Allgemein

- Kontrollieren Sie mindestens **2x die Woche Ihr Gewicht** und schreiben Sie es auf (ideal dafür z.B. Taschenkalender).
- Achten Sie auf eine **ausreichende Kalorienzufuhr.**
- Versuchen Sie sich **vitaminreich** und **eiweißreich** zu ernähren.
- Bei **mangelndem Appetit** ergänzen Sie ihre Nahrung durch hochkalorische und eiweißhaltige **Trinknahrung**.
- **Vermeiden Sie** scharfe Gewürze, sowie stark säurehaltige Lebensmittel wie Citrus- oder Orangensäfte.
- **Vermeiden Sie** Alkohol und Nikotin.
- Essen und Trinken Sie **nicht zu heiße Lebensmittel und Getränke**, diese reizen Ihre Schleimhäute im Mund.

Wir, das onkologische Fachpflegeteam, wünschen Ihnen Kraft und Mut, für die Zeit der Therapie und sind jederzeit für Sie ansprechbar. Egal, ob es sich um Fragen zur Therapie handelt, oder Sie einfach nur mit jemanden sprechen möchten. **Wir sind für Sie da.**

Mit herzlichen Grüßen

Ihr
Onkologisches Fachpflegeteam der Barmherzigen Brüder Straubing

Text: PIZ · Fotos: Titelbild: © Mark Kostich - stock.adobe.com; Seite 2: © auremar - stock.adobe.com; Seite 3: © contrastwerkstatt- stock.adobe.com ·
Layout: Cl. Attenkofer'sche Buch- und Kunstdruckerei Straubing + Marketing Klinikum Straubing · Druck: Flyeralarm 12/2023

Klinikum St. Elisabeth Straubing GmbH
St.-Elisabeth-Straße 23
94315 Straubing
Telefon 09421 710-0
Telefax 09421 710-1015
E-Mail: info@klinikum-straubing.de
Internet: www.klinikum-straubing.de

Stationäre Onkologie
Telefon 09421 710-13-32
Station 32

Patienteninformationszentrum (PIZ)
Ebene 1, alte Eingangshalle des Klinikums
elefon 09421 710-1888
Email: piz@klinikum-straubing.de

INFORMATION FÜR PATIENTEN UND ANGEHÖRIGE

BESTRAHLUNG KOPF-/HALSBEREICH

Pflegehinweise

BARMHERZIGE BRÜDER
Klinikum St. Elisabeth
Straubing

Liebe Patientin, lieber Patient,

bei Ihnen wird eine Bestrahlung vorgenommen. Daher möchten wir Ihnen ein paar Hinweise zur Pflege von Haut- und Mundschleimhaut, während der Strahlentherapie geben.

In dem bestrahlten Bereich, auch Strahlenfeld genannt, bedarf es einer speziellen Pflege, die wir Ihnen nun stichpunktartig aufzeigen wollen. Durch das Einhalten dieser Empfehlung sinkt das Risiko von Nebenwirkungen während der strahlentherapeutischen Behandlung.

Mundpflege

- **1 x täglich selbständige Mundinspektion** mit einer Taschenlampe und einem Spatel vor dem Spiegel (auf Veränderungen am Zahnfleisch und der Schleimhaut in den Backen achten).
- Mundspüllösungen vor jeder Spülung **frisch** zubereiten.
- **Zahnprothesen** während der Therapie nur zu den Mahlzeiten einsetzten, da Gefahr von Druckstellen besteht – bei Auffälligkeiten bitte unverzüglich Pflegekraft oder Arzt melden.
- **Nach jeder Mahlzeit** reinigen des Mundraums mit weicher Zahnbürste und Wasser, Kochsalzlösung oder Mundspüllösung.
- **1 x täglich Zähneputzen** mit fluoridhaltiger Zahncreme.
- **Zahnbürste** nach Gebrauch gut abspülen, trocken und stehend aufbewahren.
- **Vermeiden Sie unbedingt scharfkantige und krosse Nahrungsmittel wie z. B. harte Brotrinde, Chips, …**

Hautpflege

- 2 Stunden vor und nach der Bestrahlung **keine Kosmetik oder Creme** im Strahlenfeld auftragen.
- 2 x täglich die Haut mit **ph-neutraler, duftneutraler und pflegender Lotion** das Strahlengebiet eincremen.
- **Haarpflege** nach persönlichen Wunsch uneingeschränkt möglich, jedoch nur mit **mildem, ph-neutralen Shampoo**.