

در دوران پرتودرمانی توجه ویژه به تغذیه بیمار بسیار ضروری است، زیرا پرتو درمانی می تواند عوارضی داشته باشد که مانع از تغذیه مناسب بیمار شود. توجه داشته باشید که نیاز بیمار در زمان پرتو درمانی به مواد مغذی و پروتئین بیشتر از حد معمول می باشد. در نتیجه هدف نهایی از تغذیه مناسب در طول درمان، حفظ وزن بدن و تامین انرژی مورد نیاز بیمار می باشد. اگر وزن بدن در طول درمان ثابت بماند، مزیت هایی مانند عملکرد مناسب سیستم ایمنی، افزایش سرعت بهبود عدم نیاز مراجعه به بیمارستان و بالا بودن انرژی بدن را به دنبال خواهد داشت.

برای افزایش میزان انرژی مواد غذایی، از روش

های ساده زیر می توانید استفاده نمایید:

- **تهیه نوشیدنی های مغذی:** طعم دار کردن شیر

، اضافه کردن عسل یا خامه به شیر

- **تهیه غذای مقوی:** اضافه کردن کره به غذا، استفاده از

آب گوشت در غذا

- **استفاده از میان وعده های مناسب:** نان و پنیر

، محصولات لبنی، ساندویچ مرغ یا گوشت، تخم مرغ آب پز

پرتو درمانی خود باعث عوارض جانبی متعددی می شود

که معمولاً در هفته 3-4 ظاهر شده و چند هفته بعد از

اتمام درمان شروع به بهبود می کند.

به بسته به محل درمان عارضه ناشی از رادیوتراپی نیز می

تواند متفاوت باشد.

عوارض ناشی از پرتو درمانی:

التهاب پوستی:

- شست و شوی محل با آب ولرم و شامپو یا صابون

بچه

- استفاده از لباس های خنک و نخی

- جلوگیری از عرق کردن پوست محل تا حد امکان

- جلوگیری از تیغ کشیدن محل درمان

- استفاده از لباس های خنک و نخی

- جلوگیری از عرق کردن پوست محل تا حد امکان

- جلوگیری از تیغ کشیدن محل درمان

- تمیز نگه داشتن پوست و عدم استفاده از هر نوع

کرم و...

- استفاده از ضدآفتاب در صورتی که پوست در

معرض آفتاب باشد

- استفاده از کرم و لوسیون های تجویز شده توسط

پزشک

تهوع:

- استفاده از وعده های غذایی کوچک ولی به دفعات

زیاد

- استفاده از غذاهای خنک و ولرم

- پرهیز از طبخ غذا با بوی زیاد

تغذیه و مراقبت های حین رادیوتراپی



((بخش رادیوتراپی بیمارستان فوق
تخصصی قائم رشت))

تاریخ بازنگری: پاییز 1403

کم اشتهايي:

- استفاده از داروهای تجویز شده توسط پزشک
- میل کردن و عده های غذایی کوچک ولی به دفعات زیاد
- میل کردن غذاهایی که مطابق میل شما هستند
- اضافه کردن مواد مغذی به غذا مانند آب گوشت ، کره، خامه

اسهال:

- نوشیدن مایعات فراوان
- عدم استفاده از غذاهای چرب، سرخ شده و پرادویه

زخم ها و التهاب های دهانی:

- استفاده از داروهای تجویز شده توسط پزشک
- رعایت منظم بهداشت دهان و دندان
- نوشیدن مایعات با نی

- استفاده از غذاهای نرم و آبکی

- پرهیز از خوردن غذاهای شور، پرادویه و اسیدی (مانند پرتقال).

کنترل درد:

- یکی از مهمترین علت بی اشتهايي می تواند درد باشد. به همین دلیل در مورد درد خود با پزشک معالجتان مشورت نمایید.

در صورت تجویز مسکن، حتما از آن برای کاهش درد استفاده نمایید

نفخ:

- استفاده از رژیم غذایی کم فیبر
- کاهش مصرف مواد غذایی نفخ آور مانند لوبیا، نخود، انواع کلم و سبزیجات خام

📍 رشت، بلوار شهید افتخاری

☎ ۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۱-۱۹

📠 ۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۰

🌐 www.ghaem-hospital.ir

✉ info@ghaem-hospital.ir