

# RECOMANACIONS ESPECÍFIQUES

segons l'àrea de tractament

## TRACTAMENT AMB RADIOTERÀPIA **AL COLL**

Després d'haver rebut el tractament, podeu tenir algunes molèsties. Tot seguit, us donem unes recomanacions que us ajudaran a trobar-vos millor.

### **Quines molèsties podeu tenir?**

- Sequedat de boca, coïssor o picor a la gola en empassar-vos aliments àcids, picants, salats, etc.
- Dificultat i/o dolor en empassar-vos els aliments
- Disminució del gust dels aliments
- Sensació de mal gust (gust metàl·lic)
- Descamació de la pell a la zona tractada
- Aparició d'alguna úlcera a la mucosa
- Dolor

# Què heu de fer per disminuir aquestes molèsties?

- No fumeu i eviteu els ambients carregats de fum.
- Mantingueu una bona higiene de la boca. Raspalleu-vos les dents suaument amb un raspall tou i amb pasta fluorada.
- Glopegeu amb una barreja d'aigua, farigola, bicarbonat i/o antisèptics i fluors recomanats pel metge o metgessa.
- No prengueu begudes alcohòliques.
- Podeu triturar els aliments habituals de la dieta i barrejar-los amb suc, crema de llet, beixamel, etc.
- Mengeu els aliments a temperatura ambient.
- Mengeu aliments rics en proteïnes i calories (cereals cuinats, ous, flams, purés, etc.).
- No mengeu aliments condimentats amb espècies fortes ni amb colorants o conservants.
- Beveu líquids abundants sense gas (un o dos litres al dia).
- Afaiteu-vos amb màquina elèctrica i no utilitzeu locions d'afaitar.

Malgrat les dificultats més o menys pronunciades a l'hora d'empassar aliments sòlids i líquids, és importantíssim que continueu menjant i cal que adapteu la vostra alimentació. Us donarem un full amb recomanacions dietètiques que us facilitaran la ingesta d'aliments.

En algun cas, per mantenir el suport nutritiu adequat, caldrà alimentar-vos amb una sonda nasogàstrica.

Si us han fet un traqueostoma i porteu cànula, no podeu fer servir la cànula metàl·lica durant l'estona del tractament. En cas que sigui necessari, us en facilitarem una de silicona el dia de la simulació. Tingueu especial cura amb la higiene de la pell de la zona que envolta el traqueostoma, ja que és molt fàcil que hi apareguin petites llaguetes molestes i doloroses durant el tractament.