

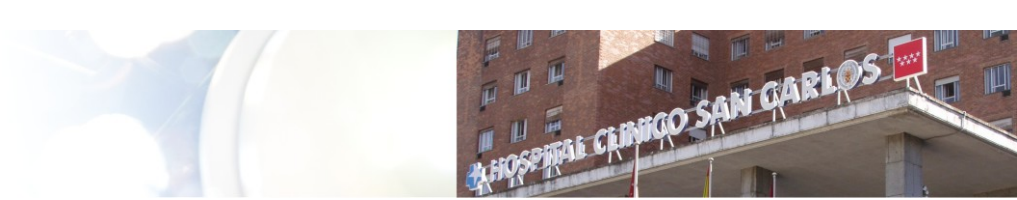
Servicio Oncología Radioterápica  
Puerta P - Sótano Sur

## RECOMENDACIONES DE ENFERMERÍA TRAS UN TRATAMIENTO RADIOTERÁPICO

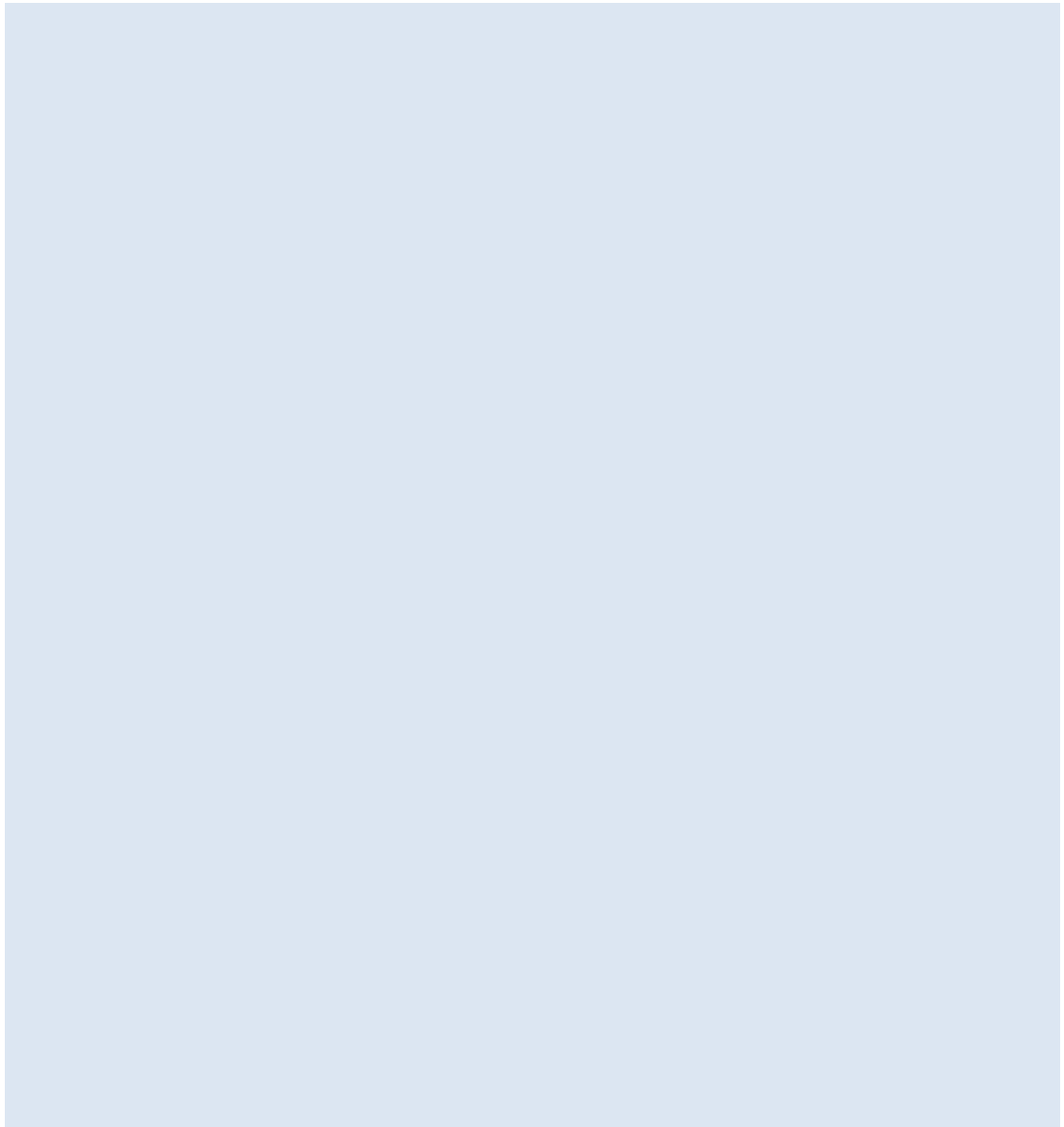
Usted ha finalizado su tratamiento radioterápico, los efectos secundarios remitirán en unos días. Estas recomendaciones le ayudaran a aliviar molestias derivadas de los mismos.

### RECOMENDACIONES GENERALES

- Continuará la higiene en la zona irradiada sin frotarse bruscamente, ni dejar que el agua a presión y temperatura elevada incida sobre la zona tratada, al menos durante varias semanas.
- Utilice jabón con PH neutro.
- Para hidratar la piel , utilice su crema habitual, las veces que sea necesario
- Evite la exposición al sol, en la zona radiada, utilice siempre crema con factor de protección 50. **No recibir rayos UVA** en la zona irradiada.
- Para el cuidado de las mucosas incluidas en el tratamiento, puede seguir usando para enjuagarse hasta que se encuentre recuperado.
  - infusión de manzanilla templada o fría  
( se prepara 1 sobre de manzanilla en 1 litro de agua)
  - bicarbonato  
(se disuelve 1 cucharada sopera de bicarbonato en 1 litro de agua)
  - ambos  
(se alterarán los enjuagues de manzanilla y bicarbonato)
- Es aconsejable una dieta saludable
- Si usted tiene prescrito suplementos dietéticos , debe continuar tomándolos hasta nueva orden médica
- **Beba al menos un litro y medio de líquidos al día**, ya que la hidratación de la piel comienza por mantenerse hidratado por dentro.
- Lleve una vida activa si no hay contraindicación, pudiendo reanudar su actividad física habitual. Si se le ha recomendado algún tipo de ejercicio para facilitar la movilidad de algún miembro, debe seguir haciéndolo de forma continuada.
- Si ha dejado de trabajar, podrá regresar a su actividad laboral, tan pronto como usted y el médico consideren que está en condiciones de hacerlo
- Cuando al terminar el tratamiento se les haya prescrito crema de corticoides se la aplicará según indicación médica y /o enfermera
- Recuerde que es muy importante **No fumar**




**CUIDADOS ESPECIFICOS A SEGUIR:**



**PARA CUALQUIER DUDA CONTACTE CON NOSOTROS**

Horario: 8 a 21 h.  
De Lunes a Viernes

 Secretaría: 91-704 48 58