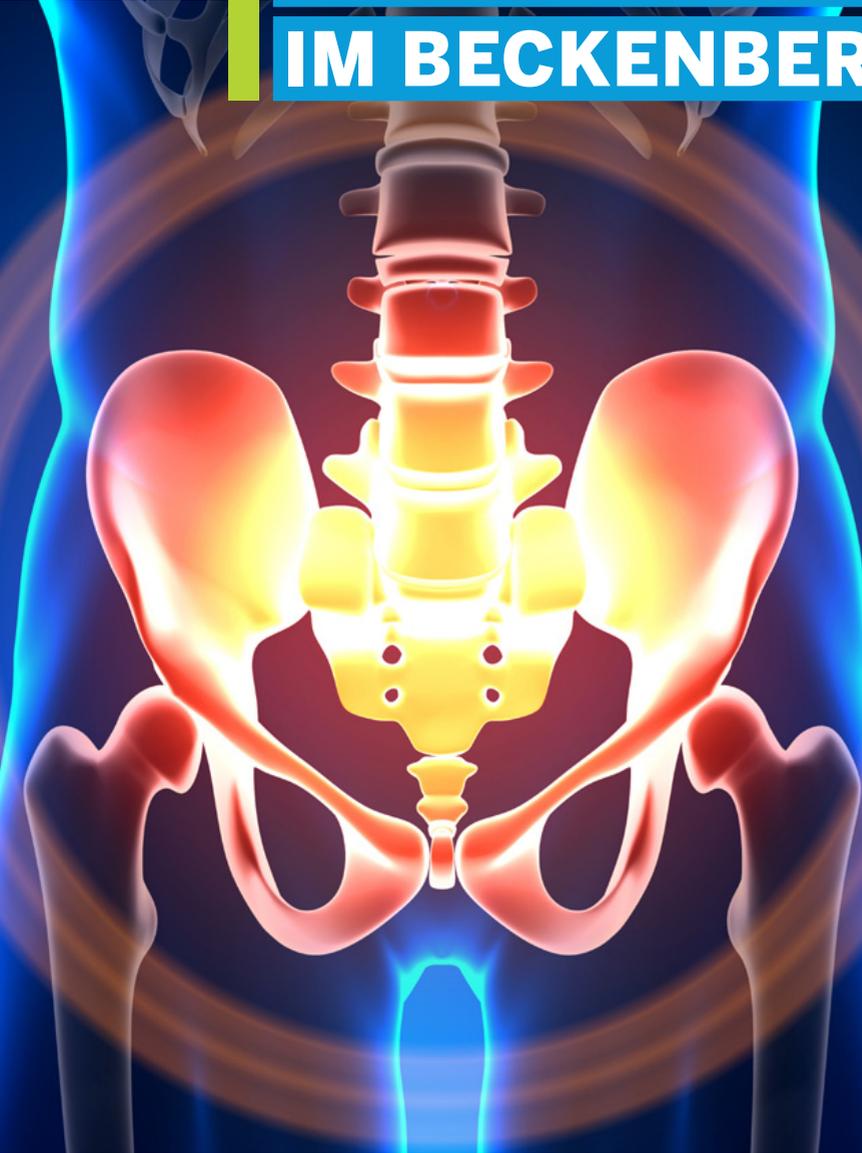


VORBEREITUNG AUF DIE BESTRAHLUNG IM BECKENBEREICH



Liebe Patientin, lieber Patient

Ihnen steht eine Bestrahlung im Beckenbereich bevor. Mit dieser Broschüre erhalten Sie wertvolle Anleitungen und Tipps zur optimalen Vorbereitung auf Ihre Behandlung.

In den folgenden Abschnitten erfahren Sie alles über die richtige Darm- bzw. Blasenvorbereitung sowie Ernährungsempfehlungen, die helfen, unerwünschte Gasbildung im Darm zu reduzieren.

Wir möchten mit diesen Massnahmen sicherstellen, dass die Bestrahlung mit hoher Präzision erfolgen kann und somit den Behandlungserfolg optimal unterstützt.

Während der Dauer der Behandlung werden Sie vom Pflegefachteam unterstützt und beraten. Zögern Sie nicht, sich bei Fragen an uns zu wenden.

