

KSA

Radio-Onkologie-Zentrum
Mittelland

Empfehlungen zur Vaginalpflege nach Strahlentherapie



Bei der Bestrahlung des kleinen Beckens von aussen und der inneren Bestrahlung der Scheide (intravaginale Brachytherapie) wird diese im oberen Teil mitbestrahlt, um möglicherweise vorhandene Tumorzellen abzutöten. Dies kann Akut- und Spätnebenwirkungen im gesunden Gewebe verursachen, wobei die Akutreaktionen nach Ende der Bestrahlung rasch abklingen. Im Allgemeinen wird die alleinige innere Bestrahlung der Scheide sehr gut vertragen. Direkt nach abgeschlossener Bestrahlung sind Länge und Volumen der Vagina unverändert.

Ziel dieser Broschüre ist es, Sie über mögliche Spätnebenwirkungen im Bereich der Vagina zu informieren und Ihnen eine Anleitung zu geben, wie Sie selbst diesen Veränderungen vorbeugen können.

Zögern Sie nicht, sich bei Fragen an die betreuende Radio-Onkologin oder den betreuenden Radio-Onkologen, das Pflegefachteam oder die betreuende Ärztin resp. den betreuenden Arzt zu wenden.

Mögliche Akutnebenwirkungen können sein

- Entzündung der Vaginalschleimhaut mit Brennen, Juckreiz und Missempfinden.
- Reizung/Entzündung der Harnröhre mit vermehrtem Harndrang.

Mögliche Spätnebenwirkungen können sein

- Trockene Vaginalschleimhaut, welche bei Kontakt leichter blutet.
- Verkürzung, Verengungen und Verklebungen der Vagina (erst Monate bis Jahre nach der Bestrahlung zu erwarten).
- Missempfinden und Verminderung des sexuellen Lustempfindens beim Geschlechtsverkehr.

Diese Nebenwirkungen können Sie selbst durch folgende Massnahmen vermindern: Vorbeugen von Spätnebenwirkungen mit einem Kunststoffstab (Dilatator) zur Erweiterung der Vagina

Dilatatoren zum Einführen in die Scheide haben die Form eines Zylinders und sind aus körperfreundlichem Kunststoff. Durch regelmässige Anwendung können Sie den Veränderungen der Scheide, wie Verkürzung oder Verklebungen, entgegenwirken. Die gynäkologischen Nachsorgeuntersuchungen werden erleichtert und sind weniger schmerzhaft. Vaginale Dilatation kann aber auch die zukünftige Sexualität erleichtern und Beeinträchtigungen reduzieren.

Zeitpunkt und Ablauf der vaginalen Dilatation

Vier bis sechs Wochen nach Abschluss der Strahlentherapie sind die akuten Auswirkungen auf das Gewebe der Scheide abgeklungen und Sie können in Absprache mit der behandelnden Ärztin oder dem behandelnden Arzt mit der Dilatation beginnen. Finden Sie eine bequeme Körperposition, bei der die Muskeln entspannt sind. Verwenden Sie immer ein wasserlösliches Gleitgel, um die Scheide nicht zu verletzen. Führen Sie den Dilatator mit gleichmässigem, sanftem Druck so tief wie möglich in die Scheide ein. Bewegen Sie ihn dann behutsam von links nach rechts und im Kreis herum. Am wichtigsten ist die Bewegung im Bereich der Dilatatorspitze im Inneren des Körpers. Entspannen Sie dabei Ihre Beckenbodenmuskulatur. Eine regelmässige Anwendung – mindestens drei Mal pro Woche für jeweils fünf bis zehn Minuten – wird empfohlen. Die Anwendung kann auch in Kombination mit dem Geschlechtsverkehr erfolgen. Die Behandlung ist in den ersten drei Monaten am wichtigsten, wird aber für zwei weitere Jahre empfohlen.

Vorbeugen von Spätnebenwirkungen mit einem Recafem Tampon

Dieser Tampon wird am Abend in die Vagina eingeführt und am folgenden Morgen wieder entfernt. Er ist aus einem sich dehnenen Material hergestellt und kann durch Druck auf die Scheidenwände die Vagina dehnen und so Verkürzungen und Verengungen vorbeugen.



2000.64.09/08.24/KPL

Ort

Kantonsspital Aarau

Anreise

Es stehen beschränkt Parkmöglichkeiten zur Verfügung. Bitte benützen Sie, wenn möglich, die öffentlichen Verkehrsmittel. Nehmen Sie den Bus Nr. 6 und fahren Sie bis zur Haltestelle Kantonsspital. Vom Bahnhof Aarau sind es 10 Gehminuten.

Kantonsspital Aarau

Radio-Onkologie-Zentrum Mittelland

Haus 25

Tellstrasse 25, 5001 Aarau

062 838 54 08

radioonkologie@ksa.ch

ksa.ch/radio-onkologie

KSA

Radio-Onkologie-Zentrum
Mittelland