

Guía de tratamiento de radiación de cabeza y cuello

Gracias por elegir Baptist MD Anderson para su tratamiento de radiación. Es posible que tenga preguntas e inquietudes. Su equipo de atención está aquí para ayudarlo. Para asuntos no urgentes, puede llamar a la clínica durante el horario de oficina. Responderemos a su mensaje dentro de un día hábil. Después del horario de atención y los fines de semana, puede llamar al 904-202-7300 y se le conectará con el médico de guardia.

La siguiente información le ayudará a comprender su proceso de tratamiento.

Este material contiene información y procedimientos rutinarios. Debido a que cada paciente recibe tratamiento individual, su equipo de atención le dará información específica para que usted y sus cuidadores la sigan, que puede no ser la misma que en este documento. Siga las instrucciones que reciba de su equipo de radiación.

Tratamiento de radiación

El tratamiento de radiación, también llamado radioterapia, trata el cáncer mediante el uso de rayos o haces de alta energía para identificar y destruir las células cancerosas en su cuerpo. Aunque el tratamiento de radiación es similar a la toma de una radiografía de un hueso roto, la dosis de radiación en el tratamiento del cáncer es mayor y se administra durante un período de tiempo más largo. Hay muchas formas de radiación disponibles. La mejor opción para usted depende del tipo de cáncer que tenga, la extensión del cáncer y su ubicación.

Su equipo de atención

Muchos especialistas diferentes ayudan a planificar su tratamiento y lo monitorean durante su tratamiento de radiación. Su equipo de atención puede incluir:

- Oncólogo radioterápico (médico radioterápico)
- Médico
- Enfermera Practicante (ARNP), Asociado Médico (PA)
- Enfermera de radiación
- Asistente médico
- Radioterapeuta
- Trabajadora social
- Salud del comportamiento
- Patólogo del habla y el lenguaje
- Nutricionista registrado
- Equipo de cuidados de apoyo
- Equipo de manejo del dolor

Si el proceso es abrumador, comuníquese con su equipo de atención. Su equipo está aquí para ayudarlo y apoyarlo.

Visitas semanales de seguimiento

Verá a su médico de radiación y a su equipo de atención una vez a la semana mientras recibe tratamiento. Estas visitas se llaman en visitas en tratamiento o OTV. Junto con su médico, verá un APP (asociado médico o enfermera practicante), enfermera, asistente médico y nutricionista. Consulte su horario para conocer los horarios y la ubicación de las citas.

Durante esta visita, el equipo lo revisará para asegurarse de que esté bien y le dará cualquier medicamento necesario para ayudarlo a superar su tratamiento con la menor cantidad de efectos secundarios posibles. A partir de la tercera semana, también verá a la enfermera practicante los viernes durante una visita llamada visita de alto riesgo en tratamiento o OTV de alto riesgo.

Medicamentos y alergias

Es importante tomar sus medicamentos de manera segura. Lleve una lista de todos sus medicamentos recetados y sin receta actuales a cada cita con el médico. Estos incluyen medicamentos para el dolor, medicamentos para las náuseas, ablandadores de heces y laxantes. También incluye vitaminas, suplementos nutricionales, productos a base de hierbas y cualquier producto de más de cuenta. Si puede, haga una lista de la dosis y la frecuencia de cuándo y cómo toma el medicamento. Por ejemplo, puede tomar una pastilla para el dolor de 50 mg, 2 veces al día. Usted toma 1 pastilla por la mañana y 1 pastilla a la hora de acostarse.

Planificación del tratamiento

Oncología Oral

El cuidado y el mantenimiento bucal son muy importantes para los pacientes que reciben radiación en el área de la cabeza y el cuello. La radiación puede causar cambios en la boca. Algunos cambios son temporales y otros son permanentes. Su médico de radiación requerirá que vea a un dentista antes de que comience el tratamiento para verificar la condición de sus dientes y encías.

