

# STRÅLEBEHANDLING



Kreft  
foreningen

Målet med dette faktaarket er å gi en kortfattet og generell informasjon til pasienter, pårørende og andre berørte om strålebehandling. Det vil også bli gitt skriftlig og muntlig informasjon fra lege og sykepleier på sykehuset der du skal få behandlingen.

## HVA ER STRÅLEBEHANDLING?

Strålebehandling brukes for å helbrede kreftsykdom og for å forebygge eller lindre plagsomme symptomer som følge av sykdommen. I behandlingen benyttes ioniserende stråling, som har høy energi og stor gjennomtrengnings- evne. Stråling påvirker kreftcellenes evne til å dele seg slik at deres vekst hemmes eller ødelegges. Stråling virker bare i de aktuelle strålefeltene, dvs. områdene som skal behandles. De friske cellene i behandlingsområdet vil også bli rammet, men har større evne til å reparere stråleskaden enn kreftcellene har. Strålebehandling kan gis utvendig (ekstern), det vil si at strålekilden er utenfor kroppen, og innvendig ved at strålekilden plasseres tett inntil en svulst (brakyterapi).

## MÅL FOR BEHANDLINGEN

Målet med strålebehandlingen er å gi en stråledose stor nok til å ødelegge svulstvevet og minst mulig friskt vev blir skadet. Kurativ, palliativ og adjuvant behandling er begreper som brukes til å sette mål for behandlingen.

## Kurativ behandling

Målet er å helbrede eller kurere pasienten for en aktuell kreftsykdom.

## Palliativ behandling

Begrepet defineres som «lindring», eller lindring av en plage, men uten å helbrede. Målet med palliativ strålebehandling kan være å forebygge symptomer som kan opptre uten behandling, eller å prøve å stoppe videre utvikling av sykdom for en periode. Behandlingen brukes også til å lindre plagsomme symptomer eller store smerter. Behandlingen kan rettes mot et eller flere symptomer.

## Adjuvant behandling

Adjuvant stråleterapi gis som etter-/tilleggsbehandling etter cellegift og/eller kirurgi. Hensikten er å redusere faren for tilbakefall.

## HVORDAN FOREGÅR STRÅLEBEHANDLING?

Behandlerne bestemmer hvor høy stråledose som skal gis og hvor stort område som skal bestråles. Stråleterapeuter og medisinske fysikere planlegger strålebehandlingen til svulsten slik at det friske vevet får lavest mulig dose for å unngå skader. Som regel varer selve behandlingen bare noen minutter hver gang. Strålebehandling gir ingen smerter. Ved å dele opp den totale stråledosen i små daglige doser forsterkes denne

effekten og gir normalt vev tid til reparasjon mellom hver behandling.

### Fiksering

For at strålene skal treffe på nøyaktig samme sted ved hver behandling, er det viktig at du ligger helt i ro og i samme stilling. For å sikre dette brukes for eksempel puter, armstøtter og former, avhengig av hvilket område man ønsker å behandle. Når hode-/halsområdet skal stråles, lager man en maske tilpasset hver enkelt pasient som brukes under planlegging og ved hver behandling.

### CT-doseplan

Ofte er det nødvendig å bruke CT (computertomografi) for å planlegge strålebehandlingen. Det tas snittrøntgenbilder av den delen av kroppen som skal behandles. CT-bildene benyttes til å lage et individuelt tilpasset behandlingsopplegg (doseplan). Dette krever nøye utregninger og kan derfor ta noe tid.

### Simulator

Når alle nødvendige undersøkelser og forberedelser er gjort, kommer noen pasienter til simulator. Her stilles strålefeltene inn og tegnes på hud eller maske med en spesialtusj. Det er også vanlig å tatovere små punkter i huden. Disse strekene og tatoveringspunktene brukes til å sikre at behandlingen blir gitt på nøyaktig samme område ved hver behandling. Mange pasienter får tatoveringer eller streker på CT-doseplan som kan brukes på behandlingsapparatet.

