



# Pflegeinformation: Bestrahlung des Oberkörpers

## Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

in der nächsten Zeit erhalten Sie in unserer Klinik eine strahlentherapeutische Behandlung. Die bestrahlte Haut benötigt während dieser Therapie und in der Zeit danach eine besonders sorgfältige Pflege. Dieser Flyer soll Ihnen einen Überblick rund um die Strahlentherapie geben.

Alles Gute wünscht,

Ihr Team der Strahlentherapie

## Hautpflege

- Duschen und waschen ist grundsätzlich erlaubt. Bitte
- verwenden Sie im Bestrahlungsgebiet pH-neutrale und parfümfreie Seife. Dies dient dazu, die Haut vor chemischer Reizung und allergischen Reaktionen zu schützen.
- Die Haut sollte trocken getupft werden (Schutz vor mechanischer Reizung).
- Die Hautpflege im Bestrahlungsgebiet sollte 2x täglich mit pH-neutraler und parfümfreier Lotion (z.B. Bepanthal®, medizinische Pflege) erfolgen. Ebenso empfohlen ist ein darin enthaltener Anteil an Urea (5%).
- 2 Stunden vor der Bestrahlung bitte nicht eincremen.
- Trockenrasur mit einem Elektrorasierer ist möglich; Epilation, Waxing o.Ä. sollte vermieden werden.
- Vermeiden Sie Parfüm und Deodorant im Bestrahlungsfeld.

## Ernährung

- Verzichten Sie auf alkoholische, heiße, säurehaltige, scharfe oder saure Speisen und Getränke.
- Wir empfehlen Ihnen dringend während der Behandlung nicht zu rauchen, da dies die Bestrahlung negativ beeinflussen kann.
- Achten Sie auf eine ausreichende Trinkmenge von 2-3 Litern pro Tag.
- Eine ausgewogene, protein-, kalorien- und vitaminreiche Ernährung ist empfehlenswert.
- Je nach Therapiekonzept erhalten Sie zu Beginn der Bestrahlung eine Beratung durch unser Ernährungsteam.

Weiterführende Flyer zum Thema "Ernährung" finden Sie in unseren Wartebereichen.

## Sport

Sport und körperliche Aktivitäten sind während der Therapie in Maßen empfehlenswert. Sie können sich positiv auf die Therapieverträglichkeit und das Wohlbefinden auswirken. Informationen zu ambulanten Sportgruppen bzw. Angeboten können bei Bedarf mitgegeben werden.