer al final. Puede ser necesaria la administración de antidiarreicos. Evite la dieta rica en fibra o que cause gases (como los lácteos). Ingiera porciones pequeñas de comida. La fruta ingerirla cocida o al horno sin piel ni azúcar. Suprimir alimentos integrales. Evite el azúcar. Mantenga un buen cuidado anal y perianal. Limpie la zona con jabón suave y no con papel higiénico. En caso de irritación a este nivel aplicar manzanilla templada y dejar la zona al aire.



Náuseas y vómitos

Ocurren generalmente cuando la radioterapia se administra en la zona del estómago, es aconsejable permanecer varias horas sin comer antes del tratamiento y tras el mismo esperar una o dos horas antes de comer. Evitar las comidas fritas. En caso de malestar gástrico puede iniciar una dieta de líquidos claros. Se puede ingerir gelatina dado que es nutritiva, digestiva y ayuda a evitar la deshidratación, las comidas frías como los granizados o paletas de agua también pueden servir.



Pérdida de peso y apetito

Participar en la elección del menú, comer cuando tenga hambre, tomarse el tiempo que necesite para comer, utilizar platos grandes, ya que así parece que tienen menos comida, procurar comidas que no desprendan olores ni sabores fuertes, servir los alimentos tibios, cuidar la presentación de los platos, evitar productos industriales de picar como golosinas, realizar las comidas en un ambiente tranquilo y relajado, procurar no comer solo.



Molestias para orinar

Secundario a la radioterapia puede haber inflamación de la vejiga que da lugar a síntomas muy parecidos a la infección urinaria como sensación de ardor, tenesmo, entre otros, estos síntomas pueden ser muy marcados en la noche, se alivian con ingesta abundante de líquidos, evitando café, alcohol y té. Beba agua, jugo de arándano, sopa y gelatina.



Alteraciones en la sexualidad

Hay disminución y/o desaparición del deseo sexual. La infertilidad o reducción de la posibilidad de un embarazo pueden contrarrestarse con la conservación de sus óvulos/ espermias antes de iniciar tratamiento.

En las mujeres puede aparecer dolor durante las relaciones sexuales debido a inflamación de la mucosa. La vagina pierde elasticidad y puede apreciarse un ligero estrechamiento y sequedad para lo cual se puede utilizar lubricantes o dilatadores vaginales. En los varones puede haber impotencia transitoria debido a la ansiedad que provoca el tratamiento y la enfermedad. Este efecto puede durar semanas tras finalizar la radioterapia. Su recuperación es lenta pero progresiva.

- Tenga en cuenta que, sin importar el tipo de tratamiento que está recibiendo, aún conservará su capacidad de sentir placer a través del tacto.
- Procure mantener una mente abierta sobre las formas en que siente placer sexual.
- Trate de tener conversaciones claras y recíprocas sobre el sexo con su pareja, al igual que con su médico.
- Refuerce su autoestima.

¿Qué pasa al terminar mi tratamiento?

Deberá solicitar cita con su oncólogo radioterápico. Esta consulta será de 2 a 3 semanas después de la última sesión.

Aunque usted haya acabado el tratamiento, en los 8 o 10 días posteriores es posible que no note gran mejoría de sus síntomas e incluso es probable que estos empeoren ya que la radiación todavía sigue haciendo efecto durante este tiempo. Por este motivo, unos días después de finalizar su tratamiento la enfermera le realizará una llamada telefónica para evaluar su situación y en caso necesario, adelantar la cita médica.

En esta llamada también se le resolverán las nuevas dudas que le hayan podido surgir y se le recordarán los cuidados post-radioterápicos que le dio la enfermera y/o el oncólogo radioterápico el último día de consulta.

Durante este tiempo y hasta la consulta con el médico usted deberá seguir con los mismos cuidados y tomando la medicación prescrita de la misma forma que cuando estaba en tratamiento.

Si aparece algún síntoma constante, molesto o preocupante, es importante que hable con su médico sin esperar a la siguiente cita.