

# ENSTWIKSYON POU RADYOTERAPI NAN POU MON

SA OU KA FÈ	SA OU PA DWE FÈ
<p><b>Aktivite Moun Fè chak jou yo (ADLs)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontinye fè aktivite moun fè chak jou yo (ADLs). ADLs se travay prensipal pou pran swen pwòp tèt ou sav le di mache, manje, abiye ak goumin, twalèt, benyen ak soti yon kote pou ale nan yon lòt.</li> <li>• Kontinye aktivite pèsònèl ak travay ou konn fè chak jou yo depi ou santi ou kapab fè yo. Li nòmal pou ki soufri kansè yo ou santi yo fatige, men se pa menm bagay la nan pa chak moun.</li> <li>• Rete aktif jan ou kapab. Fè kèk ti egzèsis regilyèman-espesyalman mache-se yon bon fason pou soulaje fatig la. Fè egzèsis ka ede w nonsèlman ak fatig la, men li ka ede w dòmi pi byen tou.</li> <li>• Mande yon moun pou mennen ou nan tretman radyoterapi yo.</li> </ul> <p><b>Swen Po</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lave kote yap trete a chak jou avèk yon savon ki swa ki sanzodè, tankou Dove-Sensitive Skin® oswa Aveeno®. Fè atansyon ak zòn ki nan tretman an epi seche l avèk dousè. Sèvi ak yon idratant sanzodè de fwa chak jou pou po a rete entak apre tretman radyoterapi yo.</li> <li>• Se pou ou mete rad koton ki laj otank posib pou anpeche l fwote sou po a.</li> <li>• Se pou ou mete rad pwoteksyon epi pa rete nan solèy la. Mete krèm pou pwoteksyon solèy jan doktè w la endike sa.</li> </ul> <p><b>Nouriti/Swen Bouch</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se pou ou swiv yon rejim ki likid epi swa ki melanje. Manje manje tankou sereyal kwit, pire pòm detè, ak soup.</li> <li>• Se pou ou mete manje ki mou ki gen anpil pwoteyin ladan l tankou yawout grèk, ze mou-kwit, soup krèm, pwason, ak sòs vyann.</li> <li>• Se pou ou idrate tèt ou pandan tretman ou lan.</li> <li>• Poze doktè w la kesyon sou resèt pou kouvri ak diminye enflamasyon nan èzofaj la. Yo ka preskri medikaman pou doulè tou.</li> <li>• Konsilte yon espesyalis nan rejim pou ba w konsèy.</li> </ul>	<p><b>Aktivite Moun Fè chak jou yo (ADLs)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pa fè egzèsis twò ta nan aswè, evite gwo tanperati ak ti kabin pou bronzaj yo.</li> <li>• Pa fimen epi evite zòn ki gen anpil lafimen yo. Epi tou, evite bagay kap irite ak kontamine aparèy respiratwa a.</li> <li>• Si ou te gen lafyèv, tous, ak/oswa difikilte pou respire pa bliye fè doktè w la konn sa piske sa ta ka yon siy nemoni.</li> <li>• Aktivite tankou naje pa ladan l sof si doktè w la ba w otorizasyon pou sa.</li> </ul> <p><b>Swen Po</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pa mete losyon/krèm sou po yo trete a <u>de zèdtan anvan</u> radyoterapi yo oswa pou plis enfòmasyon pale avèk doktè w la.</li> <li>• Pa sèvi ak pwodwi ki gen alkòl, ki ka lakòz sechrès nan po.</li> <li>• Pa sèvi ak ti sèvyèt mouye oswa eponj luffa.</li> <li>• Pa sèvi ak anyen ki ni cho ni frèt, tankou kousinen chofaj oswa pake glas dirèkteman sou po yap trete.</li> <li>• Pa mete rad sere sere, pou l pa fwote sou po ke yap trete a.</li> <li>• Pa sèvi ak detèjan lesiv ki gen odè pou lave rad yo.</li> </ul> <p><b>Nouriti/Swen Bouch</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pa manje gwo manje pou soupe.</li> <li>• Pa kòmanse nouvo akseswa oswa vitamin san apwobasyon onkològ radyoterapi w la. Yon multivitamin chak jou sifi.</li> <li>• Pa sispann resèt medikaman yo san ou pa pale ak doktè w anvan.</li> </ul>

# ENSTWIKSYON POU RADYOTERAPI NAN POUMON

## LÒT KONSIDERASYON

- Pifò efè segondè nan radyoterapi yo konsantre yo sèlman nan zòn ke yap trete a. Chanjman ki fèt nan po a nan zòn yap trete a ka varye ant sechrès, gratèl, ak dekale epi sa ka rive sou 2 semèn nan radyoterapi. Pifò reyaksyon po yo konn geri nan 1 a 3 semèn apre radyoterapi a sispann.
- Gen kèk moun ki resevwa radyoterapi ki ka santi anndan yo ap boule yo oswa manje ki kole nan pwatrin yo, ki rele èzofajit, jeneralman ki devlope 2 a 3 semèn apre radyoterapi a. Esophagitis la rezoud tipikman nan 2 a 4 semèn apre sentòm yo parèt.
- Pafwa, moun devlope yon enfeksyon chanpiyon/bakteri nan èzofaj yo ke trete ak medikaman ki apwopriye. Sentòm èzofajit la ka gen ladan l difikilte ak/oswa doulè pou vale, megri, dezidratasyon, ak lanbi pou manje oswa likid. Ou dwe fè anlwaye klinik la konn sa imedyatman sentòm parèt. Nòmalmman, yo pa entèwonp radyoterapi yo.

