

## Wann muss ich mich an mein Behandlungsteam wenden?

- › Bei Bildung offener und nässender Hautstellen
- › Rötung der bestrahlten Haut mit Brennen, Juckreiz, Spannen oder Schmerzen
- › Flüssigkeitsansammlung unter der bestrahlten Haut mit Schwellung und Druckgefühl

Bitte wenden Sie sich bei akuten Beschwerden an das für Sie zuständige Personal am Bestrahlungsgerät.

### Sollten die Beschwerden zu Hause auftreten, wenden Sie sich bitte an:

Uniklinik Köln  
Klinik und Poliklinik für Radioonkologie,  
Cyberknife- und Strahlentherapie  
Kerpener Str. 62  
50937 Köln  
E-Mail: [strahlentherapie@uk-koeln.de](mailto:strahlentherapie@uk-koeln.de)

## Notizen

### Weitere CIO-Ratgeber

- › Atemnot
- › Chemotherapie I + II
- › Fatigue
- › Patientenverfügung
- › Reden
- › Schmerzen
- › Verstopfung

› Weitere Informationen zum Thema finden Sie auch in dem blauen Ratgeber der Deutschen Krebshilfe: Nr. 53 Strahlentherapie. Er ist kostenlos zu erhalten unter:  
**[www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de)**

› Das Centrum für Integrierte Onkologie (CIO) ist das gemeinsame Krebszentrum der Unikliniken Aachen, Bonn, Köln, Düsseldorf.  
[krebzentrum-cio.de](http://krebzentrum-cio.de) | [cio.uk-koeln.de](http://cio.uk-koeln.de)

**UNIKLINIK  
RWTHAACHEN**

 **UNIKLINIK  
KÖLN**

**ukb** universitäts  
klinikumbonn

**UKD** Universitätsklinikum  
Düsseldorf



Centrum für Integrierte Onkologie  
Aachen Bonn Köln Düsseldorf

# Strahlen- therapie

- › Hautpflege
- › Nebenwirkungen
- › Lichtschutz

*An Ihrer Seite:  
Die CIO-Ratgeber  
unterstützen Sie in Ihrer  
Therapie mit praktischen  
Informationen*

# Strahlentherapie

Eine Bestrahlung im Rahmen Ihrer Krebsbehandlung kann viele Fragen und Sorgen aufwerfen, insbesondere in Bezug auf mögliche Begleiterscheinungen. Um Sie bestmöglich zu unterstützen, möchten wir Sie über mögliche Nebenwirkungen informieren und praktische Tipps geben. Ein besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf der richtigen Hautpflege.

Dank moderner Bestrahlungsgeräte ist es heute möglich, Tumore äußerst präzise zu behandeln. Dennoch können Nebenwirkungen auftreten, die manchmal belastend sind und in seltenen Fällen sogar eine Unterbrechung oder einen vorzeitigen Abbruch der Therapie erforderlich machen können. Wir möchten Ihnen dabei helfen, solche Herausforderungen zu bewältigen.

## Was ist eine Strahlentherapie?

Bei einer Strahlentherapie treffen ionisierende Strahlen auf Bereiche Ihres Körpers, um Krebszellen zu zerstören oder sie an ihrem Wachstum zu hindern. Um auf die Krebszellen wirken zu können, müssen die Strahlen sowohl durch die Haut als auch durch gesundes Gewebe dringen. Die gesunden Zellen des Körpers erholen sich üblicherweise schnell wieder von der Bestrahlung.

## Wie lange dauert eine Strahlentherapie?

Die Dauer der Bestrahlung hängt von Ihrer Krebserkrankung ab. In der Regel findet die Bestrahlung über mehrere Wochen montags bis freitags statt. Die Bestrahlung selbst dauert meist nur wenige Minuten.

