



放射科

勇敢面对癌症 您的放射治疗（放疗）指南



“

不仅能够生存，
还能过上健康、
美好的生活。

了解放射治疗

放射治疗简介

- 患者将需要每天接受放射治疗（星期六及星期天除外），通常作为门诊治疗。
- 虽然每次治疗只需要几分钟即可完成，但请预留15至30分钟的时间。
- 在接受放射治疗期间，请确保充足的休息和均衡的饮食。
- 受治疗区域的皮肤可能会变得敏感，且容易受到刺激。
- 接受体外放射治疗不会让您具有放射性。放射治疗的副作用通常是暂时的，且取决于接受治疗的身体部位。



2

我初次前往放射治疗中心时会发生什么？



在初次到访或初诊时，放射肿瘤科医生会与您讨论具体的治疗方案。在这之后，将为您安排进行治疗准备的规划程序。从初诊到开始治疗之间的间隔通常为两到三个星期。

什么是规划程序



规划程序包括收集信息，这对妥善安排和开展放射治疗来说是十分必要的。同时也会进行CT计划扫描。该程序中的每一步都将在实际治疗开始之前的不同随访期间单独进行。



3

了解放射治疗



什么是CT扫描?

CT计划扫描程序使用一台被称为CT模拟机的机器。它与CT扫描机非常相似，但是多了一个激光定位系统和一个平躺椅。在这个过程中将拍摄X光图像，让放射肿瘤科医生和放射治疗师能够对需要治疗的部位作出精确的计划。整个过程不超过一个小时。在CT计划扫描之前，工作人员可能会要求您换上医用罩袍

在CT计划扫描过程中，需要将身体的待治疗部位裸露。同时还可能会用到特殊装置以帮助您在整个过程中保持固定的姿势。在CT扫描过程中，您必须要保持静止和正常呼吸。这将确保治疗规划和实际放射治疗的准确性。放射治疗师会在您就位后进行一些测量并拍摄X光图像。他们会在您的皮肤上画记号。这些记号将帮助放射治疗师使用治疗室中的激光定位系统准确地对您进行定位。这也确保每次放射治疗的准确定位。

CT计划扫描程序也可能会使用特殊染料或造影剂，在扫描开始前输入您的静脉。造影剂将显示出您体内的组织结构。如果您有哮喘、糖尿病、药物或非药物过敏史，或者有装植入心脏起搏器，请务必通知医疗人员。



了解放射治疗



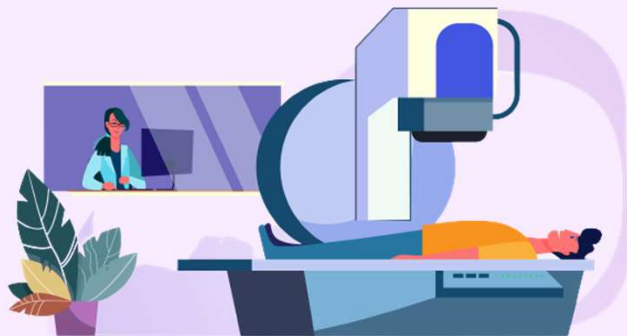
CT计划扫描后

CT计划扫描结束后的两到三个星期，将会为您安排定期放射治疗的日程。放射肿瘤科医生与治疗师将使用从CT计划扫描中收集的信息来为您量身定制放射治疗计划。



什么是放射治疗？

放射治疗是使用精确计算剂量的高能X光射线治疗长肿瘤的部位。这个过程通常是无痛的。根据放射肿瘤科医生的指示,一个放射治疗疗程可能包括一次或多次治疗。大多数患者在放射治疗中心以门诊的方式接受治疗。治疗将包括初诊和后继复诊,以确保患者得到最好的护理。



治疗流程

哪些人会参与您的放射治疗？



放射肿瘤科医生

他们是专门使用放射疗法来治疗癌症/疾病的医生。



放射治疗师

他们将在治疗过程中帮助患者摆正姿势，同时操作放射治疗机器。他们也参与为患者量身定制治疗方案。



医疗物理师

他们确保设备提供准确的辐射剂量，并确保机器的正常运作。



护士

他们协调癌症护理，并向患者及其家人解释如何管理副作用。他们也对关于放射治疗的疑问做出解答。



放射治疗的流程是 怎么样的？

放射治疗通常是无痛的，每次治疗大约需要15至30分钟。治疗通常安排在星期一至五，除非放射肿瘤科医生有特别指示。

在治疗开始时，放射治疗师会向您解释整个过程。在某些情况下，您将需要换上医用罩袍。



放射治疗是怎么样的？

在治疗室内，摆放着一台叫做直线加速器的治疗机器。放射治疗师将根据测量结果和在之前CT计划扫描过程中在您皮肤上画上的记号，将您定位在治疗躺椅上。

当您处于适当位置之后，治疗就会开始。治疗开始前，放射治疗师将离开治疗室，进入隔壁的操作室。他们将通过监视器密切监视您的状况，并且使用通信设备与您进行交流。

治疗机器将围绕躺椅旋转，自动定位并开始治疗。机器启动时会发出蜂鸣声。直线加速器发出的X射线束是无形的。



在整个治疗过程中，您必须保持静卧和正常呼吸。这将确保治疗的准确性。



然而，如果您在任何时候感到不适，可以举起手臂让放射治疗师知道。他们将立即停止治疗并提供帮助。



治疗完毕后，机器的蜂鸣声会停止。放射治疗师将重新进入治疗室，帮助您从躺椅上下来。

副作用



我会经历哪些副作用？

根据治疗部位的不同，副作用因人而异。大多数副作用是暂时的，是治疗过程的正常一部分。

在治疗过程中，您可以与放射肿瘤科医生、放射治疗师和护士组成的治疗团队讨论任何问题。您和家人也可以参考我们的资料传单或小册子，其中说明了与治疗区域相关可能出现的副作用。



