

**치료부위에 하지 말아야 할 것
피해야 할 것**



식도염

식도(식도관)가 방사선 치료중에 염증을 일으키거나 자극을 받을 수 있습니다. 모든 환자가 다 이런 증상을 경험하는 것은 아닙니다.

주의해야 할 징후는 다음과 같습니다:

- 체중감소
- 먹고 마실때 통증 - 연하통
- 삼키기 곤란함 - 연하곤란
- 속쓰림
- 목구멍 뒤쪽의 신맛
- 맛의 변화
- 감염
- 메스꺼움과 구토
- 출혈 (드문 증상)

이러한 부작용이 발생하면 치료팀에게 알려주세요.

어떻게 관리 해야 할까요?

의사나 간호사로 부터 정기적 진통제 복용을 권유 받을 것입니다.

- 파라세타몰과 같은 진통제 복용
- 인후/입에 국소 마취 스프레이 또는 액체 사용

식단 변경 :

- 소량의 식사를 자주 하십시오.
- 식사후 똑바로 앉아 소화를 돕습니다.
- 균형잡힌 식사를 하고 충분한 수분 섭취를 합니다.
- 쌀, 으깬 감자, 스크램블 에그, 요거트와 같이 부드럽고/촉촉한 음식을 섭취 합니다. 그레비와 소스 활용.

피해야 할 것 :

- 바삭하거나, 시고 매운 음식
- 매우 뜨겁거나 차가운 음식과 음료
- 알콜이나 신 음료

방사선 치료기간 동안 조언과 도움을 드릴 수 있는 영양사가 있습니다.

통증과 부기

치료 부위에 약간의 부기가 발생하며, 불편함이나 통증을 유발 할 수 있습니다. 필요에 따라 파라세타몰과 같은 진통제를 복용 하십시오.파라세타몰 복용 중에도 통증이 지속되면 치료팀과 상의 하십시오.

References

SCoR—The Society and College of Radiographers, 2021. <https://www.sor.org/news/scor-updates-radiation-dermatitis-guidelines>

Illustrated panels from the above reference

eviQ – Patients and Carers, patient information sheets, managing side effects, Oesophagitis, ID: 1929 v.3, last reviewed 7 December 2018, eviQ Cancer Treatments Online, Cancer Institute NSW, viewed 18 February 2021, <https://www.eviq.org.au/patients-and-carers/patient-information-sheets/managing-side-effects/1929-oesophagitis-inflammation-of-the-food-pipe>

**겨드랑이
방사선 치료
: 부작용**

Axilla

방사선 치료는 치료부위에 부작용을 일으킬 수 있으며, 이는 환자 마다 다르게 나타날 수 있습니다. 방사선 종양 전문의가 동의서를 받는 동안 장,단기로 발생할 수 있는 부작용에 대해 설명을 해드릴 것입니다.

이 소책자에는 단기 부작용에 대한 설명이 있습니다.이러한 증상은 방사선 치료가 진행되는 동안에 나타날 수 있으며, 치료과정이 끝난 후 1-2 주 시점에서 최고조에 달할 수 있습니다. 증상들은 치료 후 약 6 주후에 완화 될 것입니다.

치료 1 일 또는 2 일 차에 환자의 염려되거나 궁금한 사항에 대해서 종양과 간호사와 같이 논의 할 시간을 갖게 됩니다 . 이때 필요에 따라 추가적인 검사가 이루어 질 수도 있습니다.

가장 흔한 부작용

- 피로감
- 피부 반응
- 식도염 (식도관 염증이나 자극)
- 통증과 부기

저희가 도와 드리겠습니다!

매일 방사전 치료사가 환자의 상태에 대해서 질문합니다. 어떤 문제라도 주저하지 말고 말씀하십시오. 어떤 부작용(리스트에 국한 되지 않음)이라도 발생했을 시에는 중앙학 간호사에게 의뢰하여 의논할 수 있도록 해 드립니다.



연락처

지역 혈액 및 암 서비스

Building 8, Level 4, 오클랜드 시내 병원
오클랜드 보건 지구

전화 : 09 307 4949

리셉션 ext 22631

간호사 ext 22837

급성 중앙과 ext 23826 (월 -금 8-4pm)

피로감

피로를 유발하는 여러가지 요인이 있습니다:

- 치료가 정상 세포에 미치는 영향
- 질병에 관한 스트레스
- 매일 치료를 받으러 가는 일
- 치료 이외의 삶과 균형 맞추기

제안:

- 반드시 균형잡힌 식사를 할 것 (종양학 팀으로 부터 처방되지 않은 한 추가 보충제는 권장하지 않음)
- 충분한 수분 섭취 (수분 제한이 없는 한)
- 휴식과 가벼운 운동 (예: 걷기)
- 자기관리 연습 (스스로 편안함을 느끼게 하는 개별적 방법 적용)
- 타인의 도움 수용하기

피부 반응

피부가 접하는 부분 (겨드랑이)에 치료를 받기 때문에 시간이 지남에 따라 피부가 붉어지고 벗겨지는 것을 볼 수 있을 것입니다. 이는 이 부위가 따뜻하고 축 축하며, 서로 맞대지면서 더욱 민감해지기 때문입니다.

즉시 발생하지 않을 수 있지만, 치료 전만에 걸쳐 점진적으로 나타나는 경향이 있습니다. 일반적으로 치료가 끝난 후에 2-4주 후에 안정되기 시작합니다.



서서히 연붉게 되거나 질게 됨



건조하거나 조이는 느낌과 통증



발진과 가려움



수포와 벗겨짐

피부 관리에 관한 조언

피부 반응을 사전에 미리 예방 할 수는 없지만, 다소 편안하게 느끼게 할 수 있는 방법은 있습니다. 방사전 치료사나 간호사에게 본인의 피부관리 방법에 대해서 말씀하십시오. 피부를 좀 더 편안하게 하기 위하여 바뀌어야 할 내용이 있으면 조언을 해드릴 것입니다.



피부에 수포가 생기거나 벗겨지지 않으면 수영을 해도 됩니다. 염소와 소금기를 즉시 씻어내고 보습제를 바르는 것이 최선입니다. 피부가 자극을 받으면 수영을 중단 하세요.



혈렁한 옷을 입는 것이 좀 더 편안 할 것입니다



치료 부위를 보호하기 위하여 직사광선을 피하세요

참고: 치료중에는 자외선 차단제 사용 금지

위생과 보습

- 간호사가 치료기간 동안 사용할 보습제를 제공 할 것입니다. 혹시 선호하는 제품이 있으면 가지고 와서 간호사에게 보여 주십시오.
- 보습제를 하루에 여러번 사용 하십시오. 치료 전에는 사용을 삼가하십시오.
- 피부가 자극을 받거나 물집이 생기고 벗겨지면 사용을 중단 하십시오.
- 치료를 받는 겨드랑이에는 데오도란트(탈취제)를 사용하지 마십시오.



씻고 목욕하기

물이 너무 뜨겁지 않은지 확인하세요: 평소에 사용하던 제품으로 피부를 부드럽게 씻고 가볍게 두드려 말리세요