



頭頸部の放射線治療を受ける方へ

	放射線宿酔（酔い）	粘膜炎・口の乾燥感	皮膚炎
治療開始前		★粘膜刺激を避けるために、禁煙・禁酒をしてください。	
1週目	<ul style="list-style-type: none"> ・乗り物酔いのような症状が出る場合があります。 ・身体がだるく疲れやすくなる場合があります。 	<ul style="list-style-type: none"> ・口の中の乾燥感が出てきます。 ・治療開始後は、食事後にうがい・歯磨きを行って口腔内を清潔にしましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・治療部位が赤くカサカサになることがあります。 ・熱い湯、長時間の入浴、入浴剤の使用は避けましょう。 ・低刺激（弱酸性）の石けんで、よく泡立ててからなでるように洗いましょう。 ・お体を拭く際は、タオルで押さえるようにしてこすらないようにしましょう。
2週目	<ul style="list-style-type: none"> ・体調に合わせた生活を送りましょう。（治療開始後1～2週間経過すると改善することが多いです。） 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事の際、口やのどの痛みを伴うことがあります。 ・刺激のある食べ物は避けましょう。柔らかいものをよく噛んで、少しずつ飲み込むようにしましょう。 ・口の中を治療する場合は、柔らかめの歯ブラシを使用し、刺激を避けるために義歯は食事中以外は外しましょう。 ・熱い汁物や飲み物は避けて、ぬるめの物を飲みましょう。 ・唾液が少なくなり、口が乾燥してきます。清潔のためにこまめなうがいをしましょう。 ・声がかすれたり、出づらくなったりします。大きな声を出すことは避けましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・首回りを締め付ける衣類は避けましょう。 ・治療範囲の髭剃りは避けましょう。もし行う場合はカミソリは使わずに、電気シェーバーを使用してください。 ・かゆみや赤みが出たら医師に相談してください。
3週目		<ul style="list-style-type: none"> ・治療後も、2～3週間はのどや口の痛みが続きます。 ・唾液が出づらい症状も続くことがあります。水分摂取・うがいは適度に行ってください。 	<ul style="list-style-type: none"> ・治療部位は日焼けのように赤くなったり、ヒリヒリしたりします。 ・赤くなった部分を、氷まくらなどで冷却するのはよいですが、冷やしすぎに注意しましょう。 ・ひっかいてしまうと傷になりやすいので、爪を短く切りましょう。 ・皮膚の赤み、かゆみは早めに医師に相談してください。
4週目		<ul style="list-style-type: none"> ・皮膚がじくじくしたり、皮がむける場合があります。 ・治療部位にはテープや湿布、冷却シートなどを張らないようにしましょう。 	
5～6週目		<ul style="list-style-type: none"> ・かゆみや赤みが続きます。 ・1か月程度で改善します。 ・治療した部分の色素沈着が残ることがあります。 	
治療終了後			

* お体の印は治療の際、確実にかつ正確に放射線を照射するための大事な印です。恐れ入りますが印はこすらないようお願い致します。

印が消えてしまった場合、自分で書いたり貼ったりしないでください。技師が照射前に印を書き足します。

* 栄養のバランスが取れた食生活を心掛けましょう。

* 治療部位の皮膚が弱っているため温泉、プール、サウナ、岩盤浴、海水浴は禁止です。

* 治療部位は直射日光を当てないようにしましょう。

* 身体がだるく、疲れやすくなることがあるので、十分な休息を心掛けましょう。

医療法人DIC 宇都宮セントラルクリニック
放射線治療センター
TEL 028-657-6700
FAX 028-657-6702
(平日 9時～16時30分)