12



如果我在服用其他药物该怎么办？

您如果正在服用任何处方或非处方药物和其他补充剂，请务必通知放射肿瘤科医生或护士。放射肿瘤科医生将检查您目前正在服用的所有药物。家庭医生也可以继续给您开药治疗癌症以外的其他疾病。



13

治疗期间的注意事项



摄取均衡的饮食。



在治疗前后应摄取足够的营养以维持体重。在治疗期间，您的身体需要更多热量，所以您可能需要吃得比平时更多。营养师可以帮助您制定营养餐饮计划。



每天摄取至少喝八杯饮品。饮品可以包括清水、明胶、冰淇淋、果汁、冰茶、汤或牛奶。



饮用高热量的饮料，如奶昔或营养补充剂。您可以向我们的工作人员咨询更多关于这些补充剂的信息。



如果您曾接受口腔放射治疗，请务必在每次检查牙齿时告知您的牙医。



确保充足的休息。只要有足够的休息，即可进行日常活动，但不要过度劳累。您的放射肿瘤科医生也会建议您适当的运动量。



每天保持至少8个小时的睡眠，如有需要，白天可以小睡一下。疲劳是一种常见的副作用，会在治疗结束后缓解或消退。



放射治疗的影响可能持续到最后一次治疗结束后的数个星期，需要一段时间才会消退。请温柔对待您的皮肤。



要特别留意您的皮肤，它可能会因为治疗而变得干燥或敏感。您可以使用芦荟或维生素E乳膏等温和的保湿霜。接受治疗部位的皮肤将会对阳光敏感。您需要在治疗部位和周围采取额外的防晒措施。在使用这些保湿霜之前，请咨询放射肿瘤科医生。

患者支援资料



放射治疗后会发生什么？

当疗程结束后，放射肿瘤科医生将为您安排治疗后复查，以检查肿瘤的反应、副作用和您的总体健康状况。



患者教育计划

被诊断出患有癌症后的生活，对您和您的亲人来说是一段情绪化的过程。参与患者教育计划能帮助您应对和管理您的情绪。

请咨询您的癌症护理团队咨询，了解自己可以参与哪些患者教育计划。



与癌症同行

一系列关于患癌后生活、营养、化疗副作用等方面的讲座。



Look Good Feel Better

教导正在接受癌症治疗的女性如何克服与治疗相关的副作用，让自己看起来更加神采奕奕，并在康复过程中变得更加有自信，有自尊心。



ARTiculate

艺术作品能让患者通过创意来表达对疾病的感受以应对疾病。

除了患者教育计划，患者互助小组也能为患者提供支援。这些互助小组能让患者通过聚会和各种活动分享自己的经历，并相互支持。

患者支援资料

关与 NCIS@TTSH RTC



患者互助小组



乳癌
电话: 6357 3755



结肠癌
电话: 6357 8366



淋巴瘤、骨髓瘤
和白血病
电话: 6357 8366



前列腺癌
电话: 9726 1802

我们的医疗社工可以将您转介至合适的互助小组。
如果您需要医疗社工的支持，请告知您的医生。



National University
Cancer Institute
Singapore

了解更多详情,
请游览网址
www.ncis.com.sg 或
扫描二维码



位于陈笃生医院放射治疗中心内的新加坡国立大学癌症中心 (NCIS@TTSH RTC) 成立于2002年，拥有最先进的设施和国际认可的放射肿瘤科医生、放射治疗师、医疗物理师、护士和医疗保健专业人士团队。



线上资源



网址:
www.singaporecancer.org.sg
电话: 1800 727 3333

了解更多现有的援助计划与服务——扫描二维码获得新加坡防癌协会服务人员提供的电话协助服务。

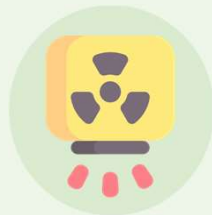


该团队致力于提供全面和专业的护理，力求在癌症预防、管理和治愈方面提供最佳护理方案。





放射治疗中心的放射肿瘤团队将与您及家人讨论治疗方案，协助你们管理副作用，并与您共同走过治疗计划、治疗期间和治疗后等各个阶段。



该团队不断监控并确保设备在患者的治疗过程中妥善运作。这是为了保证放射治疗的精确度和安全性。



我们鼓励您向团队咨询，以获得适当的支援资源，如患者互助小组和辅导服务。



肿瘤科联合创新工作组 (简称JOINT)

陈笃生医院

联系方式:

6357 7000 (中央热线)



扫描上方二维码登录陈
笃生医院健康资料库
(Health Library)

扫描上方二维
码查看本手册
的电子版

这些信息对您有帮助吗?
如果您对本文刊载的内容有任何反馈,
请随时发送电邮至
patienteducation@ttsh.com.sg
联系我们。



©新加坡陈笃生医院, 2022年。保留所有权利。所有信息截至2022年5月均准确无误。未经陈笃生医院事先许可, 不得将本文档的任何部分复制、复印、反向编译、改编、分发、作商业用途、展示或存储于数据库或检索系统中, 或以任何形式传播。本文档中的所有信息和材料仅供参考, 并不可取代您自己的医生或其他医疗专业人员提供的任何建议。