El dentista va a:

- Revisar su boca para detectar infecciones y enfermedades
- Verificar si necesita que le extraigan, reemplacen o restauren los dientes o si necesita cirugía en las encías
- Darle pautas de cuidado bucal, incluyendo enjuagues de bicarbonato de sodio y / o tratamientos diarios con flúor

Simulación

Antes de recibir tratamiento, tendrá una simulación, que es la sesión de planificación del tratamiento. Durante la simulación, se toman imágenes en 3D que ayudarán a su equipo de atención a crear su plan de tratamiento. La simulación le permite a su médico de radiación localizar el área de tratamiento exacta, tomar medidas para la planificación del tratamiento y crear un plan para proteger el tejido sano mientras trata el cáncer. Esta sesión generalmente toma alrededor de 45 minutos a 1 hora en completarse.

Durante la simulación

1. Usted será colocado en una mesa de tratamiento. Su radioterapeuta hará una máscara hecha de malla de plástico personalizada para su cabeza y su cuello. La mascarilla le ayuda a mantenerse muy quieto durante los tratamientos y asegura un posicionamiento correcto durante el tratamiento. Informe a su equipo de atención si tiene problemas en espacios cerrados (claustrofobia). Habrá asistencia disponible.
2. Después de hacer su máscara, su equipo de atención toma una tomografía computarizada (TC) y radiografías. Estas imágenes crean una imagen 3D de su área de tratamiento. Mientras se toman las exploraciones, los terapeutas saldrán de la habitación, cerrarán la puerta y lo monitorearán desde la habitación adyacente. Pueden verlo a través de una ventana y también lo escucharán. Si necesita algo, levante la pierna o hable normalmente y sus terapeutas lo escucharán por el intercomunicador. Si es necesario, pueden apagar la máquina y entrar en la habitación de inmediato.
3. Un terapeuta marca su piel para asegurarse de que la radiación se dirija a la misma área durante cada tratamiento. Si el área de tratamiento (el área de su cuerpo que está siendo tratada con radiación) está en su cara o cabeza, las marcas generalmente se hacen en la máscara de plástico. Su radioterapeuta marcará su pecho y costados para asegurarse de que su cuerpo no se gire durante el tratamiento. El terapeuta puede volver a dibujar las marcas si se desvanecen y si su médico quiere cambiarlas a medida que avanza su tratamiento.

No lave las marcas de tinta hasta que su equipo de atención le diga que está bien.

El tratamiento comenzará alrededor de 7-10 días hábiles después de la sesión de planificación. Esto le da tiempo a su equipo de planificación del tratamiento para diseñar su plan. Esto implica un trabajo muy preciso y detallado.

Recibirá una llamada del equipo de terapia cuando el plan esté listo y le darán la hora de su cita para su primer día. Cuando termine ese primer día, recibirá un cronograma impreso de todos los tratamientos programados restantes. Si nota un conflicto con cualquier cita, informe al terapeuta lo antes posible para que puedan volver hacer una cita. No queremos que se pierda ninguna fecha de tratamiento.

Recibir tratamiento

El tratamiento de radiación es corto y dura solo unos minutos, pero puede tomar de 15 a 45 minutos en la habitación antes de que termine. La familia y los amigos **no** están permitidos en la sala de tratamiento por su seguridad.

El primer día de tratamiento y al menos una vez por semana, el radioterapeuta tomará radiografías antes de comenzar el tratamiento. Esto verifica que la radiación está dirigida al área correcta.

A veces, se requieren ligeros ajustes. El terapeuta hará estos ajustes y su médico de radiación verificará que sea correcto con otra radiografía. Es posible que tenga varias simulaciones de verificación a lo largo del tratamiento. Su médico los necesita para verificar el campo de tratamiento.

Aunque las máquinas de tratamiento son grandes y pueden ser ruidosas cuando están en uso, trate de relajarse y respirar normalmente. No va a sentir dolor. Puede optar por tener música, sonidos de la naturaleza o silencio durante el tratamiento.

Durante el tratamiento

Una vez que esté posicionado, **no** se mueva hasta que el terapeuta le diga que ha terminado. Usted estará en la misma posición para cada tratamiento.

Cuando esté colocado sobre la mesa, el terapeuta saldrá de la habitación, cerrará la puerta y lo monitoreará en un monitor de circuito cerrado. Sus terapeutas pueden darle actualizaciones durante todo el tratamiento. Si necesita algo, solo hable normalmente o levante la mano si se trata de una emergencia. Si es necesario, el terapeuta puede apagar la máquina y entrar en la habitación de inmediato. La radiación se detiene cuando la máquina está apagada.

