

ZALECENIA DLA PACJENTA

Przygotowanie do badania
tomografii komputerowej (TK)
oraz do każdej sesji radioterapii

- ▣ rak stercza
- ▣ łoża po prostatektomii
- ▣ węzły chłonne miednicy



Dlaczego przygotowanie jest tak ważne?

Promieniowanie musi precyzyjnie trafiać za każdym razem dokładnie w to samo miejsce. Narządy w miednicy zmieniają swoje położenie w zależności od wypełnienia pęcherza moczowego oraz od zawartości jelit. Gazy lub stolec w jelitach mogą przesunąć obszar leczony nawet o kilka centymetrów, co zmniejsza skuteczność terapii i zwiększa ryzyko powikłań.

Dlatego każde badanie TK i każda sesja radioterapii muszą odbywać się przy **identycznym wypełnieniu pęcherza i jelit** - tak jak podczas pierwszego badania planującego. Ścisłe przestrzeganie poniższych zaleceń jest warunkiem skutecznego i bezpiecznego leczenia.



Ważne – stosuj te zalecenia od dnia pierwszego badania TK do ostatniej sesji radioterapii



Zasady przygotowania obowiązują przy każdym badaniu TK i każdej sesji napromieniania.



Jeśli nie czujesz się pewnie co do któregoś z kroków – zapytaj personel medyczny przed badaniem.



Jeśli w dniu badania nie możesz spełnić któregoś z warunków (np. nie doszło do wypróżnienia) – poinformuj technika zanim wejdiesz do aparatu.

1.

Dieta – zacznij co najmniej tydzień przed badaniem TK

Stosuj dietę lekkostrawną i **niewzdymającą od co najmniej tygodnia przed pierwszym badaniem TK** i kontynuuj ją przez cały okres radioterapii.

❌ Produkty, których należy unikać:

■ Warzywa kapustne: kapusta, kalafior, brokuły, brukselka, kalarepa, brukiew, rzodkiewka



■ Rośliny strączkowe: groch, fasola, ciecierzycza, soczewica, bób



■ Cebula, czosnek, por, grzyby, pieczarki



■ Orzechy, suszone owoce, ananasy, pomarańcze, śliwki, surowe owoce



■ Chleb ciemny, pełnoziarnisty



■ Napoje gazowane, alkohol (w tym piwo), ostre i pikantne potrawy



■ Kawa – maksymalnie 3 filiżanki dziennie

✅ Zalecane produkty:

■ Dieta lekkostrawna: gotowane warzywa, chude mięso drobiowe, ryby morskie, produkty mleczne fermentowane, jasne pieczywo



■ Wypijanie 1,5–2 l. wody niegazowanej dziennie



■ Regularne posiłki – nie pomijaj jedzenia. Prawidłowe odżywianie w trakcie radioterapii jest kluczowe dla sił organizmu i efektów leczenia



■ Aktywność fizyczna dostosowana do możliwości, np. spacer



2.

Leki wspomagające przygotowanie jelit

Poniższe **preparaty są dostępne bez recepty**. Stosuj je zgodnie z zaleceniami ośrodka.

Preparat	Zalecana dawka i zasady stosowania
 Tabletki lub kapsułki	3 razy dziennie po 2 tabletki (kapsułki). Stosuj przez cały okres radioterapii, jeśli występują wzdęcia, uczucie pełności lub częste oddawanie gazów.
 Saszetki	Początkowo 1–2 saszetki dziennie, do uzyskania regularnych wypróżnień (co 1–2 dni). Zachowaj 2-godzinny odstęp od innych leków. Przy bieguncie – odstawiaj preparat.
 Czopek glicerynowy (na dzień badania)	Zastosuj doodbytniczo w dniu badania TK lub sesji, jeśli rano nie nastąpiło wypróżnienie (patrz krok 1 w protokole poniżej). Nie stosuj przy bieguncie.



Uwaga: jeśli wypróżnienia są rzadsze niż 2 razy na tydzień lub towarzyszą im ból, krew w stolcu lub ból brzucha — skontaktuj się z lekarzem pierwszego kontaktu.

3.

Protokół w dniu badania TK i każdej sesji radioterapii

Wykonaj wszystkie kroki w podanej kolejności **przy każdym badaniu TK i każdej sesji napromieniania**.

Krok 1 – W domu, przed wyjazdem do szpitala



- Zjedz lekkie śniadanie zgodne z dietą (patrz sekcja 1). Nie głódź się.
- Usiądź spokojnie na sedesie przez 15–20 minut i postaraj się wypróżnić stolec oraz oddać gazy.
- Jeśli mimo wysiłku nie doszło do wypróżnienia – zastosuj doodbytniczo czopek glicerynowy i odczekaj aż zadziała (ok. 30-60 min). Dopiero potem jedź do szpitala.
- Weź ze sobą co najmniej 2 butelki niegazowanej wody po 700 ml.