Kathrin Cirillo

Leiterin Ambulatorium
Klinik für Radio-Onkologie
Kantonsspital Winterthur

Daniela Füllemann

Fachverantwortliche Pflege
Zentrum für Radiotherapie Rüti

Wir bitten Sie, **zum Planungs-CT (Klinik für Radio-Onkologie/ZRR) und später zu den einzelnen Bestrahlungssitzungen mit leerem Darm und «angenehm» (gut aushaltbar) gefüllter Harnblase** zu erscheinen. Wir empfehlen Ihnen, über den ganzen Tag verteilt mindestens 1,5 l Wasser zu trinken.

Darm

Die Entleerung des Darms macht es möglich, dass die benachbarten Organe während der Bestrahlung weitestgehend konstant in ihrer Position bleiben und es zu keinen grösseren Verschiebungen kommt.

Blase

Ist die Harnblase ganz leer, kann sie in der Nähe oder sogar innerhalb des Bestrahlungsfeldes zu liegen kommen. Ist sie hingegen einigermaßen gefüllt, bleibt sie in der Regel ausserhalb dieses Feldes. Dadurch treten weniger Nebenwirkungen wie beispielsweise verstärkter Harndrang auf.

Vorbereitung des Darms

Movicol: _____

Anwendung: abends 1 Beutel Movicol in 1 dl Wasser auflösen

Beginn: 3 Tage vor dem Termin für das Planungs-CT

Dauer: bis zum letzten Bestrahlungstermin, auch am Wochenende

Microlox: _____

Anwendung: 90 Minuten vor dem Planungs-CT und den ersten 5 Bestrahlungen.

Vorbereitung der Blase

Vor und während der Bestrahlung

Beginnen Sie drei Tage vor dem Planungs-CT damit, täglich mindestens 1,5 l Flüssigkeit (am besten Wasser ohne Kohlensäure) zu trinken. Fahren Sie damit fort, bis die Behandlung abgeschlossen ist. Dies trägt dazu bei, dass Sie hydriert bleiben und während der Bestrahlung stets eine gefüllte Blase haben. Kaffee, Tee und alkoholische Getränke erschweren das Füllen der Blase, daher sollten Sie nach Möglichkeit darauf verzichten.

Direkt vor der Bestrahlung

Entleeren Sie eine Stunde vor der Bestrahlung die Blase und trinken Sie dann 3–4 Gläser Wasser (ca. 5 dl). Befolgen Sie diese Anweisungen während der gesamten Dauer der Behandlung.

Bitte erscheinen Sie vor dem CT und jeder Bestrahlungssitzung:

- mit voller Blase (angenehm, gut aushaltbar gefüllt)
- mit leerer Blase
- Blasenfüllung nicht relevant

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an das Pflegefachteam.

Richtige Anwendung von Movicol und Microlax

3 Tage vor dem Planungs-CT bis zum letzten Termin der Bestrahlung

Trinken Sie an den 3 Abenden vor dem Planungs-CT jeweils 1 Beutel Movicol, aufgelöst in 1 dl Wasser. Setzen Sie dies bis zum Ende der Bestrahlung fort.



90 Minuten vor dem Planungs-CT bzw. vor den ersten 5 Bestrahlungen

Applizieren Sie Microlax.



Vor dem Entleeren des Darms 10–15 Minuten warten.



1 Stunde vor dem Planungs-CT bzw. Bestrahlung

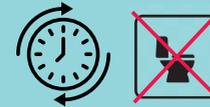
Entleeren Sie Ihre Blase, bei Bedarf auch wieder Ihren Darm.



Trinken Sie 3–4 Gläser Wasser (total 5 dl) innert 10 Minuten.



Nicht urinieren! Versuchen Sie, den Urin bis nach der Behandlung in der Blase zu halten.



Nach Ihrem Termin

Entleeren Sie Ihre Blase nach Ihrem Termin.



Wie reduziert man die Gasbildung im Darm?

Zu vermeidende Lebensmittel

Gemüse

Brokkoli, Blumenkohl, Rosenkohl, Kohl, Gurken, Zwiebeln, Knoblauch

Früchte

Pflaumen, Trockenfrüchte

Hülsenfrüchte

Erbsen, Bohnen, Linsen

Kohlensäurehaltige Getränke

Tipps, um weniger Luft zu schlucken

- Essen Sie langsam.
- Kauen Sie das Essen gut und bei geschlossenem Mund.
- Verwenden Sie keine Trinkhalme.

Massnahmen, wenn sich schon Gas gebildet hat

- Essen Sie Naturjoghurt und/oder trinken Sie Fenchel- oder Pfefferminztee.
- Achten Sie auf regelmässige körperliche Aktivität.
- Essen Sie in regelmässigen Abständen (lassen Sie keine Mahlzeiten aus).

