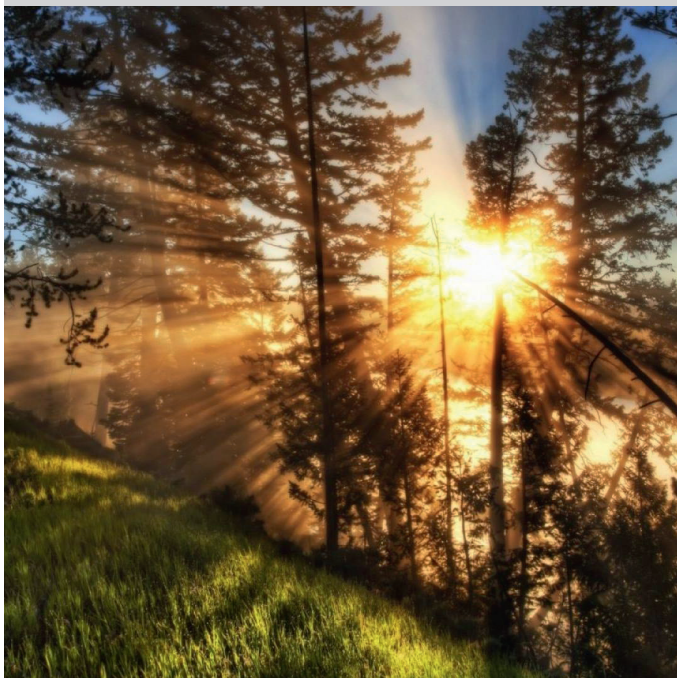




Regionaalhaigla

Kiiritusravi

Juhised patsiendile



Kiiritusravi on pahaloomuliste kasvajate mõjutamine ioniseeriva kiirgusega, et pidurdada kasvajarakkude paljunemist ja neid hävitada.

Kiiritusravi võib teha välispidiselt (**väliskiiritusravi**), õõne- ja koesiseselt (**brahhüteraapia**) või erinevaid võimalusi kombineerides. Ravimeetodi ja kiirituspiirkonna määrab arstlik konsiilium.

Väliskiiritusravi tehakse lineaarkiirendil footon- või elektronkiirgusega. Ravi ajal suunatakse kõrge energiaga ioniseerivad kiired kasvajale mitmest suunast, et vähendada kiiritusdoosi nahale ja ümbritsevatele kudedele.

Brahhüteraapiat tehakse spetsiaalse kiiritusraviaparadiga. Ravi ajal viiakse kiirgusallikas kehaõõnde või koesse vahetusse kontakti kasvajaga.

Kiiritusravi võib olla kuratiivne või palliatiivne. **Kuratiivse ravi** eesmärgiks on kasvajarakkude täielik hävitamine organismis ja seeläbi haigusest paranemine. Kuratiivset ravi võidakse teha enne kirurgilist ravi (neoadjuvantne ravi) või pärast kirurgilist ravi (adjuvantne ravi).

Palliatiivse ravi eesmärgiks on kasvaja üle kontrolli saavutamine või kasvajast põhjustatud sümptomi (nt valu) leevendamine.

Kiiritusravi kombineeritakse sageli ka keemiaraviga, sellisel juhul saavad patsiendid lisaks kiiritusravile keemiaravi vee-nisestest süstidena või tablettidena.

Kiiritusravi plaan

Kiiritusravi alustamiseks koostatakse kiiritusravi plaan.

Kiiritusravi planeeritakse peamiselt kompuutertomograafia (KT) abil, kasutades erinevaid fikseerimisvahendeid nagu immobiliseerimisalused ja personaalsed maskid. Vahel kasutatakse planeerimiseks ka teisi kuvamismeetodeid, näiteks MRT ja PET uuringuid.

Esimesel korral tehakse kiiritatavast piirkonnast kompuutertomograafia ülesvõtted ning seejärel koostavad arst ja meditsiinifüüsik kiiritusravi plaani. Kiiritusravi arst määrab kiiritatava piirkonna suuruse, kuju ja kriitilised organid ning meditsiinifüüsik koostab raviplaani, valides sobivaima kiirgusväljade hulga ja väljade doosid. Olenevalt ravist võib toimuda simulatsioon kompuutertomograafi abil (ravi alustamise päeval).

Teie kehale tehakse positsioneerimiseks vajalikud märgistused, mida peate hoidma alles ravi lõpuni. Ärge hõõruge neid maha.

Ravi pikkuse ja doosi määrab kiiritusravi arst. Tavaliselt ravigatakse patsiente viiel korral nädalas esmaspäevast reedeni. Kokku võib ravikuur kesta kuni 7 nädalat. Parima ravitulemuse saavutamiseks ei tohiks raviseansse vahele jätta.

Väliskiiritusravi viivad läbi radioloogiatehnikud. Protseduur on valututu. Tavaliselt kulub riietumiseks, positsioneerimiseks ja kiiritusraviks umbes 20 minutit. Väga oluline on täpne positsioneerimine, mistõttu peate olema igal seansil täpselt ühes ja samas asendis. Püüdke tunda end vabalt ja hingata rahulikult. Sellest hetkest, kui Te olete ravilaua paika sätitud, ei tohi enam liigutada. Paika sättimine toimub märgistuste ja laserite abil. Pärast positsioneerimist lahkuvad radioloogiatehnikud ruumist, kuid Teid jälgitakse kaamerate vahendusel. Kui Teil hakkab halb või Te ei suuda enam liikumatult lamada, siis andke sellest märku lehvitates või rääkides. Mitte mingil juhul ei tohi üritada ise ravilaualt maha tulla.