## Was, wenn Sie während der Bestrahlung Schmerzen haben?

In diesem Fall nehmen Sie beim nächsten Mal bitte 30 Minuten vor Ihrem nächsten Bestrahlungstermin das von Ihrer Ärztin bzw. Ihrem Arzt verordnete Schmerzmittel ein.

## Welche Nebenwirkungen können durch die Strahlentherapie auftreten?

Anhaltende Müdigkeit, Kopfschmerzen, Übelkeit, Schwindel und Unwohlsein.

Im bestrahlten Bereich Ihres Körpers:

- › gerötete und überwärmte Haut (Erythem) – die Symptome ähneln einem Sonnenbrand
- › trockene und schuppige Haut
- › spannende, juckende, brennende Haut
- › Verfärbte Haut
- › Schwellung und Druckgefühl
- › Vorübergehender Haarausfall
- › Schädigung der Mundschleimhaut (Mukositis) bei Bestrahlung im Kopf-Hals-Bereich
- › Durchfall (Diarrhoe) bei Bestrahlung im Becken- und Analbereich

## Was können Sie tun?

Schauen Sie sich täglich den Bereich der bestrahlten Haut an – wenn möglich Vorder- und Rückseite des bestrahlten Körperteils. Achten Sie auf gute Lichtverhältnisse. Verwenden Sie einen Spiegel oder bitten Sie eine weitere Person zu Hilfe.

Duschen Sie nur kurz mit lauwarmem Wasser und weichem Duschstrahl. Nehmen Sie bitte kein Vollbad. Schwimmbadbesuche werden ebenfalls nicht empfohlen. Verwenden Sie eine milde Seife, die Ihre Haut nicht austrocknet (individuell unterschiedlich), und spülen Sie den Schaum immer gut ab. Tupfen Sie die bestrahlte Haut beim Abtrocknen vorsichtig ab. Achten Sie darauf, keine Markierung zu entfernen. Sollte dies dennoch geschehen, kann sie bei der nächsten Bestrahlung nachgezeichnet werden.

## Folgende Hinweise gelten nur für die bestrahlten Bereiche Ihres Körpers:

- › Benutzen Sie bitte nur vom Behandlungsteam empfohlene Lotionen zur Hautpflege. Verwenden Sie diese nicht direkt vor und nach der Bestrahlung. Tragen Sie die Lotion nur nach Anweisung und immer nur dünn auf Ihre Haut auf.
- › Verwenden Sie bitte kein Parfum, Puder, Kosmetika, medizinische Salben, Deodorants und alkoholhaltige Lösungen (z.B. Rasierwasser).
- › Vermeiden Sie generell Reizungen der bestrahlten Haut durch Rasieren mit einem Nassrasierer oder Kratzen.
- › Tragen Sie möglichst Kleidung aus Naturfasern wie Baumwolle, Seide oder Leinen, die bequem sitzt und nicht einschneidet.
- › Schützen Sie sich vor Sonneneinstrahlung durch lange Kleidung, Hüte oder Tücher und verwenden Sie einen Lichtschutzfaktor von mindestens 30.
- › Vermeiden Sie übermäßige Wärme (z.B. heißes Föhnen, Sauna, Wärmflasche) und Kälte (z.B. Kühl-Packungen) oder Druck (z.B. Massage).
- › Verzichten Sie auf Schmuck, Piercings und Pflaster.
- › Achten Sie auf eine sorgfältige und sanfte Mundpflege. Das heißt, morgens und abends vorsichtig mit einer weichen Zahnbürste putzen. Wechseln Sie diese mindestens einmal im Monat.
- › Bei Bestrahlungen im Kopf-Hals-Bereich ist es hilfreich, 4 bis 6mal täglich den Mund auszuspülen, um die Mundschleimhaut zu reinigen und feucht zu halten. Pflegen Sie auch Ihre Lippen und cremen Sie diese ein.
- › Rauchen Sie möglichst nicht. Wir unterstützen Sie mit einer Auswahl an Hilfsangeboten.