Es posible que su médico de radiación desee cambiar el área de tratamiento y las marcas a medida que avanza su tratamiento. Si tiene preguntas o inquietudes sobre su tratamiento o programa de tratamiento, hable con su equipo de radiación.

Programa de tratamiento

Los tratamientos generalmente se programan todos los días de la semana, de lunes a viernes, lo que le permite descansar el sábado y el domingo. Recibirá todos los tratamientos como paciente ambulatorio durante un período de 6 a 8 semanas. Se le contactará si la clínica planea cerrar por un día festivo programado. Pregúntele a su radioterapeuta si tiene preguntas sobre su programa de tratamiento o si necesita cambiar la hora de su cita. Tratamos de acomodar las solicitudes de horario. Debido a la cantidad de pacientes que atendemos, las solicitudes de cambio de horario no están garantizadas.

Efectos secundarios

Los efectos secundarios dependen de la parte del cuerpo que se está tratando y del grado del tumor. La mayoría de los efectos secundarios desaparecen a las pocas semanas de finalizar el tratamiento. Durante sus visitas semanales, su médico de radiación, PA o enfermera practicante, nutricionista y enfermera lo ayudarán a controlar los efectos secundarios y los síntomas que tiene.

Fatiga

- Es posible que se sienta más cansado de lo normal. Descanse lo suficiente y no se exceda en las actividades.
- A algunos pacientes les resulta útil hacer actividad ligera, como caminar durante 15 a 20 minutos, de 2 a 3 veces al día. Si se siente cansado, deténgase y descanse.

Pérdida de cabello

- Usted puede perder cabello en el área que está siendo tratada. Esta pérdida de cabello puede ser permanente.
- Usted puede perder cabello si también recibe quimioterapia.

Piel

- La piel en el área de tratamiento puede enrojecerse y picar después de 2 a 3 semanas de tratamiento.
- Después de varias semanas de tratamiento, su piel puede pelarse y drenar.

- **No** se rasque la piel ni use ropa ajustada.
- **No** se frote la piel. Al lavar la piel, simplemente use agua y jabón suavemente sobre la piel.
- Pregúntele a su médico o APP acerca de los medicamentos para ayudar a aliviar la picazón. Use solo los productos que su médico o APP hayan aprobado.

Nariz

- Si el área de los senos paranasales (nariz) está en el campo de tratamiento, su nariz puede sentirse tapada y es posible que tenga algo de sangrado de la nariz.
- Si es necesario, recibirá una receta para una solución salina. Use esto para enjuagar su cavidad nasal varias veces al día para ayudar a aflojar y eliminar la mucosa seca.
- Su médico también puede recetarle un gel nasal para aplicar dentro de su nariz para mantener sus conductos nasales húmedos.

Tragar

- Si parte de la boca o el cuello está en el campo de tratamiento, es posible que tenga dolor en la boca y la garganta al comer y beber. También puede ser difícil para usted tragar debido a la hinchazón que puede tener en la garganta.
- Es posible que deba comer alimentos blandos y líquidos para que pueda mantener su peso. También controlaremos su peso en sus visitas semanales al consultorio.
- Un patólogo del habla puede trabajar con usted para ayudarlo a comer, beber y tragar de manera segura.
- Su equipo de radiación trabajará con usted para controlar cualquier dolor de garganta que pueda tener. Esto ayudará a aliviar el dolor al tragar, comer y beber.

Saliva

- Su saliva puede volverse espesa y pegajosa y puede tener algo de saliva con sangre. Esto es normal.
- Beba líquidos según las indicaciones para ayudar a diluir su saliva y enjuáguese la boca con una mezcla de bicarbonato de sodio.
- Su saliva debe mejorar de 1 a 6 meses después de que finalice el tratamiento y puede tardar de 1 a 2 años en mejorar por completo.
- Es posible que tenga algo de sequedad en la boca por el resto de su vida. Sin embargo, las glándulas salivales a menudo se recuperan y producen saliva con el tiempo.

