PORADNIK PACJENTA

Radioterapia prostaty

Szanowni Państwo. Zostali Państwo zakwalifikowani do teleradioterapii w Łodzi przy ul. Paderewskiego 4. Telefony, dni kontroli oraz protokoły przygotowania i leków są zasadami tego ośrodka; w innym ośrodku obowiązują instrukcje własnego personelu. Brachyterapia wymaga osobnych zaleceń.

TWOJE PRZYGOTOWANIE: PĘCHERZ WYPEŁNIONY

Dotyczy radioterapii prostaty. Opróżnij pęcherz, wypij 700 ml niegazowanej wody dopiero na polecenie personelu i nie oddawaj moczu przez 45-60 minut.

Najważniejsze w 60 sekund

1. Nie stosować tej instrukcji przy radioterapii raka pęcherza.
2. W domu spróbować opróżnić jelita i oddać gazy; około godzinę przed terminem opróżnić pęcherz.
3. Gdy personel poprosi, wypić 700 ml niegazowanej wody i nie oddawać moczu przez 45-60 minut.
4. Powtarzać ten sam sposób przygotowania przed CT do planowania radioterapii i każdą sesją.
5. Silne parcie, biegunka, zaparcie lub niemożność wypicia zaleconej ilości wody zgłosić personelowi.

Wersja online i ankieta przed wizytą

Kod po lewej otwiera interaktywny poradnik radioonkolog.pl/info. Kod po prawej prowadzi do dobrowolnej ankiety i przesyłania dokumentacji. Ankieta nie służy do pilnych zgłoszeń i nie jest kanałem monitorowanym w trybie nagłym.

Interaktywne informacje i zalecenia
radioonkolog.pl/info

Ankieta przed wizytą i przesyłanie dokumentacji
radioonkolog.pl/info → Ankieta przed wizytą

Czym jest radioterapia

Radioterapia kieruje wiązki promieniowania w obszar choroby, aby zniszczyć komórki nowotworowe i możliwie oszczędzić zdrowe tkanki. Samo podanie wiązki zwykle nie boli, a po teleradioterapii pacjent nie jest radioaktywny.

Od kwalifikacji do pierwszej sesji

1. Omówienie leczenia: zespół lekarzy omawia proponowane leczenie i uzgadnia najlepszą strategię.
2. Telefon z terminem badań: personel poda terminy badań do planowania. Jeśli telefon nie nadejdzie w ciągu tygodnia od wizyty, proszę zadzwonić pod 42 689 55 28 w dni robocze 8:00-15:00.
3. Badania i ułożenie: w Zakładzie Teleradioterapii wykonuje się CT, a czasem MR lub PET-CT. Maskę lub materac przygotowuje się przed CT, a badanie wykonuje już w pozycji leczenia. Tę samą pozycję i przygotowanie odtwarza się przy każdej sesji (frakcji). Jeśli zaplanowano kontrast, należy zastosować przekazaną instrukcję. W moim protokole radioterapii prostaty odtwarza się komfortowo wypełniony pęcherz oraz możliwie pustą odbytnicę.
4. Plan: lekarz zaznacza obszar leczenia i zdrowe narządy, które trzeba chronić; fizyk medyczny przygotowuje rozkład dawki, a lekarz sprawdza bezpieczeństwo planu. Potrzebne są wszystkie zlecone badania do planowania. CT do planowania radioterapii zwykle nie ma opisu diagnostycznego.

Przebieg i sposób realizacji leczenia

Dawkę i liczbę sesji (frakcji) ustala się indywidualnie; wstępna propozycja może zmienić się po badaniach do planowania radioterapii. Leczenie może obejmować pojedyncze podania, 1-2 tygodnie albo do około 7 tygodni. Przed, w trakcie lub po radioterapii mogą być podawane dodatkowe leki, chemioterapia albo immunoterapia.
Leczenie może być ambulatoryjne, hostelowe lub oddziałowe. Termin i zasady przyjęcia przekaże personel.

Jak uzyskać termin pierwszej sesji ambulatoryjnej

Czekaj na telefon od personelu z terminem rozpoczęcia leczenia. Jeśli nie było telefonu i minęło więcej niż 14 dni od ostatniego z badań potrzebnych do planowania (CT oraz ewentualnie PET lub MR), zadzwoń pod 42 689 55 54 w dni robocze 8:00-15:00. Licz dni od ostatniego badania, nie od samej tomografii.

Szczegółowe przygotowanie do radioterapii prostaty - mój protokół

Ważne

Poniższy protokół stosuje się tylko wtedy, gdy został zalecony w Państwa planie. Instrukcja personelu ma pierwszeństwo.

