

Långvariga och sena biverkningar

Det finns biverkningar som kommer under behandlingen och som kan hålla i sig länge. De kallas långvariga biverkningar. Det finns även biverkningar som kommer månader eller år efter att behandlingen är slut. De kallas sena biverkningar.

Sena biverkningar kan komma efter alla typer av behandlingar. Det går inte att säga i förväg om du kommer att få sena biverkningar eller vilka biverkningar du kommer att få. Du kan också uppleva andra biverkningar än någon annan med samma diagnos som fått samma behandling som du. Biverkningarna kan också förändras över tid.

Följande påverkar vilka långvariga eller sena biverkningar du kan få:

- typ av cancer
- vilken behandling du har fått
- om du har fått en eller flera behandlingar i kombination
- hur ofta du har fått behandling
- hur länge du har fått behandling
- vilka doser du har fått av behandlingen
- faktorer som har med dig själv att göra:
 - ålder
 - andra sjukdomar
 - övervikt eller undervikt
 - levnadsvanor
 - gener.

Exempel på långvariga och sena biverkningar

Olika behandlingar ger olika biverkningar. Vid operation och strålbehandling är det i området som behandlats som biverkningarna uppstår.

Här är en lista över långvariga och sena biverkningar som man i dag vet kan komma efter olika typer av behandling:

- Ärrbildning om du har opererats
- Hudförändring med oelastisk hud och synliga blodkärl om du har strålbehandlats
- Hjärt- och kärlsjukdom
- Hår som inte växer tillbaka
- Sämre funktion hos inre organ som njurar, lungor och lever
- Benskörhet
- Lymfödem
- Smärta
- Känslrubbingar i händer och fötter
- För tidigt klimakterium
- Sexuella besvär, till exempel erektionsproblem, impotens, torra slemhinnor
- Påverkad fertilitet
- Kognitiva besvär, till exempel svårt att minnas eller hålla tråden i ett samtal
- Sömnsvårigheter
- Trötthet
- Psykosociala besvär, till exempel ändrad självbild, nedstämdhet, depression, oro och ångest

6. UPPFÖLJNING OCH NÄSTA STEG

Livet efter behandling

Tarmbesvär

Det är vanligt att uppleva besvär med bullrig och gasig mage. Du kan även ha lös och slemmig avföring. Strålbehandlingen påverkar slemhinnan i tarmen. Därför kan du ha slem som kommer ut den vanliga vägen, även om du har stomi.

Du får recept på läkemedel som innehåller loperamid. Det lindrar diarré. Börja ta det omedelbart om du får diarré. Ta 2 tabletter vid första diarrén och sedan en tablett vid varje diarré. Ta max 8 tabletter per dygn.

Kontakta en sjuksköterska eller läkare på strålavdelningen om du har fortsatt besvär med diarré, trots att du tar tabletterna.

Besvär med hud och slemhinnor

Huden i det strålade området kan bli irriterad av behandlingen. Det kommer gradvis.

Strålbehandling gör att det bildas ärr i den strålade vävnaden. För kvinnor kan slemhinnan i underlivet bli torrare och mindre tånjbar. Kvinnor bör därför göra övningar med en vaginalstav som förhindrar att slidans väggar växer samman och behåller slidväggarnas mjukhet. Du kan börja använda vaginalstaven 2–3 veckor efter avslutad strålbehandling. Se separat information om träning med vaginalstav.

Urinträngningar

Slemhinnan i urinröret kan irriteras av strålbehandlingen, vilket kan leda till trängningar och sveda när du kissar. Du kan behöva lämna urinprov för att man ska kunna utesluta bakterier i urinen.

Illamående

Om du mår illa finns det effektiva läkemedel och kostråd som kan hjälpa dig. Tveka aldrig att redan på ett tidigt stadium säga till din sjuksköterska på behandlingsrummet att du mår illa eller är orolig över att göra det.

Trötthet

Du kan uppleva en viss allmän trötthet. Försök att röra på dig, eftersom fysisk aktivitet har visat sig minska tröttheten. Ta gärna en daglig promenad, men unna dig också en vilopaus vid behov.

Håravfall

Strålningen kan påverka hårtillväxten, men bara i det området som strålas. Oftast är håravfallet tillfälligt och håret kommer då tillbaka efter att behandlingen är slut.

Nervpåverkan

Strålbehandlingen kan ge smärtor i nedre delen av ryggen och ner i benen. Det beror på att nerverna i området påverkas. Symtomen går över, men kan vara obehagliga. Om du känner domningar, stickningar eller smärta i benen under strålbehandlingsperioden, är det viktigt att du säger till personalen innan du får nästa behandling.

Fråga din läkare vilka sena biverkningar som är vanliga efter din behandling och vad du kan göra själv för att förebygga eller lindra symtomen och vilken hjälp som finns att få.

Berätta för vårdpersonalen att du tidigare har behandlats för cancer varje gång du söker vård utanför cancervården.