Gusto

- Es posible que tenga cambios en el sabor y que no tenga ganas de comer o beber.
- Algunos alimentos pueden tener un sabor amargo, metálico o no tener ningún sabor. Use utensilios de plástico para ayudar a controlar el sabor metálico.
- Puede ser útil comer comidas pequeñas o bocadillos durante todo el día en lugar de 3 comidas grandes. Un nutricionista le dará más consejos para comer.
- Si no puede comer, su médico hablará con usted sobre una sonda de alimentación, o un Tubo Peg como otra forma de tomar nutrientes y líquidos. Cuando pueda mantener su peso después del tratamiento, el equipo de su clínica hablará con usted sobre la extracción de la sonda de alimentación.

La siguiente tabla es un resumen de los efectos secundarios y el momento en que comienzan los síntomas.

| Efecto secundario | Tiempo promedio en que comienzan los síntomas | Tiempo promedio de inicio de recuperación |
|-------------------|---|---|
| Fatiga | 2 a 4 semanas | 1 a 12 meses |
| Piel | 2 a 4 semanas | 2 a 4 semanas |
| Dolor | 2 a 4 semanas | 4 a 10 semanas |
| Tragar | 2 a 4 semanas | 4 a 10 semanas |
| Saliva espesa | 2 a 4 semanas | 1 a 6 meses |
| Gusto | 2 a 4 semanas | 1 a 24 meses o más |

Atención domiciliaria durante el tratamiento

Consumo de tabaco

- Deje de fumar, masticar o sumergir cualquier producto de tabaco y evite el humo de tabaco de segunda mano. Empeorará sus síntomas y puede disminuir las tasas de curación.
- Hay programas disponibles para ayudarlo a usted y a sus seres queridos a dejar de fumar. Para obtener más información, pregúntele a un miembro de su equipo de atención.

Nutrición

- Es muy importante que ingiera suficientes alimentos y líquidos para mantenerse bien hidratado y mantener su peso durante el tratamiento.
- Su equipo registra su peso durante su visita semanal a la clínica.
- Un nutricionista puede hablar con usted sobre sus necesidades de alimentos y líquidos.
- Si no puede beber suficientes líquidos o comer suficientes alimentos para mantener su peso, informe a su enfermera de radiación o nutricionista. El equipo lo programará para citas de hidratación semanales o quincenales.

Cuidado de la boca y la garganta

- Las visitas dentales y un buen cuidado de la boca son importantes durante y después del tratamiento.
- Si es necesario, puede tener una cita con un dentista. El dentista hablará con usted sobre el cepillado, el uso de hilo dental y el uso de la terapia con flúor según sea necesario para prevenir daños en los dientes y la mandíbula.
- Si parte de su boca está en el campo de tratamiento, usará enjuagues de bicarbonato de sodio para mantener su boca limpia y fresca y para ayudar a prevenir infecciones. Siga las instrucciones a continuación para hacer un enjuague de bicarbonato de sodio.

Educación del paciente

- Para uso diario, mezcle 1 cucharadita de bicarbonato de sodio en 16 onzas de agua. Enjuáguese la boca durante 30 segundos antes y después de las comidas. Haga esto al menos 6 veces al día.
- También puede usar este enjuague para limpiar la línea de las encías. Usando un cepillo de dientes de cerdas suaves, masajee suavemente todas las superficies de las encías. Masajee 1 diente a la vez durante 5 a 6 segundos cada uno. Haga esto antes de acostarse,



16 onzas de
agua tibia



1
cucharadita
de
bicarbonato
de sodio

- a menos que reciba otras instrucciones de su médico de radiación.
- Comience a hacer los enjuagues de bicarbonato de sodio cuando comience su primer tratamiento y continúe enjuagando todos los días. Continúe haciendo los enjuagues de bicarbonato de sodio durante al menos 1 año después de que se complete su tratamiento.
- Durante el tratamiento y después, es posible que desee usar un aerosol Biotene® para ayudar con la sequedad.

Evite las cosas que pueden irritar la boca y la garganta. Estos incluyen:

- Tabaco
- Alcohol
- Bebidas carbonatadas
- Zumos de frutas, como cítricos, piña o tomate
- Alimentos de bordes afilados, como pretzels y papas fritas
- Alimentos muy condimentados y picantes
- Alimentos y bebidas muy calientes o frías
- Enjuague bucal sin receta - puede usar enjuague bucal sin alcohol.
- Pasta de dientes sin receta - la mayoría puede irritar la boca y causar dolor. Puede usar solo Crest®, Sensodyne®, Colgate®, Aim® o Biotene® con sabor regular.

