

ENSTWIKSYON POU RADYASYON NAN PATI SEN AK PWATRIN YO

Swen Po a

REYALIZE

- Radyasyon Sen: Mete soutyen swa ki fèt an koton (san metal) pou diminye iritasyon an. Kòm opsyon, pandan ou lakay, retire soutyen an, kouche epi mete ponyèt ki irite a an lè, si sa posib, pou pli ki anba tete a ak nan zòn anbabra yo rete sèk.
- Sèvi ak yon savon idratan ki modere, sanzodè pou ou lave zòn ki malad la chak jou; egzanp. Dove® - Po sansib. Lè w ap lave zòn ki malad la fè sa ak dousè epi chèche l.
- Sèvi ak dezodoran ki swa pandan radyasyon an, tankou:
 - Crystal®
 - Tom's of Maine®
 - Ou ka sèvi ak kè mayi pou w idrate.
- Sèvi ak krèm idratan pou idrate po a twa fwa pa jou:
 - Aveeno® Soulajman pou po a / Aveeno Gwo Soulajman
 - Calendula® Krèm oswa jèl
 - Lubriderm® terapi pou po sansib
 - Aquaphor®
 - 100% Lalwa Pi, San Alkòl.
- Sèvi ak krèm pwoteksyon solèy ki gen omwen SPF 60 nan zòn ki malad la jiska sis mwa APRE tretman an fin fèt.

PINGA

- Pou ou raze w, sèvi ak depilatwa oswa lasi anba bra a, sou bò kote yo ki malad la.
- Mete po a nan zòn ki nan tretman an nan chalè oswa fredè. Pa kite limyè solèy bat li.
- Sèvi ak pafen, oswa nenpòt lòt pwodwi ki gen alkòl nan zòn ki nan tretman an.
- Sèvi ak deyodoran "efikas nan klinik", paske li ka twò fò.
- Aplike dezodoran oswa krèm idratan an mwens pase 4 èdtan anvan lè tretman an. Krèm idratan PA dwe gen grès lèn ladan l.
- Sèvi ak nenpòt poud paske li ka fè l' pi fasil pou ou gen enfeksyon.
- Ou pral wè Onkològ Radyasyon w lan chak semèn epi nou ka pale sou nenpòt bagay nan moman sa a.

Rejim ak Egzèsis

- Manje nouriti ki gen yon bon ak pwoteyin. Ou mèt manje kèlkeswa manje w vle.
- Pa gen pwoblèm pou w bwè miltivitamin. PINGA W bwè vitamin C, E depase oswa betakarotèn pandan radyasyon an.
- Toujou idrate tèt ou. Pa bwè bwason ki gen kafeyin. Pa bwè alkòl.
- Yo te fè konnen ke lè yon moun ti egzèsis tankou mache ak naje pou diminye fatig kèk pasyan ka santi pandan tretman an.
- Detire kò pandan epi apre radyasyon an ap ede pou mis ou yo pa rès, sa rive pafwa. Si yo pa montre w kijan pou ou fè sa, tanpri mande doktè w la oswa enfimyè w la.



IN PURSUIT OF YOUR CURE.™