



ASPECTE FÍSIC

LA RADIOTERÀPIA EXTERNA A LA MAMA

Ja tenim una noció de què és i com actua la radioteràpia externa, ara ens centrarem una mica en el tractament de la mama.

Com arriba la pacient a radioteràpia? Circuit

Quan la pacient arriba al servei després d'una cirurgia a la mama –i algunes vegades sense cirurgia–, derivada des d'un comitè de mama, per indicació del seu ginecòleg o metge de referència, es fa una primera visita amb l'oncoradioterapeuta. En aquesta visita es valora la història clínica i el seu estat general, i de vegades es demanen algunes proves complementàries. S'explica a la pacient el pla de tractament previst.

És possible que abans, durant o després del tractament de radioteràpia la pacient també faci tractament de quimioteràpia. També és freqüent fer radioteràpia externa i interna o braquiteràpia, però tot això s'explica detalladament durant la visita.

La primera visita es fa a l'edifici de consultes externes del carrer Rosselló i normalment és una mica llarga, perquè s'han de comentar moltes coses. A partir d'aquí el cas clínic segueix un circuit intern del servei, valoració d'urgència, llista d'espera.

Al cap d'uns dies la pacient és citada per fer la simulació; es localitza el camp de tractament amb un simulador que reproduïx els factors geomètrics de la teràpia real. També s'utilitza el TAC per definir el volum del lloc a tractar, així com de les estructures normals de la zona. Amb tota la informació obtinguda i amb l'ajut d'un ordinador es dissenyarà un pla de tractament individualitzat.

Aquest dia també es col·loquen uns adhesius sobre la pell o es fan uns petitíssims tatuatges que serviran per situar diàriament el camp de tractament.

Un cop preparat el tractament, al cap d'uns dies la pacient iniciarà les sessions de radioteràpia externa. Aquestes sessions seran de dilluns a divendres, a una hora determinada –que sempre que sigui possible es determina en funció de les preferències de cada pacient–, i aquest procediment no dura més de 15 minuts. A l'inici del tractament li donaran un opuscle amb informació i coneixerà el tècnic encarregat d'aplicar-li diàriament el seu tractament.

La radioteràpia externa s'administra amb la pacient estirada en una llitera; el raig surt d'un aparell, l'accelerador lineal, situat a una certa distància. Les parets de l'habitació estan protegides perquè les radiacions no s'escapin, però la pacient, un cop surt de la sessió, no és radioactiva i pot fer una vida normal. Tant la simulació com les sessions de tractament es fan al soterrani de l'edifici de l'hospital.

Mentre duri el tractament de radioteràpia es farà una visita setmanal amb el radioterapeuta encarregat del cas que avaluarà l'estat general de la pacient i la possible aparició dels efectes secundaris.

Diàriament pot consultar tot allò que l'amoïni amb el seu tècnic i cal tenir en compte que sempre hi ha un metge de guàrdia.

Efectes secundaris?

A partir de la tercera setmana de tractament és possible que noti una certa picor o coïssor a la zona objecte del tractament. Si hi ha una cicatriu quirúrgica es pot notar tibantor o dolor en determinats moviments, això és degut al fet que la pell de la zona s'ha irritat. Aquesta irritació continua augmentant fins a la setmana posterior a l'acabament del tractament; això també és normal i anirà disminuint fins a la normalització completa durant les setmanes següents. La pell de la zona tractada pot quedar més fosca que la resta. A mesura que vagin passant els dies i que la pell es vagi regenerant, aquesta recuperarà el color que tenia abans del tractament. En qualsevol cas la pell que ha estat irradiada és sempre més delicada que la resta per la qual cosa cal que segueixi tots els consells que li donarà l'equip mèdic.

Com hem comentat abans, cada setmana el seu metge ho controlarà de ben a prop, i solucionarà tot allò que es presenti.

Breu descripció de la lesió a la pell

Dermatitis seca. La pell es torna primer vermella i després fosca, pica i està una mica calenta, pot tenir tendència a la descamació. Utilitzarem productes per mantenir la hidratació d'aquesta pell, oli infantil, lanolina o àloe vera i també esprais d'aigua termal. Si cal algun producte específic serà el metge qui el recomanarà en la visita setmanal. No s'hi val a fer servir productes que ens aconselli la companya que ens trobem cada dia a la sala d'espera.

Dermatitis humida. És el cas contrari, i es presenta generalment a les zones que s'airegen poc i que són de pressió. Són petites lesions, però molt doloroses i acostumen a estar situades a l'aixella o en el plec a sota del pit, freqüentment en mames voluminoses. Cal fer-hi atenció, ja que la humitat és la porta d'entrada de la infecció. Rentarem la zona amb sèrum fisiològic, i el deixarem actuar una estona abans d'assecar-la, deixarem la zona a l'aire sempre que sigui possible i utilitzarem les pomades específiques que l'equip mèdic ens indicarà.

Què cal evitar durant el tractament?

- Peces de vestir ajustades.
- Teixits sintètics que puguin irritar la pell, blondes, llacets i accessoris metàl·lics a la roba interior.
- Calor local.
- Llum solar directa sobre la zona tractada.
- Desodorants amb alcohol, colònia i pólvores tipus talc.
- Fregar-se i gratar-se la zona si comença a estar irritada.
- La depilació amb cera calenta o freda i també cal evitar la depilació de l'aixella amb crema i amb "gillette".
- L'aplicació de cremes casolanes d'efectes desconeguts.
- Cal evitar sempre el dubte i consultar amb els professionals tot allò que ens amoïni.

Què caldrà fer durant el tractament?

- Utilitzar peces de vestir bastant amples.
- Emprar teixits naturals com el cotó, sobretot en la roba interior.
- Usar els sostenidors sense costures, del tipus que recomanem per fer esports.
- Higiene amb aigua tèbia i amb sabó neutre.
- Depilar-se l'aixella amb maquineta elèctrica masculina, a la velocitat més baixa, perquè el mecanisme és de tallar el pèl, no pas d'estirar-lo com les maquinetes per a dones.
- Seguir totes les recomanacions de la fitxa corresponent al limfedema.
- Mantenir els adhesius que ens hagin posat a radioteràpia. Si portem punts de tatuatge la higiene serà més fàcil de fer.
- Consultar-ho tot.

Un cop acabat el tractament

Tots els efectes secundaris que hagin aparegut aniran remetent i es tornarà a la normalitat. La pell de la mama quedarà delicada durant una temporada i al llarg del primer any no és aconsellable l'exposició a la llum solar directa.

El radioterapeuta citarà la pacient per a una revisió al cap d'un mes de finalitzar el tractament i a partir d'aquí s'establiran els posteriors controls o la pacient serà remesa al seu metge de referència.

Contingut: Sra. Rosa Francisco Montesinos. Infermera Consulta externa Radioteràpia. Hospital Clínic de Barcelona.

Supervisió: Prof. Dr. A. Biete. Cap de Servei de Radioteràpia. Hospital Clínic de Barcelona.

Disseny i reproducció: gAmis (Grup d' Ajuda Mama i Salut).