### HVOR OFTE BLIR BEHANDLINGEN GITT?

Antall behandlinger kan variere, alt etter hvilket behandlingsopplegg og dose som er bestemt av lege. Det er vanlig å gi behandling fem dager i uken, med pause i helgene. Om det er helbredende eller lindrende behandling er av betydning for

dose per behandling og antall behandlinger. Andre faktorer som avgjør hvor ofte behandling skal gis, kan være diagnose, alder og allmenntilstand.

### HVORDAN PÅVIRKER STRÅLEBEHANDLING KROPPEN?

Strålingen påvirker hovedsakelig vevet i det aktuelle behandlingsområdet. Hvilke bivirkninger du får er avhengig av dose og hvilket område på kroppen som blir bestrålt. Bivirkningene vil som regel avta og bli borte noen uker etter avsluttet behandling. Vanlige akutte bivirkninger i forbindelse med behandling er irritasjon i hud og slimhinner i det bestrålte området, kvalme og diaré ved behandling i bekkenområdet, og trøtthet.

Strålebehandling kan virke inn på beinmargen som produserer blodceller, hvis denne ligger i eller ved behandlingsområdet. Derfor tas det vanligvis blodprøver en gang per uke. Det er ikke uvanlig at blodprosenten synker og immunforsvaret blir lavere. Legen vil vurdere om eventuelt blodtransfusjon er nødvendig.

Rødme og sårhet i strålefeltet er en vanlig bivirkning og stråleterapeut vil informere om hvordan du best ivaretar huden på det aktuelle området.

Bivirkninger som kvalme, oppkast, dårlig matlyst, diaré, mage-/luftmerter, tørre slimhinner etc. er vanlig hvis man får behandling mot eks. mage/tarm/bekken og hode-hals. Det er individuelt hvor uttalt bivirkningene vil bli.

Pasienter som får strålebehandling mot hodet, vil miste håret i det bestrålte området. Dette vokser ut igjen etter endt behandling. Hårvekst på andre områder av kroppen, som blir bestrålt med mer enn 10 behandlinger, har mindre garanti for å vokse ut igjen.

Strålebehandlingen kan føre til at du føler deg mer trett og slapp. Behandlingene er en fysisk påkjenning. Stress og en utrygg livssituasjon kan også føre til at du er mer sliten enn vanlig. Nedsatt matlyst, kvalme, diaré og smerter øker tretthetsfølelsen. Du bør hvile minimum ½–1 time hver dag, helst rett etter hver strålebehandling. Frisk luft er bra. En spasertur hver dag vil gjøre deg godt, og den behøver ikke å være så lang.

Det er viktig å vite at pasienter som får strålebehandling ikke representerer noen strålefare og kan omgås voksne, barn og gravide som vanlig under hele behandlingsperioden.

#### LIVSFØRSEL UNDER STRÅLEBEHANDLING

Alle pasienter som får strålebehandling bør drikke rikelig med væske, 2–3 liter daglig avhengig av kroppsvekten.

Strålene er avhengig av surstoff for å virke effektivt. Da røyking vil medføre mindre surstoff tilførsel til svulsten, vil dette redusere effekten av behandlingen. Det anbefales derfor ikke å røyke to timer før og to timer etter behandling.

Unngå sol/solarium i behandlingsperioden. Hvis du er ute i sola, bør det bestrålte området tildekkes, helst med fargede tekstiler. Unngå bruk av solfaktor i strålefeltet i behandlingsperioden. Huden i strålefeltet vil alltid være sårbar og kan lettere bli brent. I minst ett år etter avsluttet strålebehandling bør du unngå å få sol direkte på området som er bestrålt. Hvis noe av det bestrålte området ikke kan skjermes for solen, bruk høy solfaktor (faktor 25 eller høyere). Ved sterk soleksposering bør solkrem også brukes under klærne.

