

# ENSTWIKSYON POU RADYOTERAPI NAN ANBA TIVANT

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.</li> <li>• Ou dwe dòmi 7 a 8 èdtan chak swa.</li> </ul> <p><b>Swen Po</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pwòpte zòn tretman an ak dlo tyèd ak savon swa.</li> <li>• Pran yon ben tyèd chita pou soulaje doulè a. Apre sa tapote po a oswa kite l seche poukont li.</li> <li>• Fè doktè w la oswa enfimyè w la konnen si dèkay ou fè w mal oswa si li senyen.</li> <li>• Toujou mete rad kilòt koton ki lach.</li> </ul> <p><b>Nouriti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se pou w toujou idrate tèt ou pandan radyoterapi w la.</li> <li>• Manje ti manje lejè souvan.</li> <li>• Manje ak bwè likid ki gen anpil pwoteyin ak kalori.</li> <li>• Poze doktè w la oswa espesyalis sou rejim alimantè w la kesyon sou fason pou ou ajoute likid akseswa ki gen rapò ak nouriti nan rejim alimantè w la si ou pap manje sifizaman manje.</li> </ul>	<p><b>Swen Po</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pa sèvi ak pwodwi ki gen alkòl, ki ka lakòz sechrès nan po.</li> <li>• Pinga ou naje nan pisin ki gen klowòks oswa jakuzi.</li> <li>• Pinga ou bronze nan solèy pandan w ap resevwa radyoterapi a paske reyaksyon po a ka vin ogmante.</li> <li>• Pa kale nan zòn ki nan tretman an. Sèvi ak sèlman yon razwa elektrik oswa tondèz.</li> </ul> <p><b>Nouriti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pa manje manje ki lakòz gonfleman ak gaz tankou bwokoli, chou, pwa, bagay ki gen lèt, ak kola. Pale ak ekip radyoterapi w la pou si ou bezwen plis konsèy pou diminye gaz ak gonfleman.</li> <li>• Pa kòmanse ak rejim pou vin megri. Nou vle ou konsève pwa w pandan tretman an, malgre pwa ou genyen kounye a.</li> <li>• Pa kòmanse nouvo akseswa oswa vitamin san apwobasyon onkològ radyoterapi w la. Yon multivitamin chak jou sifi.</li> </ul>

# ENSTWIKSYON POU RADYOTERAPI NAN ANBA TIVANT

## LÒT KONSIDERASYON

### Dyare (fè pou pou pi souvan)

- Se pou ou manje manje kip a gen anpil fib. Evite manje manje ki gen piman, anpil grès, oswa ki fri. Evite bwè lèt ni bagay ki fèt ak lèt tankou fwomaj oswa krèm glase ansanm ak bwason ki gen kafeyin oswa alkòl.
- Ou ka kòmanse Imodyòm™ (medikaman yo vann nan lari) pou dyare ke radyoterapi yo lakòz.
- Panse ak yon rejim BRAT- B- Bannann, R- diri, A- sòs pòm, ak T- pen griye lè dyare vini.
- **Evite bwason ki gen sik, sa vle di Gatorade, paske li gen tandans ogmante frekans pou fè pou pou a. Si ou bezwen yon ranplasman elektwolit, kòm altènatif sèvi ak yon tikras sik.**

### Sante Seksyèl

- Pandan radyoterapi yo ou ka kontinye gen rapò seksyèl ak aktivite jan ou santi ou alèz, sof si ekip medikal ou a pa apwouve sa. Ou ka gen kèk malèz oswa senyen.
- Fi ki gen laj pou fè pitit yo bezwen sèvi ak antikonseptif.
- Ou ka fè fas ak sechrès nan vajen, gratèl ak/oswa vin sere. Tanpri pale ak ekip medikal w a si ou gen bagay sa yo.
- Ou ka pèdi kèk oswa tout cheve nan pati jenital la. Souvan cheve yo tounen grandi apre tretman an.

### Blad pipi/Pipi

- Ou ka santi ou bezwen fè pipi pi souvan oswa ou lè ou fè pipi ou santi lap boule w.
- Tretman depann de kòz la. Si ou gen enfeksyon, ou ka bezwen antibyotik, oswa yo ka ba w medikaman pou ede ou soulaje doulè a.
- Kominike onkològ radyoterapi w la oswa enfimyè w la si ou fè pipi souvan oswa lè fè pipi li boule w.
- Pale ak onkològ radyoterapi w la sou sentòm yo. Si ou kòmanse vin ap fè pipi pi souvan pase sa, ou ka vin yon kandida pou resevwa medikaman kap ede ou amelyore sentòm sa yo.

## REFERANS

- Deborah Watkins Bruner, RN, PhD; Marilyn L. Haas, RN, CNS, ANP-C; Tracy K. Gosselin- Acomb, RN, MSN, AOCN (2005) pratik ak edikasyon pou enfimyè Radyoterapi nan Onkoloji, Twazyèm Edisyon, Divizyon Piblikasyon ONS
- Joyce P. Griffin- Sobel, RN, PhD, AOCN, APRN, BC (2007), Kansè Gastwoentestinal, Divizyon Piblikasyon ONS
- Krames Sou Demann, gerizon nan <https://www.kramesondemand.com/Healthsheet.aspx?id=82304&ContentTypeld=3>