Saliva espesa y mucosa

Dependiendo de su área de tratamiento, la radiación puede causar cambios en sus glándulas salivales. Estos cambios pueden incluir moco más espeso, lo que puede afectar su alimentación, bebida y la forma en que habla normalmente. Hable con su equipo de radiación si necesita ayuda para controlar la saliva y la mucosa. Su equipo puede recetarle medicamentos para ayudar a aflojar o secar la saliva espesa en la boca o la garganta.

Pruebe las medidas de cuidado personal a continuación para ayudar con la saliva y la mucosa.

| Medida de autocuidado | Nota |
|---|--|
| Manténgase hidratado. | La saliva es principalmente agua y la deshidratación puede hacer que la mucosa sea más espesa. Beba la cantidad de agua que su nutricionista recomienda. |
| Use enjuagues de bicarbonato de sodio. | Como se discutió anteriormente, enjuague con una solución de 1 cucharadita de bicarbonato de sodio mezclado con 16 onzas de agua antes y después de las comidas. Haga esto al menos 6 veces al día para mantener su boca limpia y para eliminar la mucosa durante todo el día. |
| Agregue 1/4 de cucharadita de sal a los enjuagues de bicarbonato de sodio o enjuague con ginger ale de dieta plana. | Si la mucosa es difícil de aflojar, agregue 1/4 de cucharadita de sal a los enjuagues de bicarbonato de sodio para ayudar a eliminar la mucosa. También puede intentar enjuagar con una cerveza de jengibre de dieta plana para ayudar a desalojar mucoso. |
| Use un humidificador de noche de niebla fría por la noche-hora. | Esto puede ayudar con la boca seca durante la noche. |
| Eleve la cabecera de su cama a un ángulo de 30 ° con una almohada de cuña. | Esto puede ayudar a prevenir la asfixia o las náuseas y puede reducir la posibilidad de aspirar secreciones espesas en los pulmones. |
| Medicina | Hable con su equipo de atención sobre su síntomas. Es posible que puedan recetar medicamentos para ayudar a aflojar o secar las secreciones. |

Cuidado de la piel

- Su enfermera de radiación le dará instrucciones para cuidar su piel. Esto incluye evitar las piscinas y jacuzzis, y el uso de humectantes para la piel para tratar la piel irritada.
- Las cremas hidratantes para la piel están disponibles sin receta y con receta médica. Hable con su equipo de atención para obtener más información. Los productos sin receta más recomendados son Aquaphor, Lubriderm o Eucerin loción. **No** use lociones a base de aceite.
- **Instrucciones para aplicar cremas hidratantes:**
 - Es importante lavarse las manos antes y después de realizar cualquier cuidado de la piel.
 - Comience a aplicar crema hidratante en su piel en el área tratada el primer día de tratamiento.
 - Aplique la crema hidratante en una capa delgada de 3 a 5 veces al día.
 - **No** aplique sobre marcas que el terapeuta pueda haber dibujado en su piel.
 - Una vez finalizados tus tratamientos, continúe aplicando crema hidratante hasta que su piel esté completamente curada
- Si su piel se humedece y comienza a drenar, o si se enrojece e irrita, su enfermera de radiación hablará con usted sobre cómo cuidar su piel. Su médico puede recetarle un ungüento o productos especiales para vendajes para heridas.

Baño

- Báñese o dúchese en agua tibia con un jabón suave, como Dove®.
- Evite el uso de jabones desodorantes. Pueden irritar la piel.
- Use sus manos, no una toallita, sobre la piel tratada. **No** frote el área.
- **No** remoje el área tratada en una bañera durante ningún período hasta que su piel se haya curado por completo y / o su médico le haya dicho que está bien.
- Seque suavemente la piel con una toalla limpia después de la ducha. Esto ayuda a evitar la fricción y el roce en el área tratada.
- Tenga cuidado de no lavar las marcas de tinta en su piel.