#### Seksualitet

Man kan være seksuelt aktiv i behandlingsperioden, men situasjonen og av og til behandlingen selv, kan gi nedsatt lyst. Kvinner som får underlivsbestråling kan føle sårhet og ubehag. Bruk av kondom anbefales på grunn av nedsatt immunforsvar og økt fare for infeksjon. Bruk av glasstav etter behandling er en måte å holde skjeden åpen for å unngå sammenvoksninger. Snakk med sykepleier om dette.

Menn som får bestrålt prostata, tarm, testikler eller urinveier, kan foruten sårhet også få potensproblemer, forbigående eller varig. Ønsker du mer informasjon, les mer i vår temabrosjyre «Kreft og seksualitet».

Karbad/svømmehall frarådes under behandlingsperioden og så lenge det er reaksjon i huden. Vann fra badekar blir raskt forurenset. Klor kan irritere og tørke ut huden.

Smøring med uparfymert fuktighetskrem/ lotion kan redusere tørrhet og kløe. Huden skal være ren og tørr før behandlingen. Der det eventuelt blir hudløse områder skal det ikke smøres, da det kan irritere ytterligere. Hvis det er tydelig at huden er tørr, bør det være mer fettinnhold i lotionen/kremen. Følg anbefalinger gitt av personalet på stråleterapiavdelingen.

Klær av bomull eller silke anbefales for å redusere irritasjon i huden. Gnissing kan øke sårhet i strålefeltet. Unngå bruk av tape i strålefeltet da det kan irritere og rive med hud sånn at det blir sår. Er det behov for barbering i strålefeltet skal det brukes barbermaskin, ikke barberhøvel.

## Kreftlinjen 800 57338 (800 KREFT)

### Hva kan vi hjelpe med?

Du er velkommen til å ta kontakt ved spørsmål om kreftsykdom, økonomi og rettigheter, samt ved behov for noen å prate med. Tjenesten er et tilbud til kreftpasienter, pårørende, fagpersoner og andre interesserte. Du kan velge å være anonym. Vi gir informasjon om Kreftforeningens legater til kreftpasienter med økonomiske vanskeligheter.

### Hvem er vi?

Kreftlinjen bemannes av sykepleiere, sosionomer og jurister som har taushetsplikt.

### Hvordan når du oss?

Telefon 800 57338 (800 KREFT) – tjenesten er gratis fra fasttelefon.

I tillegg kan du nå oss slik:

- > sykepleier:  
e-post: kreftlinjen@kreftforeningen.no
- > nettprat: www.kreftforeningen.no
- > sms: 1980 merket Kreftlinjen
- > sosionom og jurist:  
e-post: rettigheter@kreftforeningen.no

## KOMPLEMENTÆR BEHANDLING (ALTERNATIV BEHANDLING)

«Med alternativ behandling menes helse-relatert behandling som utøves utenfor helsetjenesten, og som kan utøves av ikke autorisert helsepersonell. Behandlingen som ikke utøves av autorisert helsepersonell, omfattes likevel av begrepet alternativ behandling når det brukes metoder som i all vesentlighet anvendes utenfor helsetjenesten.» (Lov om alternativ behandling fra 1. januar 2004)

Mange ønsker å benytte alternative eller komplementære behandlingsformer. Noen av disse kan være ugunstige i kombinasjon med annen behandling. Derfor bør det alltid diskuteres med behandlende lege dersom man ønsker slik behandling.

Stort forbruk av vitamin- og mineraltilskudd under behandling, bør diskuteres med behandlende lege.

## FORENINGER SOM KREFTFORENINGEN SAMARBEIDER MED

Kreftforeningen samarbeider nært med 12 frivillige, landsomfattende og selvstendige pasient- og likemannsorganisasjoner som representerer kreframmede og deres pårørende. Foreningene har et bredt tilbud til sine medlemmer med bl.a. faglige og sosiale samlinger, kurs og konferanser.

Les mer om foreningene og deres aktiviteter på [www.kreftforeningen.no](http://www.kreftforeningen.no) (under Råd og veiledning – Pasientforeningene) eller ring 07877.