HagaZiekenhuis

Radiotherapie van borst of borstwand via Voluntary Breath Hold (VBH)-techniek

U krijgt bestraling (radiotherapie) van uw linkerborst (mamma) of borstwand (thoraxwand). Voor een optimale bestraling, waarbij we het hart zoveel mogelijk willen sparen, is het van belang om de afstand tussen het hart en de borst of borstwand te vergroten. Dat betekent dat u voor de bestraling uw adem inhoudt en deze zo goed mogelijk vasthoudt.

Om u daarbij te helpen, gebruiken we in het HagaZiekenhuis een speciale techniek: de Voluntary Breath Hold of VBH-techniek (Vrijwillige adem inhouding). Met deze techniek controleren we met behulp van een laserlijn de mate van inademing. Als u niet voldoende inademt of de adem niet langer vast kan houden, dan stopt de bestraling.

Met de VBH-techniek kunnen we de gehele borst of borstwand bestralen en het hart zoveel mogelijk sparen. Uiteraard is e en goede voorbereiding vooraf erg belangrijk. Daarom vragen wij u deze folder thuis aandachtig door te lezen en de ademhalingsoefeningen te doen.

Voorlichtingsgesprek en ademhalingsinstructies

Voordat we gaan bestralen, krijgt u eerst een gesprek en een CT-scan:

1. U krijgt een voorlichtingsgesprek met een van onze laboranten.
2. U komt op dezelfde dag of een dag later voor de CT-scan met ademinhouding.

Algemene informatie over de bestraling en de CT-scan kunt u vinden in de folder ‘Afdeling Radiotherapie’.

Voorbereiding thuis of op de CT-scan

Als voorbereiding op de CT-scan vragen wij u de volgende twee oefeningen thuis te doen. Krijgt u meteen na het voorlichtingsgesprek de CT-scan dan worden deze oefeningen daar uitgevoerd. Bij de CT-scan kijken wij of u de ademhalingstechniek goed kunt uitvoeren.

Oefening 1

Adem rustig door. Probeer na 2 rustige ademhalingen zo diep mogelijk in te ademen en houdt deze ademhaling een aantal tellen vast. Adem vervolgens weer rustig door. Zodra uw ademhaling weer rustig is, herhaalt u deze oefening. Doe deze oefening minimaal 3 keer.

Oefening 2

Herhaal bovenstaande oefening en probeer uiteindelijk de ademhaling minimaal 35 en maximaal 40 seconden vast te houden.

Voorbereiding op de CT-scan met de VBH-techniek.

Wanneer u op de afdeling Radiotherapie arriveert meldt u zich bij de balie en neemt u plaats in de wachtruimte. U wordt daar opgehaald door een medische beeldvormings- en bestralingsdeskundige (MBB’er). In de CT-ruimte helpt de MBB’er u in de juiste houding op de behandeltafel te gaan liggen.

Via de VBH-techniek controleren we actief de ademhaling. Hiervoor doen we eerst enkele metingen en tekenen we enkele streepjes op uw lichaam. Deze streepjes mag u na de scan er af laten slijten.

De MBB'er oefent eerst met u de VBH-techniek voordat de scan gemaakt wordt. Het oefenen duurt ongeveer 10 minuten. Eerst kijken we hoe diep u kunt inademen, vervolgens meten we hoe lang u dit kunt volhouden (minimaal 35 tot maximaal 40 seconden).

Na het oefenen plakt de MBB'er een koperdraad op uw huid. Hiermee markeren we de voelbare borstklier. Deze koperdraad wordt zichtbaar op de afbeeldingen van de CT-scan en helpt bij het maken van het bestralingsplan. De CT-scan wordt dan gemaakt waarbij u diep inademt en de adem vasthoudt.

De MBB'ers leggen uw ligging vast na de CT-scan met vier tatoeagepunten. Deze tatoeagepunten zijn belangrijk om u tijdens de bestralingen steeds goed te kunnen recht leggen op de bestralingstafel. De MBB'ers maken vervolgens met de gekozen CT-scan een bestralingsplan, in samenwerking met de bestralingsarts.

Behandeling

Na de scans is de volgende afspraak de daadwerkelijke bestraling op de afdeling Radiotherapie.

U wordt opgehaald uit de wachtruimte en begeleid naar de bestralingsruimte. Daar krijgt u, als u voor de eerste keer komt, een korte uitleg over de behandeling. De MBB'ers leggen u in de juiste houding, stellen het bestralingstoestel in en brengen de tafel in positie. Daarna verlaten beide MBB'ers de ruimte. Iedere dag wordt voor de bestraling de positionering gecontroleerd met behulp van een scan. Vervolgens starten we de bestraling.

De ademhalingsinstructies krijgt u via de intercom. Het is belangrijk dat u stil en rustig blijft liggen tot de MBB'ers u laten weten dat u weer mag bewegen.

Na de behandeling

Mogelijke bijwerkingen

Het is niet te voorspellen of en hoeveel last u kunt krijgen van de bijwerkingen. Sommige mensen hebben er veel last van, anderen merken weinig tot niets. De bijwerkingen kunnen een week na de eerste behandeling optreden en gaan meestal binnen enkele weken na de laatste behandeling over.

Vermoeidheid

Vermoeidheid kan optreden in de loop van de behandeling. Zolang u er geen last van heeft, kunt u normaal actief zijn. Wanneer u vermoeidheidsklachten krijgt, probeer dan uw activiteiten hierop aan te passen en voldoende rust te nemen.

Huidreactie

Uw huid kan door de bestraling gevoelig en rood worden. Als u het prettig vindt, kunt u de huid insmeren met Cetomacrogolcrème. Dit is te koop bij drogist of apotheek.

Om de huid te beschermen is het beter een PH neutrale zeep te gebruiken bij het wassen. Gebruik ook alleen een PH neutrale deodorantroller. Gedurende de bestralingsperiode mag de oksel niet onthaard worden. Om de huid niet onnodig te belasten, raden wij u aan tijdens de bestralings-periode beperkt te zwemmen, in bad of in de sauna te gaan. Het is verstandig de eerste drie maanden de zon te mijden met de bestraalde huid. Na deze periode minstens zonnebrand factor 30 gebruiken.

Als de huid erg geïrriteerd raakt en opengaat, is hier speciaal verbandmiddel voor. Vraag hiernaar bij de MBB'ers.

Stekende pijn

U kunt een gevoel van steken in het operatie gebied ervaren. U hoeft zich hierover geen zorgen te maken, het wordt veroorzaakt door het trekken van het littekenweefsel.

Bijwerkingen op de langere termijn

Op de lange termijn kan toenemende verharding en littekenvorming van de huid plaatsvinden. De bestraalde huid kan donkerder van kleur worden. Dit kan tot een jaar na de bestraling zichtbaar zijn.

Meer informatie

Hebt u vragen? Neem dan contact op met de polikliniek Radiotherapie, Den Haag, telefoon (070) 210 2659.

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen van de folder enkele vragen beantwoorden? De vragen vindt u via deze link: https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228. Hartelijk bedankt alvast.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

172402092022