

Le consigliamo di:

- usare indumenti comodi, in fibre naturali, che consentano alla pelle di traspirare;
- usare un reggiseno comodo, in cotone bianco, senza decorazioni, ferretti o pizzi;
- usare un deodorante senza alcol, senza profumi, senza sali di alluminio e talco. Questi componenti infatti potrebbero causare irritazione alla pelle e dare forti reazioni allergiche durante la radioterapia;
- usare un deodorante in formulazione da spalmare (roll-on), anziché da vaporizzare;
- lavare la zona irradiata con acqua tiepida e detergenti delicati;
- fare la doccia una volta al giorno con acqua tiepida e detergenti delicati che non secchino la pelle;
- asciugare bene la zona irradiata, tamponando con un panno morbido.



Eviti di:

- depilare l'ascella;
- strofinare la pelle con spugne o asciugamani;
- fare bagni troppo lunghi, che potrebbero causare macerazione o surriscaldamento della zona irradiata;
- usare profumi.

La pelle irradiata, inoltre, è particolarmente sensibile, pertanto le raccomandiamo:

- di non esporla direttamente al sole durante le settimane di trattamento;
- di non applicare cerotti;
- di non grattarsi.



Dopo la radioterapia

- Se ha in corso delle medicazioni, gli infermieri provvederanno a cambiarle fino alla guarigione dell'area;
- prosegua per tutto il periodo indicato dal medico l'applicazione dei prodotti consigliati;
- eviti di usare profumi a base di alcol;
- eviti di esporre al sole la zona irradiata per almeno sei mesi;
- applichi delle creme solari ad alta protezione nell'area irraggiata anche se sono passati sei mesi dal termine della radioterapia.

Alcuni mesi dopo la conclusione della radioterapia, la mammella irradiata potrà apparire leggermente più addensata rispetto all'altra. Questa situazione è del tutto normale ed è dovuta a una maggior produzione di collagene da parte del tessuto irradiato.

Stanchezza

È un sintomo che si può manifestare durante il trattamento e può persistere per qualche tempo dopo la sua conclusione.

Generalmente si possono svolgere le normali attività quotidiane e lavorative.

Riferisca al medico se si sente spesso molto stanca.

L'attività fisica, se svolta con regolarità e con l'opportuna intensità, aiuta a contrastare la stanchezza e la perdita di elasticità della parte irradiata.

Chieda informazioni al medico o al fisioterapista sugli esercizi che potrebbero giovare e consideri i percorsi di riabilitazione e di attività fisica presenti al CRO.

Struttura di Oncologia Radioterapica del CRO SEDE DI AVIANO



Struttura di Oncologia Radioterapica del CRO SEDE DI PORDENONE



CONTATTI

Sede di Aviano

Segreteria 0434 659525
Infermiere 0434 659538
Email rt.cro@cro.it

Sede di Pordenone

Segreteria 0434 399413 - 539
Infermiere 0434 399781
Email rtpn@cro.it

Servizio di Nutrizione del CRO

Tel. 0434 659367



© Centro di Riferimento Oncologico di Aviano IRCCS - Istituto Nazionale Tumori
Resp. Scientifico collana *CROinforma*: Silvia Franceschi (Direttore Scientifico CRO)
Coordinamento editoriale e di redazione: Chiara Cipolat Mis, Emanuela Ferrarin (Biblioteca CRO)
Revisione del testo: Emanuela Ferrarin, Chiara Cipolat Mis (Biblioteca CRO)
Conforme ai requisiti di ETHIC per la valutazione della comprensibilità, trasparenza e appropriatezza.
Valutazione ETHIC: Pierpaolo Pelagi (Biblioteca CRO)
Grafica e impaginazione: Nancy Michilin (Biblioteca CRO)
Cura redazionale: Nicolas Guarin (Biblioteca CRO)
Pieghevole valutato per comprensibilità e chiarezza da cittadini/pazienti: Nicole Rizzetto
Immagini: © CRO - © acquisto in licenza Shutterstock.com - © Maurizio Rizzetto

*Questo pieghevole è stato ristampato nel mese di settembre 2021.
Stampato su carta FSC MIX CREDIT presso Arti Grafiche CM Prata di Pordenone.*

Gli autori dichiarano di non avere conflitti di interesse per questa pubblicazione.

Queste informazioni intendono favorire la comunicazione tra medico e paziente e non sostituiscono quanto il medico può indicare alla singola persona.



La RADIOTERAPIA della MAMMELLA

Indicazioni pratiche



Testi:
ANGELA CAROLI, medico radioterapista
LORENZO VINANTE, medico radioterapista
SOC Oncologia Radioterapica, CRO Aviano



Gentile Signora,

con questa guida desideriamo darle indicazioni utili per il suo percorso di radioterapia presso la Struttura di Oncologia Radioterapica del CRO nelle sedi di Aviano e di Pordenone. I medici e gli infermieri saranno in ogni caso a sua disposizione per ulteriori chiarimenti.

CHE COS'È LA RADIOTERAPIA

La radioterapia è un trattamento che utilizza le radiazioni ad alta energia per uccidere le cellule tumorali.

La radioterapia è parte integrante del percorso di cura per il tumore della mammella. Viene pianificata nel contesto multidisciplinare del suo percorso di trattamento.

Generalmente la radioterapia si svolge al termine delle altre cure per il tumore della mammella, ad esempio dopo la chirurgia e la chemioterapia. In alcune situazioni, invece, può anche venire indicata in una sequenza diversa o come unica terapia.