Krok 2 – Po przybyciu do szpitala (ok. 1 godz. przed badaniem)



- Zgłoś się do rejestracji i poinformuj personel o swoim stanie (wypróżnienie, samopoczucie).
- Na polecenie technika: opróżnij pęcherz moczowy – oddaj mocz.
- Następnie wypij wskazaną ilość wody niegazowanej (zwykle 700 ml) w ciągu 10-15 minut.
- Odczekaj 45-60 minut – w tym czasie nie oddawaj moczu i nie pij już nic więcej.
- Jeśli poczujesz nagłą, silną potrzebę oddania moczu przed upłynięciem tego czasu – natychmiast zgłoś to technikowi (nie oddawaj moczu samodzielnie).



Uwaga: dokładna ilość wody i czas oczekiwania mogą się różnić w zależności od ośrodka. Postępuj zgodnie z instrukcją przekazaną przez personel Twojego centrum radioterapii.

Krok 3 – Badanie TK lub sesja radioterapii



- Po upływie czasu oczekiwania technik przeprowadzi Cię na badanie lub sesję.
- Połóż się na stole na wznak, zgodnie ze wskazaniem personelu. Nie zmieniaj pozycji.
- Podczas badania pozostań bez ruchu. Na polecenie technika wstrzymaj oddech na kilka sekund.
- Jeśli cokolwiek Cię niepokoi lub poczujesz dyskomfort – powiedz o tym personelowi.

4.

Leki przyjmowane na stałe

- Wszystkie leki przewlekłe (na ciśnienie, serce, cukrzycę, przeciwbólowe) zażyj najpóźniej na 2 godziny przed badaniem TK lub sesją radioterapii, popijając niewielką ilością wody niegazowanej.
- Jeśli przyjmujesz metforminę (lek na cukrzycę) i badanie TK wykonywane jest z podaniem środka kontrastowego – zapytaj lekarza radiologa lub prowadzącego o ewentualne przerwy w stosowaniu leku.
- Jeśli leczysz się z powodu chorób tarczycy – poinformuj o tym lekarza kierującego na TK, może być konieczne sprawdzenie poziomu TSH.
- W razie wątpliwości dotyczących leków – skontaktuj się z lekarzem prowadzącym przed badaniem.

5.

Co zabrać na każde badanie / sesję?

- Co najmniej 2 butelki niegazowanej wody po 700 ml
- Skierowanie na badanie lub kartę leczenia (przy sesjach RT)
- Dokument tożsamości
- Wyniki poprzednich badań obrazowych (TK, MRI, PET-CT, scyntygrafia) – opisy i płyty CD/DVD
- Wyniki PSA, wynik biopsji prostaty i inne dokumenty dotyczące choroby
- Leki przyjmowane w ciągu dnia – miej je przy sobie
- Przy pierwszym badaniu TK: wynik kreatyniny i eGFR (jeśli badanie będzie z kontrastem) – nie starszy niż 3 miesiące (lub 7 dni przy chorobie nerek)

6.

Kiedy skontaktować się z lekarzem lub centrum?

Skontaktuj się z centrum radioterapii lub lekarzem prowadzącym, jeśli:

- Nie możesz utrzymać pełnego pęcherza lub masz problemy z mikcją (oddawaniem moczu).
- Wypróżnienia są rzadsze niż 2 razy w tygodniu mimo stosowania leków.
- Pojawia się krew w stolcu, silny ból brzucha lub odbytu.
- Czujesz się na tyle źle, że nie jesteś w stanie przyjechać na sesję – zadzwoń przed wyznaczoną godziną.
- Masz wątpliwości co do stosowania leków (metformina, środki przeczyszczające, czopki).
- Masz wszczepiony implant metalowy lub inne urządzenie w obszarze miednicy – poinformuj o tym zespół przed badaniem.

Pamiętaj o odżywianiu podczas radioterapii

- Nie ograniczaj jedzenia i nie głódź się – dieta antywzdymająca nie oznacza głodzenia.
- Prawidłowe odżywianie i nawodnienie są kluczowe dla sił organizmu i efektów leczenia.
- Jeśli masz trudności z jedzeniem (nudności, brak apetytu, utrata masy ciała) – poinformuj lekarza lub pielęgniarkę onkologiczną. Możliwe jest skierowanie do dietetyka klinicznego.



Masz pytania?

Skontaktuj się z personelem
Zakładu Radioterapii WIM-PIB

+48 261 818 201

+48 261 818 202