Järgnevate protseduuride ajad saate leppida kokku radioloogiatehnikuga.

Brahhüteraapias viiakse kiirgusallikas vahetusse kontakti kasvajaga ja protseduurid toimuvad üldjuhul anesteegas. Ravi planeerimine viiakse läbi sarnaselt väliskiiritusravile. Pärast protseduuri viiakse Teid ärkamistuppa, ärgates võite minna koju või haiglaravil viibides oma palatisse. Te ei ole pärast protseduuri radioaktiivne ega ohtlik teistele inimestele.

Kõrvaltoimed ja reaktsioonid

Kiirgus mõjutab kasvajarakkude kõrval ka terveid rakke ja kudesid, kuid need on võimelised kiirguse toimest osaliselt või täielikult taastuma. Kiiritusravi võib esile kutsuda mitmesuguseid kõrvalnähte, mille iseloom oleneb mitmetest põhjustest, eelkõige kiiritatavast kehapiirkonnast. Kõik kirjeldatud kiiritusreaktsioonid ei pea väljenduma alati, samuti on nende intensiivsus erinev.

Enamlevinud kiiritusreaktsioonid:

- üldnähud on väsimus, isutus, nõrkustunne, libiido langus, muutused vereanalüüsis (trombotsütopeenia, leukopeenia), ägeneda võivad kroonilised haigused;
- erineva intensiivsusega nahareaktsioonid: naha punetus, sügelus, valulikkus ja turse, nahale võivad tekkida villid ja haavandid. Nahareaktsioonid arenevad ainult kiiritusväljal ja taanduvad osaliselt või täielikult pärast kiiritusravi lõppu;
- peaaju kiiritusravi korral tekib ajutine juuste väljalangemine, lisaks võib esineda vähest unisust või uimasust, harva ka peavalu;
- pea- ja kaelapiirkonna kiiritusravi korral võivad esineda suukuivus, maitsetundlikkuse häired, valulikkus suus, valulikkus mälumisel ja neelamisel, haavandid suus ja neelus;
- rinnanäärme kiiritusravil esinevad peamiselt nahareaktsioonid;
- rindkere piirkonna kiiritusravil võib esineda valulikkust neelamisel, iiveldust ja kõha;
- kõhu piirkonna kiiritusravi korral võib esineda isupuudust, iiveldust, oksendamist, valulikkust kõhus ja kõhulahtisust;
- vaagnapiirkonna kiiritusravi korral võib esineda isupuudust, oksendamist, kõhuvalu, kõhulahtisust, urineerimisvajaduse sagenemist ja valulikkust urineerimisel;
- luude, liigeste ja lülisamba kiiritamisel enamasti kõrvalnähte ei esine, kuid võivad esineda nahareaktsioonid.

Operatiivset ravi vajavaid tüsistusi tekib kiiritusravis väga harva. Kiiritusreaktsioonide ilmnemisel teavitage sellest raviarsti või õdesid, kes hindavad kiiritusreaktsiooni tõsidust ja soovivad leevendavaid vahendeid või kasutavad täiendavaid ravivõtteid.

Üldiste kõrvaltoimete leevendamine

- **Väsimus** – istuge võimalikult tihti, pidage pause ja võimalusel magage päeval. Paluge igapäevastel toimingutel abi, hoidke energiat tähtsamate asjade jaoks. Tehke iga päev lühike jalutuskäik ja sööge kõrge toiteväärtusega toite. Lõdvestuge enne voodisse minekut, magage öösiti piisavalt, võimalusel ärge kasutage äratuskella. Ärge tarbige kofeiinirikkaid jooke (kange tee, kohv, koolajoogid, energiajoogid).
- **Isutus** – sööge vähe, aga sageli.
- **liveldus** – vältige ise toiduvalmistamist, tuulutage söömiseks mõeldud ruumi ja peske enne sööki hambaid. Ärge sööge vürtsikaid toite ja toite, mis Teil on varem iiveldust tekitanud. Jooge kummeliteed ja sööge kiudainerikkaid toite (kuivikud, kaerahelbed, leib).
- **Nahareaktsioonid** – hoiduge päikese ja külma õhu eest. Peske nahka leige vee ja õrna seebiga (apteegis müüdav, lõhnavaba seep). Ärge hõõruge nahka, vajadusel kuivatage tupsutades. Ärge kasutage kreeme ega kosmeetikavahendeid, v.a neid, mida on soovitanud arst või õde.

Meelespea

- Kandke kiiritusravi ajal mugavaid ja kergesti seljast võetavaid riideid, välisriided jätke garderoobi.
- Ärge peske märgistusi oma kehalt maha.
- Kui Te ei saa kiiritusravi seansile tulla, siis palun teavitage sellest kiiritusravi registratuuri.
- Kõrvaltoimete korral pöörduge abi saamiseks kiiritusravi osakonna õdede poole.



Lisainfo

- www.kasvaja.net
- www.cancer.ee
- Eesti Vähiliidu tasuta nõuandetelefon 800 2233

Teie arst:

Telefon:

Kiiritusravi registratuur: 617 1561

617 1562

Kiiritusravi õed: 617 1603

617 1605

SOOVITUSED

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Koostanud:

SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla

J. Sütiste tee 19

13419 Tallinn

www.regionaalhaigla.ee

info@regionaalhaigla.ee