Od tygodnia przed CT do planowania radioterapii

- Dążyć do regularnego wypróżnienia codziennie lub co drugi dzień. Pić około 1,5-2 litrów płynów dziennie, najlepiej niegazowanej wody, o ile nie ma ograniczenia płynów.
- Jeść regularnie i zwiększyć aktywność fizyczną w miarę możliwości.
- Stosować dietę lekkostrawną i niewzdymającą zgodnie z ulotką ośrodka. Ograniczyć m.in. ciemne pieczywo pełnoziarniste, orzechy, strączki, kapustę, cebulę, czosnek, paprykę, surowe warzywa, niektóre owoce suszone, ostre potrawy, napoje gazowane i alkohol.
- Jeżeli zespół zaleci makrogol (np. preparat z rodziny Dicopeg, dostępny bez recepty), stosować wyłącznie wskazany wariant, dawkę i czas. Produkty nie muszą mieć tego samego składu ani mocy; nie zamieniać ich samodzielnie. Przy biegunce odstawić i skontaktować się z zespołem.
- Przy wzdęciach symetykon (np. lek OTC Espumisan) stosować wyłącznie w mocy, postaci i dawce zapisanej przez zespół. Różne tabletki i kapsułki nie są automatycznie zamienne.
- Wypróżnienia rzadsze niż 2 razy w tygodniu, ból przy oddawaniu stolca, krew w stolcu lub ból brzucha wymagają diagnostyki.

W dniu tomografii i każdej sesji

1. W domu: w spokojnych warunkach usiąść na sedesie na 15-20 minut i spróbować opróżnić jelita oraz oddać gazy.
2. Przyjechać wcześniej: zabrać co najmniej 2 butelki niegazowanej wody po 700 ml. Około godzinę przed terminem opróżnić pęcherz i, jeśli jest potrzeba, oddać stolec/gazy.
3. Wypić wodę: gdy personel o to poprosi, wypić 700 ml niegazowanej wody. Następnie nie oddawać moczu.
4. Odczekać: po 45-60 minutach zostanie wykonana tomografia lub sesja radioterapii. Silną potrzebę oddania moczu zgłosić personelowi.

Dieta zależna od objawów

Na początku leczenia należy zachować zwykłą, zbilansowaną i dobrze tolerowaną dietę. Nie zwiększać ani nie zmniejszać gwałtownie ilości błonnika. Rutynowe ograniczanie błonnika wszystkim pacjentom nie ma dobrego uzasadnienia; wyjątkiem jest szczegółowa instrukcja przygotowania przekazana przez ośrodek.

Gdy pojawia się biegunka, parcia lub wzdęcia

- Wybierać łagodniejsze źródła błonnika rozpuszczalnego: płatki owsiane, dojrzały banan, ryż, ziemniaki bez skórki, gotowaną marchew i mus jabłkowy.
- Czasowo ograniczyć tylko produkty nasilające objawy: otręby, pestki, skórki, duże porcje surowych warzyw, strączki, bardzo tłuste i smażone dania, alkohol, nadmiar kofeiny, napoje gazowane oraz sorbitol/ksylitol/mannitol.
- Laktozę ograniczać tylko wtedy, gdy zwykłe mleko lub nabiał wyraźnie nasilają gazy albo biegunkę; wtedy wybrać produkty bez laktozy.
- Po wodnistym stolcu stosować doustny płyn nawadniający bez recepty, np. ORSALIT Senior, zgodnie z etykietą i ograniczeniami płynów. Sama woda gorzej uzupełnia straty sodu i glukozy.
- Nie stosować rutynowo glutaminy ani przypadkowego probiotyku. Probiotyki dotyczą konkretnych szczepów i dawek i nie są odpowiednie przy ciężkiej immunosupresji.

Przy częstomoczu lub pieczeniu

- Ograniczyć indywidualnie tylko napoje nasilające objawy: kawę, mocną herbatę, energetyki, alkohol, napoje gazowane i bardzo kwaśne soki.
- Nie zmniejszać samodzielnie ilości płynów potrzebnych do przygotowania pęcherza przed sesją.

Objawy szczególne dla tej okolicy

Co najmniej 4 wodniste stolce na dobę ponad zwykły rytm; krew w stolcu; silny ból brzucha; gorączkę (próg podano w jednym schemacie na ostatniej stronie); wymioty ponad 24 godziny; bardzo mała ilość moczu; zawroty głowy przy wstawaniu; brak możliwości picia przez około 12 godzin.

Przed CT i pierwszą sesją (frakcją)

Powiedz zespołowi

- o wcześniejszej radioterapii, rozruszniku/ICD/neurostymulatorze lub innym implancie elektronicznym oraz o możliwości ciąży;
- o wszystkich lekach, lekach przeciwkrzepliwych, alergiach, chorobie nerek, reakcji na kontrast, cukrzycy i metforminie;
- o klaustrofobii, niemożności leżenia płasko, biegunce, zaparciu, problemie z utrzymaniem moczu albo zaleconym ograniczeniu płynów.