Afeitado facial

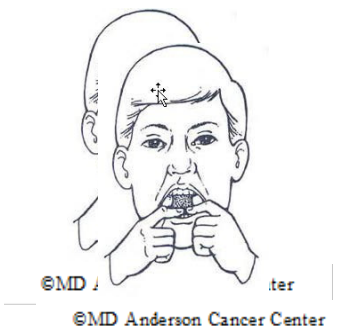
- Puede usar una afeitadora eléctrica solamente, pero consulte con su médico o enfermera antes de afeitarse cualquier parte de su área de tratamiento.
- **No** use lociones antes o después del afeitado. Contienen alcohol e irritan la piel.

Ejercicios de mandíbula y cuello

Estos ejercicios están diseñados para prevenir la rigidez en los músculos de la mandíbula y el cuello y para mejorar su rango de movimiento (flexibilidad). Siga las pautas a continuación.

- Comience estos ejercicios la semana antes de comenzar el tratamiento de radiación.
- La radiación causa opresión del tejido en el área tratada. Es importante que haga estos ejercicios **de 3 a 4 veces al día**.
- Haga los ejercicios lentamente, permitiendo que sus músculos se estiren. Mantenga el estiramiento durante 5 segundos.
- Después de que finalice el tratamiento, continúe haciendo los ejercicios por lo menos **2 años**. Esto ayudará a prevenir o mejorar la rigidez en la mandíbula y el cuello.
- La rigidez puede ser un efecto secundario permanente. Es posible que deba hacer ejercicios de estiramiento de rutina después de 2 años.
- Pídale a su médico o APP una derivación a terapia física u ocupacional si continúa teniendo un rango de movimiento limitado o problemas para reanudar el vestirse, bañarse, arreglarse u otras actividades de rutina. Si tiene hinchazón en la cara o el cuello, su médico puede derivarlo a la clínica linfática.

Estos ejercicios ayudan a abrir la boca de par en par.



1. Estira suavemente la boca abierta.
2. Mantener durante 5 segundos.
3. Haga 5 repeticiones, 3 veces al día.



©MD Anderson Cancer Center

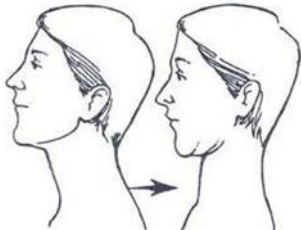
1. Empuje su mandíbula inferior hacia adelante como se muestra.
2. Mantener durante 5 segundos.
3. Haga 5 repeticiones, 3 veces al día.



©MD Anderson Cancer Center

1. Mueva la mandíbula inferior de lado a lado.
2. Mantener durante 5 segundos en cada dirección.
3. Haga 5 repeticiones, 3 veces al día.

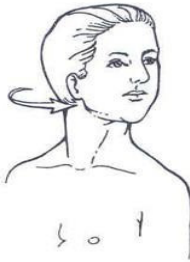
Estos ejercicios ayudan a mantener el cuello flexible y promueven una buena postura.



1. Siéntese con buena postura.
2. Meta la barbilla y tire la cabeza hacia atrás.
3. Mantener durante 5 segundos.
4. Haga 5 repeticiones, 3 veces al día.



1. Siéntese con buena postura.
2. Manteniendo la cara hacia adelante, inclina la oreja hacia el hombro. Repite en el otro lado.
3. Mantener durante 5 segundos en cada lado.
4. Haga 5 repeticiones, 3 veces al día.



1. Siéntese con buena postura.
2. Sin mover el cuerpo, gire la cabeza para mirar por encima del hombro. Repite en el otro lado.
3. Mantenga durante 5 segundos en cada lado.
4. Haga 5 repeticiones, 3 veces al día.

Instrucciones del alta

Los efectos secundarios de la radiación a menudo empeoran de 7 a 14 días después del último tratamiento. Los efectos secundarios comenzarán a mejorar lentamente durante varias semanas. Para ayudarle a recuperarse, es **muy importante** que siga las instrucciones a continuación y las de su equipo de radiación.