IL PERCORSO IN RADIOTERAPIA

La prima visita

Per prima cosa farà la visita con un medico radioterapista.

Il medico le spiegherà i dettagli della terapia ovvero:

- **il volume**, cioè la zona che verrà irradiata;
- **la dose**, cioè la quantità di radiazioni che riceverà;
- **il numero di sedute** programmate.

Le darà anche le indicazioni per l'esame successivo chiamato **TAC di Simulazione**.

In questa occasione lei dovrà avvisare il medico se porta dispositivi cardiaci, ad esempio Pacemaker o defibrillatore.

La TAC di Simulazione

Questo esame serve per definire correttamente le zone che devono essere raggiunte dalle radiazioni (zone da irradiare) e quelle che invece devono essere protette dalle radiazioni.

Con la TAC di Simulazione i tecnici, i fisici e i medici radioterapisti stabiliscono la posizione che dovrà assumere e mantenere durante il trattamento e pianificheranno nel dettaglio il suo **piano di trattamento personalizzato**.

Il giorno dell'esame potrà regolarmente mangiare e prendere i suoi farmaci.



L'esame durerà pochi minuti ed è indolore. Durante l'esame verranno tatuati nell'area da irradiare alcuni piccoli puntini con un inchiostro permanente. Serviranno per effettuare correttamente la radioterapia. Da parte sua non richiederanno alcuna cura particolare e potrà lavarsi normalmente.

Nei giorni successivi verrà chiamata dal personale della radioterapia, che le comunicherà l'appuntamento per l'inizio del trattamento.

Il colloquio con l'infermiere

Il primo giorno di trattamento farà un colloquio con l'infermiere che le spiegherà le norme igieniche da seguire e i prodotti da utilizzare. Se necessario potrà chiedere un certificato di assenza temporanea dal lavoro per le sedute di radioterapia.

Il trattamento

Le sedute di radioterapia si effettueranno quotidianamente nei giorni feriali e dureranno una decina di minuti ciascuna. Quando farà la radioterapia non avvertirà alcun dolore. Una volta terminata la seduta potrà svolgere tutte le sue attività quotidiane. Potrà anche stare normalmente a contatto con adulti e bambini, perché la radioterapia non la renderà radioattiva.

Durante le sedute il personale tecnico l'aiuterà ad accomodarsi sul lettino nella posizione stabilita e le darà indicazioni per mantenere questa posizione. Il personale tecnico la osserverà per tutto il trattamento da un monitor e mediante un sistema audio-video lei potrà comunicare con loro.

Durante il periodo di trattamento verrà regolarmente vista dall'infermiere e eventualmente dal medico radioterapista,



che verificheranno di volta in volta come prosegue il trattamento e se è ben tollerato. In queste occasioni le verranno indicati dei trattamenti di supporto, per contrastare eventuali effetti indesiderati.

Negli orari di attività è sempre presente un medico radioterapista, a cui si potrà rivolgere per qualsiasi problema che dovesse insorgere.

Alla fine del trattamento

Alla conclusione del trattamento verrà programmata una visita con il medico radioterapista, che le spiegherà come continuare i trattamenti di supporto e le indicherà i successivi controlli che dovrà eseguire.

USO DEI FARMACI E ALIMENTAZIONE

Se lei assume farmaci prescritti dal medico o di libera vendita o altri prodotti, deve sempre riferirlo al medico radioterapista e all'infermiere. Generalmente non ci sono controindicazioni ad assumerli, ma è opportuno avvisare il medico.

Potrà continuare con la sua normale alimentazione, ma è importante che beva almeno 1,5 l di acqua al giorno. Al bisogno si potrà rivolgere al Servizio Nutrizionale d'Istituto.



EFFETTI INDESIDERATI DELLA RADIOTERAPIA

La radioterapia può provocare alcuni effetti indesiderati, generalmente transitori e non particolarmente intensi. I più comuni sono:

Irritazione della pelle

È un effetto indesiderato comune che può manifestarsi con arrossamento, prurito, secchezza o colorazione più scura della pelle. Queste manifestazioni si dovrebbero risolvere spontaneamente poche settimane dopo la conclusione della radioterapia. Esse non dipendono dalla malattia, ma solo dal trattamento. Se insorgono queste manifestazioni è importante che lei le riferisca all'infermiere e al medico. In questo modo le potranno dare dei consigli specifici.

Se compare anche dolore alla mammella irradiata e febbre, deve contattare subito il medico.

COME PREVENIRE L'IRRITAZIONE DELLA PELLE

Prima della radioterapia

Nelle settimane prima della radioterapia:

- eviti di esporsi al sole;
- utilizzi una comune crema idratante, per idratare in profondità e rafforzare le difese della pelle che verrà irradiata.



Durante la radioterapia

Gli infermieri e/o i medici le suggeriranno dei prodotti specifici da applicare sulla zona irradiata, ad esempio creme idratanti, lenitive, rigeneranti. Dovrà applicare questi prodotti più volte al giorno, anche nei giorni in cui non farà la terapia.

Prima di applicare un nuovo strato di crema dovrà avere risciacquato la pelle. Non metta una quantità eccessiva di crema (sulla pelle non deve rimanere uno strato spesso di crema).

I prodotti cosmetici e i rimedi fatti in casa non sono consigliati.