Co zabrać

- dokument tożsamości i skierowanie, jeśli jest wymagane, oraz aktualną listę leków i alergii;
- wynik badania histopatologicznego, opisy i płyty z ostatnich badań obrazowych, jeśli nie zostały już przesłane;
- pisemną instrukcję przygotowania pęcherza i jelit, niegazowaną wodę w ilości zaleconej przez zespół oraz numer telefonu bliskiej osoby.

Terminy, kontrole i kontakt

Badania krwi i cotygodniowa kontrola

W trybie ambulatoryjnym lub hostelowym, jeśli nie ustalono inaczej, badania laboratoryjne wykonuje się we wtorek. Punkt pobrań: ul. Paderewskiego 2, nowy budynek Laboratorium (między głównym budynkiem szpitala a częścią onkologiczną), pon.-pt. 6:30-16:30. Wyników nie trzeba odbierać - lekarz widzi je w systemie.

Kontrole w trakcie radioterapii i bezpośrednio po niej: co środę od 9:00, gabinet 22 Zakładu Teleradioterapii (przy aparatach), bez zapisu. Na wizycie ustala się indywidualne zalecenia dotyczące diety, skóry, chemioterapii, hormonoterapii i pozostałego leczenia.

Zlecenia na doustny temozolomid, kapecytabinę lub hormonoterapię (enzalutamid, apalutamid, darolutamid) są wydawane na tych wizytach. Przy leczeniu dożylnym pacjent jest umawiany do onkologa klinicznego, aby wspólnie prowadzić chemioterapię lub immunoterapię.

Kto prowadzi leczenie

dr n. med. Konrad Stawiski — specjalista radioterapii onkologicznej
konrad@radioonkolog.pl
lek. Lucjan Sławiński — lekarz rezydent*
lucjan.slawinski@umed.lodz.pl
lek. Jacek Burzyński — lekarz rezydent*
jacek.burzynski@umed.lodz.pl

* Lekarz rezydent to lekarz w trakcie specjalizacji z radioterapii onkologicznej. **Zespół wspólnie odpowiada za Państwa leczenie radioterapeutyczne.**

Pilna pomoc - jeden schemat

Skontaktuj się z zespołem tego samego dnia

gorączka 38,0°C lub więcej, dreszcze albo wyraźne pogorszenie samopoczucia; niemożność picia lub przyjmowania leków albo bardzo mała ilość moczu; narastający ból, nasilona biegunka lub powtarzające się wymioty; ropna wydzielina, rozległa mokra rana, szybko narastający obrzęk albo krwawienie; szybki spadek masy ciała lub jedzenie mniej niż połowy zwykłej ilości przez 2–3 dni.

Sytuacja	Co zrobić
Zakład: dni robocze 8:00-15:00	W dni robocze 8:00-15:00: pokój lekarski 42 689 55 03; personel Oddziału – sprawy organizacyjne 42 689 55 01. Telefony nie są całodobowe.
Po godzinach - pilnie, bez zagrożenia życia	Nocna i Świąteczna Opieka Zdrowotna: dni robocze 18:00-8:00, dni wolne całodobowo; bez rejonizacji. Kopernik: 42 689 50 05, 42 689 50 04 lub 42 689 50 01. Całodobowa informacja NFZ: 800 190 590.
Natychmiast dzwoń pod 112 lub 999	ciężka lub nagła duszność; masywne krwawienie; utrata przytomności; pierwszy lub przedłużający się napad drgawkowy; nagłe porażenie, osłabienie kończyny lub zaburzenia mowy; niemożność przełknięcia śliny. Telefony: 112 lub 999.

Sprawa	Gdzie zadzwonić / zgłosić się
Brak telefonu z terminem planowania przez 7 dni	Personel Zakładu Teleradioterapii: 42 689 55 28, dni robocze 8:00-15:00
Termin pierwszej sesji - czekaj na telefon personelu	Brak telefonu i więcej niż 14 dni od ostatniego badania do planowania (CT, ewentualnie PET lub MR): 42 689 55 54, dni robocze 8:00-15:00.
Personel oddziału	42 689 55 04, w godzinach pracy
Wizyty NFZ i kontrole po leczeniu	Wojewódzka Poradnia Onkologiczna: 42 689 52 00, wybierz 1 (Poradnia Radioterapii Onkologicznej).
Wizyty prywatne u Konrada Stawiskiego	ZnanyLekarz (Konrad Stawiski) lub multiclinic.pl. Linki do zapisów na stronie dostępnej przez kod QR na pierwszej stronie.

Po zakończeniu radioterapii

- Odebrać od personelu i zachować wypis z dawką i obszarem leczenia. Pokazywać go innym lekarzom i stomatologowi.
- Jeżeli nie ustalono inaczej, umówić kontrolę po 4-6 tygodniach w Poradni Radioterapii Onkologicznej; podczas wizyty zostaną ustalone badania kontrolne i dalsze postępowanie.
- Objawy skórne lub śluzówkowe mogą przejściowo nasilić się przez kilka dni po ostatniej frakcji - kontynuować zaleconą pielęgnację i zgłaszać pogorszenie.