

흉부 방사선 치료

알아야 할 사항

이 유인물은 가슴에 방사선 치료를 받은 이후에 예상되는 일들을 설명합니다.

부작용

가슴에 하는 방사선 치료는 그 부위에 부작용을 초래할 수 있습니다. 이 부작용은 개인에 따라 다양합니다. 대부분은 단기간만 지속되고 방사선 치료가 완료된 이후 사라질 것입니다.

흉부 방사선 치료 후 가장 흔한 부작용은:

- 피부 반응
- 목구멍이 건조하거나 따가움
- 기침
- 삼킴 장애
- 속쓰림증
- 피로

피부 반응

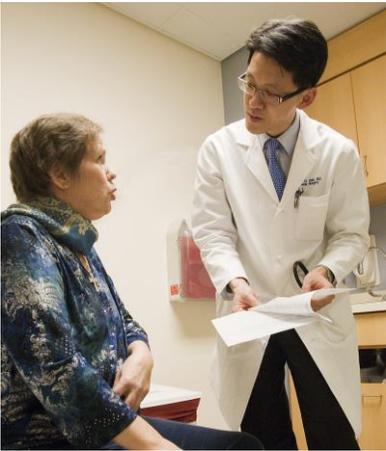
흉부 방사선 치료를 받는 동안 피부 반응이 있을 수도 있습니다. 피부 반응은 종양에 도달하기 위해서 피부를 통과해야 하기 때문에 발생합니다. 치료 부위의 피부에 대한 특별한 관리는 피부 반응을 예방하거나 감소시키는 것을 돕습니다. (“방사선 치료 동안의 피부 관리” 유인물을 요청하십시오.)

목구멍이 건조하거나 따가움

이 부작용은 치료를 2 주나 3 주 정도 받은 후 발생할 가능성이 큽니다.

건조하거나 아픈 목을 완화시키려면:

- 매일 적어도 8~10 컵 (8 온스 컵으로) 정도의 음료를 충분히 마시십시오.
- 입 안의 침이 분비되도록 사탕이나 민트를 빨아 먹거나 껌을 씹어 보십시오. 무설탕 껌과 사탕을.
- 음식을 먹기 전과 후, 그리고 필요한 만큼 자주 입을 헹구거나 가글링을 하십시오. 소금 반 찻술과 베이킹 소다 반 찻술을 따뜻한 물 2 컵에 타십시오. 시중에 판매하는 구강청결제는 사용하지 **마십시오**. 목을 건조하게 할 것입니다.
- 담배, 시가, 또는 파이프 흡연을 하지 **마십시오**. 입담배를 씹지 **마십시오**.



방사선 치료나 부작용에
대하여 질문이 있으면 담당
의사와 상담하십시오.

기침

담당 간호사와 의사는 기침약 사용에 대해 상담할 것입니다. 가래가 많을 경우 수분 섭취를 충분히 해야 합니다. 수분은 가래를 묽어지게 하고 기침해서 뱉어내기 쉽게 할 수 있습니다.

삼킴 장애

치료 동안과 회복 기간 동안 식도(음식물을 위로 보내는 튜브)의 기능을 잘 유지하는 것은 중요합니다. 정상적인 식사량과 음료수의 양을 먹고 마시는 것은 식도를 건강하게 유지하는 것을 도울 것입니다.

이것 때문에 우리는 먹고 삼키는 데 영향을 끼치는 부작용을 감소시키고자 합니다. 부작용은 다음과 같습니다:

- 삼킬 때 따가움.
- 팽만감 또는 혹이 있는 것처럼 느껴짐

이러한 부작용은 2~3 주 정도 치료를 받은 후에 발생할 가능성이 더 큼니다. 이러한 증상을 완화시키기 위해서는:

- 부드럽고 연하며 촉촉한 음식을 드십시오. 삼키기가 더 쉽습니다.
- 차갑거나 실온의 음식을 드십시오. 삼키는 데 더 편합니다.
- 삼키기 쉽도록 그레이비와 소스와 같은 액체를 첨가하십시오.
- 크래커, 견과류, 감자칩, 프레첼, 및 생과일과 생야채와 같은 마르거나 거친 음식을 피하십시오.
- 오렌지와 토마토와 같은 맵고 신 음식을 피하십시오.
- 술 담배를 하지 마십시오. 목과 식도를 자극할 것입니다.
- 적은 양의 음식을 자주 드십시오. 하루 4 회 내지 6 회 소량의 식사를 하는 것이 3 회 많은 양을 먹는 것보다 더 낫다는 사람들이 있습니다.
- 건강에 좋은 부드러운 음식을 드십시오. 모든 식품군의 음식을 골고루 드십시오. 방사선 치료 동안 체중이 줄지 않도록 하십시오.
- 삼키는 데 도움을 줄 수 있는 약이 있습니다. 담당 간호사나 의사에게 문의하십시오.

속쓰림증

방사선 치료를 2~3 주 받으면 속쓰림증이나 위산 역류증이 있을 수도 있습니다. 이런 증상이 있을 경우 위산을 줄이는 일반 의약품(처방이 필요하지 않은)을 복용해도 됩니다.

화학 요법도 받고 있는 경우 일부 속쓰림증 약이 듣지 않을 수도 있습니다. 담당 간호사나 의사에게 가장 잘 들을 약에 대해서 문의하십시오.

피로

방사선 치료 동안 신체는 많은 에너지를 사용하게 됩니다. 피로감을 가중시키는 것은 질병과 관련된 스트레스, 치료를 위한 통원, 및 방사선이 정상 세포에 끼치는 양향입니다. 피로를 감소시키기 위해서는 잘 먹고 활동적인 생활을 하고 스트레스 관리에 최선을 다 해야 합니다.

피로의 정도는 개개인마다 다르고 방사선 치료가 끝난 후 시간이 흐르면서 사라질 것입니다. 활동의 정도를 잘 조절하고 너무 피로해지지 않도록 자주 휴식을 취할 것을 권합니다.

집안 청소, 장보기, 및 식사 준비를 다른 사람에게 도움을 받으십시오. 누군가가 도와주겠다고 하면 그 도움을 받으십시오. 혼자 살고 식사 준비가 너무 힘들 경우 냉동 식품을 시도해 보십시오. 과도한 열량, 지방, 또는 염분이 들어있지 않은 좋은 영양가 있는 음식을 선택하십시오. 또는 식사 배달(Meals on wheels) 서비스와 같은 지역사회 음식 서비스를 이용하는 것이 좋습니다.

그 외의 부작용

그 외의 덜 흔한 부작용이 발생할 수도 있습니다. 다른 증상이 있을 경우 담당 간호사, 의사, 또는 치료사에게 말하십시오.

문의사항?

귀하의 질문은 중요합니다.

질문이나 우려사항이 있을 경우 담당 의사에게 연락하는 가장 좋은 방법은 마이차트를 통해서 메시지를 보내는 것입니다. 관련이 있을 경우 사진을 첨부하십시오.

UWMC 방사선 종양학과에 전화해도 됩니다:

주중, 오전 8시부터 오후 5시 사이에는 UWMC 암센터에 206-598.4100 로 전화해서 연결이 되면 1 번을 누르십시오.

업무 외 시간과 주말 및 휴일에는 206.598.6190 으로 전화해서 방사선 종양학과 당직 전공의 호출을 요청하십시오.