

Cuidados en la Radioterapia a la Próstata



Apreciado usuario: en este folleto usted encontrará recomendaciones que pueden ayudarle a manejar los efectos secundarios producidos por el tratamiento de radioterapia a la próstata.

Algunos efectos son:



- Debilidad o cansancio.
- Pérdida del apetito.
- Náuseas.
- Dolor o cólico abdominal.
- Inflamación o hinchazón del abdomen bajo.
- Cistitis o inflamación de la vejiga que puede causar aumento en la frecuencia para orinar.
- Ardor o dolor para orinar.
- Diarrea.
- Dolor para hacer deposición.
- Inflamación de hemorroides y sangrado al hacer deposición.
- Enrojecimiento o irritación de la piel del ano.
- Incontinencia intestinal (fuga de heces por el ano).

Consejos prácticos



- Después de su radioterapia descanse en casa, no realice actividades que requieran esfuerzo físico.



- Recuerde tomar puntualmente los medicamentos para manejo de gases y estreñimiento.



- Asista a los controles semanales para su seguimiento.

- Lávese las manos constantemente, sobre todo antes de comer o después de ir al baño.

- Si tiene tratamiento de hormoterapia o medicamentos formulados por urología continúe su medicación normalmente.
- Si actualmente toma medicamentos para el control de enfermedades crónicas en casa, consultar con el personal de salud acerca de la continuidad de los mismos.

Alimentación



- Coma porciones pequeñas de alimentos, varias veces durante el día.
- Hidrátese con líquidos de su preferencia (agua, suero, té, aromáticas o infusiones) evitando bebidas azucaradas o ácidas como naranja o limón.
- Evite alimentos fritos, ácidos, picantes o condimentados que pueden inflamar y ocasionar gases en el colon.



- Evite alimentos productores de gas en el colon como: verduras crudas, granos frescos o secos como frijoles, lenteja, garbanzo, arveja, las coles como lechuga, repollo, brócoli o coliflor, lácteos y sus derivados, bebidas con gas, consulte las inquietudes para su dieta con el personal de salud.

Siga las recomendaciones de la toma de agua antes de su sesión de radioterapia.

Cuidados de la piel

- Hidrátese la piel con la crema recomendada por el médico.
- Utilice un jabón suave para su higiene personal, seque la piel con toques evitando frotar la piel con la toalla.
- Realice asientos con infusión de manzanilla o caléndula a temperatura al ambiente, esto ayudará a desinflamar la piel del ano y área genital.
- Aplíquese los supositorios o ungüentos recomendados por el personal de salud.



Después de terminar su radioterapia, es importante continuar con el cuidado de la piel durante un mes y seguir con las recomendaciones de dieta dadas por el personal de salud.

Manejo de la Diarrea

- Una vez inicie la diarrea es importante hidratarse tomando suero oral y líquidos de su preferencia como aromáticas, infusiones, caldos o consomés.
- Lleve una cuenta del número de las deposiciones, cantidad, consistencia y color.
- Cada vez que haga deposición tome un vaso de suero oral o líquidos de su preferencia; debe evitar la leche, bebidas con gas o azucaradas.
- Suspenda la leche de magnesia durante los días que ha presentado la diarrea, reinicie una vez ha superado la diarrea.



- Coma alimentos ricos en potasio y sodio como: plátano, caldos de papa, arroz, yuca, sopa de pastas (fideos); frutas como manzana, pera, durazno, banano y guayaba.
- Use paños húmedos o papel higiénico húmedo para proteger la piel del ano y humecte la piel con la crema formulada por el personal médico.
- Consulte con el personal de salud acerca de los medicamentos adecuados para el manejo de la diarrea.



Vida sexual



- Durante el tratamiento de radioterapia puede sentir disminución del deseo sexual, consulte con el médico o enfermera de radioterapia acerca de la actividad sexual que es conveniente para usted.
- Se puede presentar disfunción eréctil, consulte con su médico al respecto.
- Antes de iniciar su tratamiento converse con su médico acerca de sus deseos sobre tener hijos, con el fin de buscar alternativas para preservar su esperma.

Recomendaciones al terminar la radioterapia en la próstata



- Suspnda la leche de magnesia, puede continuar con la tabletas anti gases si estos le generan malestar en el colon; continúe por el tiempo que usted considere necesario.
- Luego de dos a cuatro semanas después de terminar la radioterapia, usted podrá consumir nuevamente los alimentos que comía antes del tratamiento, incorpórelos de forma gradual.
- Dos semanas después de terminada la radioterapia se deben fortalecer los músculos de la pelvis, para esto debe contraer el ano y apretar las nalgas durante 3 a 5 segundos muchas veces al día, continúe estos ejercicios hasta que su médico lo indique.

• Dos semanas después de terminada la radioterapia se deben fortalecer los músculos de la vejiga, para esto, recomendamos los siguiente:



En el día 1

Cuando sienta ganas de orinar debe retener la orina solo por 1 minuto y luego orine normalmente sin pausas.

En el día 2

Debe retener la orina por 2 minutos y orinar normalmente.



En el día 3

Debe retener la orina por 3 minutos y así sucesivamente aumentando un minuto diario, hasta llegar a retener la orina por 60 minutos en el día 60.

En la cita de control su médico le indicará si debe continuar o no con los ejercicios.



Consulte a su médico o enfermera de radioterapia si presenta:

- Dolor e inflamación en el pelvis.
- Enrojecimiento o ampollas en la piel de la pelvis, ano, o zona genital
- Diarrea.
- Ardor o dificultad para orinar.
- Dolor para hacer deposición.
- Inflamación de las hemorroides.



¿Cuándo acudir al servicio de urgencias?

- Fiebre superior a 38° (medida con termómetro).
- Dolor intenso en la pelvis.
- Convulsiones.
- Sangre en orina o heces fecales.
- Diarrea no controlada.
- Desmayo o pérdida conciencia.



A continuación, lo invitamos a dar clic en el siguiente botón para evaluar su comprensión de las orientaciones dadas.

Haz clic aquí



Para mayor información comuníquese al teléfono:

607 700 8000

Extensiones:

- **2013** Enfermería Radioterapia
- **2003** Sala Comandos Acelerador
Líneal Clinac IX
- **2015** Consulta externa

**Centro de Cáncer y
enfermedades Hematológicas
Virgilio Galvis Ramírez**

#FoscaTeCuida



EDUFOSCAL
Conocimiento sin límites

**[https://edufoscal.com
/comunidad/pacientes
cancerF](https://edufoscal.com/comunidad/pacientes_cancerF)**