Häufig gestellte Fragen

Muss ich Movicol zwischen dem CT zur Planung und dem Beginn der Behandlung einnehmen?

Ja, nehmen Sie Movicol weiter ein, damit Sie regelmässigen Stuhlgang haben.

Ich trinke die empfohlene Menge an Wasser, aber meine Blase ist immer noch nicht voll genug für die Behandlung. Was kann ich sonst noch tun?

Versuchen Sie mindestens 1,5 l über den Tag verteilt zu trinken. Erhöhen Sie die Trinkmenge vor der Bestrahlung um 2 dl.

Warum sollte ich Tee, Kaffee und Alkohol vermeiden?

Tee, Kaffee und Alkohol regen die Urinausscheidung für kurz Zeit stark an und verhindern somit, dass Sie mit voller Blase für die Bestrahlung bereit sind.

Ich habe regelmässigen Stuhlgang. Muss ich weiterhin Movicol einnehmen und Microlax verwenden?

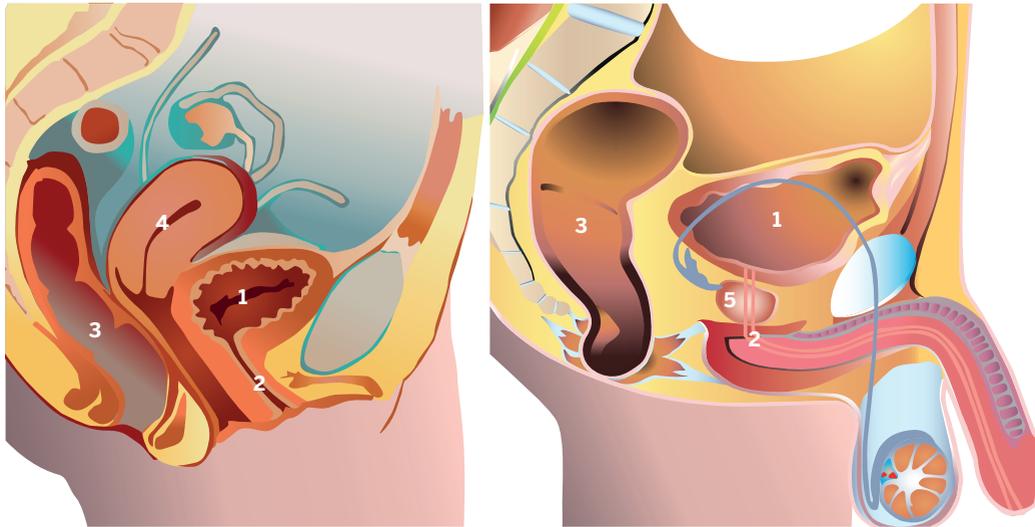
Ja, nehmen Sie Movicol weiterhin regelmässig ein. Microlax ist nicht zwingend nötig, wenn Sie bis eine Stunde vor der Bestrahlung Stuhlgang hatten. Sollten Sie unter Durchfall leiden (innerhalb von 24 Stunden mind. dreimal flüssigen Stuhlgang) wenden Sie sich an das Pflegefachteam oder an die zuständige Ärztin oder den zuständigen Arzt.

Muss ich nüchtern sein für das CT und Bestrahlung?

Falls Sie nüchtern sein müssen, hat die Ärztin oder der Arzt Sie beim Eintrittsgespräch darüber informiert.

Muss ich eine Diät machen?

Meiden Sie Lebensmittel, von welchen Sie wissen, dass sie Sie blähen.



1 Blase 2 Harnröhre 3 Enddarm 4 Gebärmutter 5 Prostata

Notizen:



In unserem Video sehen Sie, weshalb die Vorbereitungen so wichtig sind. Zum Video gelangen Sie via QR-Code oder folgendem Link:

www.ksw.ch/bestrahlung-becken

**KANTONSSPITAL
WINTERTHUR**

Brauerstrasse 15
Postfach
8401 Winterthur
Tel. 052 266 21 21
info@ksw.ch
www.ksw.ch

06/2024

Klinik für Radio-Onkologie
Kantonsspital Winterthur

Pflegefachteam
Tel. 052 266 26 53
(erreichbar von Montag bis Freitag
von 8.00 bis 17.00 Uhr)

zrr
Zentrum für Radiotherapie Rüti

Pflegefachteam
Tel. 052 266 56 00
(erreichbar von Montag bis Freitag
von 8.15 bis 11.45 und 13.15 bis 16.45 Uhr)
