



راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین بستری

توصیه های قبل و بعد از پرتو درمانی خارجی

❖ مراقبت های قبل از انجام پرتودرمانی خارجی

- ✓ نیم ساعت قبل از شروع پرتودرمانی به مرکز مورد نظر مراجعه نمایید.
- ✓ لباس های راحت نرم (از جنس پنبه) بپوشید.
- ✓ لباس هایی بپوشید که درآوردن آنها راحت باشد.
- ✓ لباس های تنگ یقه دار یا کمربند داری که با ناحیه درمان در تماس باشد، نپوشید.
- ✓ از جواهرات، چسب زخم، پودر، لوسیون و عطر در ناحیه درمان یا اطراف آن استفاده نکنید.
- ✓ پیش از درمان از صابون معطر استفاده نکنید.
- ✓ وقتی که در اتاق انتظار هستید، روزنامه یا کتابی برای خواندن یا کاری برای انجام دادن همراه بیاورید.
- ✓ بپرسید آیا می توانید موسیقی یا کتاب ضبط شده گوش دهید.
- ✓ نفس عمیق بکشید، از تخیل خود استفاده کنید یا راه دیگری برای آرامش پیدا کنید.
- ✓ استرس نداشته باشید. جهت کاهش استرس می توانید اطلاعات کافی از پرسنل رادیوتراپی دریافت کنید.
- ✓ علائم کوچکی برای تعیین ناحیه درمان با جواهرهای رنگی بر پوست شما کشیده می شود. این علائم در طول دوره پرتودرمانی وجود دارد و در صورتی که کمرنگ یا محو شوند، حتماً باید پرتودرمان گر را آگاه کنید.

❖ مراقبت های زمان و بعد از انجام پرتودرمانی

- ✓ برای اینکه پرتو هر بار به محل اصلی درمان برخورد کند تکان نخورید و سرجای خود بی حرکت بمانید.
- ✓ نیاز نیست که نفس خود را حبس کنید.

✓ممکن است نورهاي رنگی را که به بدن می تابد،راببینید. این نورها بی ضرر هستند و به پرتودرمانگر کمک میکنند تا هر جلسه شمارا دروضعیت مناسب قرار دهد.

✓پرتودرمانگر پیش از شروع درمان اتاق را ترک می کند. به اتاق کناري می رود تا دستگاه پرتودرمانی را چک کند و به شما هم از طریق تلویزیون یا پنجره نگاه کند.پس شما تنها نیستید.پرتودرمانگر با بلندگوي اتاق با شما صحبت میکندوصدای شمارا می شنود. اگر احساس ناخوشی یا ناراحتی کردیددرمانگر را در جریان بگذارید. او دستگاه را در صورت نیاز متوقف خواهد ساخت.

✓پرتودرمانی خارجی کسی را آلوده به رادیواکتیو نمی کند.شما بدون هیچ محدودیتی می توانید با افراد دیگر، حتی کودکان و نوزادان تماس داشته باشید.

✓بعد از پرتودرمانی نیازی نیست که افراد خانواده از شما دوری کنند.

References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. familydoctor 5. Betterhealth

تهیه شده در واحد آموزش سلامت بیمارستان افضلۍ پور کرمان. بهار 1403

034 31328143