- Póngase en contacto con su médico primary y conozca la ubicación del centro de emergencias del hospital más cercano. Su médico tratará y manejará sus necesidades médicas a largo plazo.
- Beba muchos líquidos como los que está diseñado por su equipo de atención.
- Consuma comidas altas en calorías y proteínas y / o suplementos nutricionales según las instrucciones de su equipo de atención. Esto ayudará a promover la curación y prevenir la pérdida de peso.
- Continúe su rutina de cuidado de la piel hasta que el área de tratamiento esté completamente curada, incluyendo:
 - Limpiar su piel según las instrucciones todos los días.
 - Usar productos para el cuidado de la piel para hidratar su piel.
 - Hacer otros cuidados de la piel según lo indicado por su médico de radiación.
- Su piel se quemará más rápidamente que antes del tratamiento. Evite la exposición al sol en el área tratada. Si el área tratada estará expuesta al sol durante 10 minutos o más, aplique un protector solar en el área. Use un protector solar sin PABA, no irritante con una clasificación de SPF de 30 o más que proteja contra los rayos UVA y UVB. Recuerde volver a aplicar con frecuencia, especialmente cuando suda o en el agua. Cuando este expuesto al sol, cubra también su piel con un sombrero o ropa.
- Continúe enjuagándose la boca con la solución de bicarbonato de sodio durante por lo menos 1 año después de terminar el tratamiento. La boca seca puede continuar después de que se detenga el tratamiento. Use sustitutos de la saliva según las instrucciones de su médico.
- Continúe con los ejercicios de mandíbula y cuello todos los días según las instrucciones. Haga estos ejercicios exactamente como se los prescribió después del tratamiento.
- Reanude la actividad ligera, como caminar, hasta que su energía mejore. Haga ejercicio y sea físicamente activo a un nivel con el que se sienta cómodo. Poco a poco recuperará su fuerza y reanudará sus actividades normales.
- Haga un seguimiento de su dentista para mantener la atención dental de rutina. Continúe con sus tratamientos con flúor de por vida y programe chequeos de rutina con su dentista cada 4 a 6 meses. Si necesita un trabajo dental, informe a su dentista sobre su tratamiento de radiación.
- Informe nuevos síntomas, como bultos, llagas o cualquier cosa inusual a su APP o enfermera.
- Llame al 911 o vaya al centro de emergencias del hospital más cercano si necesita atención médica o tratamiento inmediato.

Puntos importantes

- **No fume** ni beba bebidas alcohólicas.
- **No coma** alimentos afilados, picantes o ácidos hasta que su boca y garganta estén completamente curadas, y luego solo según lo tolerado. Tenga cuidado al comer pretzels, papas fritas, cítricos y otros alimentos similares.
- **No beba** bebidas muy calientes o muy frías hasta que el área radiada sane por completo.
- **No use** dentaduras postizas durante el tratamiento de radiación o su recuperación, hasta su próxima cita dental o hasta que su médico le diga que puede usarlas. Usted puede usar dentaduras postizas al comer.
- **No use** lociones antes del afeitado, después del afeitado u otros irritantes de la piel hasta que el área de tratamiento sane.

Atención de seguimiento

- Es importante que se realice exámenes de seguimiento regulares con su médico primario del cáncer. Su médico de radiación tendrá visitas de seguimiento regulares con usted. Su cita se programará 3 meses después de su último tratamiento de radiación. Si no ha recibido una fecha para una cita de seguimiento, llame al programador de su médico.
- Continuará teniendo citas programadas regulares con la enfermera practicante según sea necesario después de completar los tratamientos y antes de su visita de 3 meses con el oncólogo de radiación.
- Tendrá exámenes radiológicos programados antes de sus seguimientos que revisará con su médico de radiación durante sus citas.
- Para su cita de seguimiento, traiga una lista de todos sus medicamentos recetados y sin receta actuales, vitaminas, suplementos nutricionales y productos herbales y de venta libre.
- En el futuro, si necesita procedimientos quirúrgicos, trabajos dentales (extracciones, cirugías) o biopsias que involucren el área tratada, informe a su médico sobre los tratamientos de radiación que recibió. Su médico primario puede comunicarse con su equipo de Baptist MD Anderson para obtener más información.

Si tiene preguntas, llame a la Clínica de Radiación de Cabeza y Cuello al 904-202-7300