

Wann muss ich mich an einen Arzt wenden?

Wenn es zur Bildung offener oder nässender Hautstellen kommt, kontaktieren Sie bitte umgehend einen Arzt.

Teilen Sie Ihrem Arzt bitte auch mit, wenn folgende Beschwerden stärker werden:

- Rötung der bestrahlten Haut mit Brennen, Juckreiz, Spannen oder Schmerzen
- Flüssigkeitsansammlung unter der bestrahlten Haut mit Schwellung und Druckgefühl

Bitte wenden Sie sich bei akuten Beschwerden an das für Sie zuständige Personal am Bestrahlungsgerät.

Sollten die Beschwerden zu Hause auftreten, wenden Sie sich bitte an:

Uniklinik Köln
Klinik und Poliklinik für Radioonkologie,
Cyberknife- und Strahlentherapie
Kerpener Str. 62
50937 Köln
Telefon: 0221 478-5495

Ihre Notizen / Fragen an uns:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Weitere Informationen zum Thema finden Sie auch in dem blauen Ratgeber der Deutschen Krebshilfe: Nr. 53 Strahlentherapie. Er ist kostenlos zu erhalten unter: www.krebshilfe.de

CIO-Flyer zu ähnlichen Themen:

- Starke Erschöpfung – Fatigue
- Mundpflege – Beschwerden im Mund nach Chemotherapie

Strahlentherapie Mögliche Nebenwirkungen und Hautpflege



Informationen für Patientinnen,
Patienten und Angehörige

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie erhalten im Rahmen Ihrer Krebstherapie an der Uniklinik Köln eine Bestrahlung. Wir setzen dafür moderne Geräte ein, die eine sehr gezielte Bestrahlung der Tumore erlauben. Trotzdem kann es zu Nebenwirkungen kommen. Diese können beeinträchtigend sein und in manchen Fällen sogar zur Unterbrechung oder vorzeitigen Beendigung einer Therapie führen.

Um Sie bei Ihrer Strahlentherapie zu unterstützen, informieren wir Sie in diesem Faltblatt über mögliche Nebenwirkungen und wie Sie damit umgehen können. Schwerpunkt ist das Thema Hautpflege.

Was ist eine Strahlentherapie?

Bei einer Strahlentherapie treffen ionisierende Strahlen auf Bereiche Ihres Körpers, um Krebszellen zu zerstören oder sie an ihrem Wachstum zu hindern. Um auf die Krebszellen wirken zu können, müssen die Strahlen sowohl durch die Haut als auch durch gesundes Gewebe dringen. Die gesunden Zellen des Körpers erholen sich üblicherweise schnell wieder von der Bestrahlung.

Wie lange dauert eine Strahlentherapie?

Die Dauer der Bestrahlung hängt von Ihrer Krebserkrankung ab. In der Regel findet die Bestrahlung über mehrere Wochen montags bis freitags statt. Die Bestrahlung selbst dauert meist nur wenige Minuten.

Was, wenn Sie während der Bestrahlung Schmerzen haben?

In diesem Fall nehmen Sie beim nächsten Mal bitte 30 Minuten vor Ihrem nächsten Bestrahlungstermin das von Ihrem Arzt verordnete Schmerzmittel ein.

Welche Nebenwirkungen können durch die Strahlentherapie auftreten?

- gerötete und überwärmte Haut (Erythem) – die Symptome ähneln einem Sonnenbrand
- trockene und schuppige Haut
- spannende, juckende, brennende Haut
- bräunlich verfärbte Haut, manchmal auch mit stärkerer Pigmentierung
- Schwellung im Bereich der bestrahlten Haut, Flüssigkeitsansammlung (Ödeme) und Druckgefühl
- Haarausfall (vorübergehend) im Bereich der bestrahlten Haut
- anhaltende Müdigkeit (Fatigue), Kopfschmerzen, Übelkeit, Schwindel und Unwohlsein
- Schädigung der Mundschleimhaut (Mukositis) bei Bestrahlung im Kopf-Hals-Bereich
- Durchfall (Diarrhoe) bei Bestrahlung im Becken- und Analbereich

Was können Sie tun?

Schauen Sie sich täglich den Bereich der bestrahlten Haut an – wenn möglich Vorder- und Rückseite des bestrahlten Körperteils. Achten Sie auf gute Lichtverhältnisse. Verwenden Sie einen Spiegel oder bitten Sie eine weitere Person zu Hilfe.

Duschen Sie nur kurz mit lauwarmem Wasser und weichem Duschstrahl. Nehmen Sie bitte kein Vollbad. Schwimmbadbesuche werden ebenfalls nicht empfohlen. Verwenden Sie eine milde Seife, die Ihre Haut nicht austrocknet (individuell unterschiedlich), und spülen Sie den Schaum immer gut ab. Tupfen Sie die bestrahlte Haut beim Abtrocknen vorsichtig ab.

Achten Sie darauf, keine Markierung zu entfernen. Sollte dies dennoch geschehen, kann sie bei der nächsten Bestrahlung nachgezeichnet werden.

Folgende Hinweise gelten nur für die bestrahlten Bereiche Ihres Körpers:

- Benutzen Sie bitte nur vom Arzt empfohlene Lotionen zur Hautpflege. Verwenden Sie diese nicht direkt vor und nach der Bestrahlung. Tragen Sie die Lotion nur nach Anweisung und immer nur dünn auf Ihre Haut auf.
- Verwenden Sie bitte kein Parfum, Puder, Kosmetika, medizinische Salben, Deodorants und alkoholhaltige Lösungen (z.B. Rasierwasser).
- Vermeiden Sie generell Reizungen der bestrahlten Haut durch Rasieren mit einem Nassrasierer oder Kratzen.
- Tragen Sie möglichst Kleidung aus Naturfasern wie Baumwolle, Seide oder Leinen, die bequem sitzt und nicht einschneidet.
- Schützen Sie sich vor Sonneneinstrahlung durch lange Kleidung, Hüte oder Tücher und verwenden Sie einen Lichtschutzfaktor von mindestens 30.
- Vermeiden Sie übermäßige Wärme (z.B. heißes Föhnen, Sauna, Wärmflasche) und Kälte (z.B. Kühl-Packungen) oder Druck (z.B. Massage).
- Verzichten Sie auf Schmuck, Piercings und Pflaster.
- Bei Bestrahlung im Kopfbereich wird eine regelmäßige Mundpflege empfohlen.

**» Generell gilt:
Rauchen Sie möglichst nicht!**