



Wat is prostaatkanker

Prostaatkanker is een kwaadaardige tumor die ontstaat in de prostaat. De prostaat bevindt zich in het bekken van de man, dichtbij de blaas en de endeldarm en bij het begin van de plasbuis. Van alle mannen in Nederland krijgt ongeveer 1 op 10 ooit in hun leven prostaatkanker. Die kans is het hoogste tussen het 50ste en 80ste levensjaar. Het hangt van de tumor af of er gekozen kan worden om de kanker nu (nog) niet te behandelen, of de kanker te behandelen met een operatie of bestraling (uitwendig of inwendig). Uitwendige bestraling kan worden gecombineerd met hormonale therapie. De keuze van behandeling wordt onder andere bepaald door de tumorkenmerken, zoals de hoogte van de PSA-waarde (Prostaat Specifiek Antigeen), de Gleasonscore (dat is een maat die aangeeft hoe kwaadaardig de tumor is) en de omvang van de tumor op de scans.

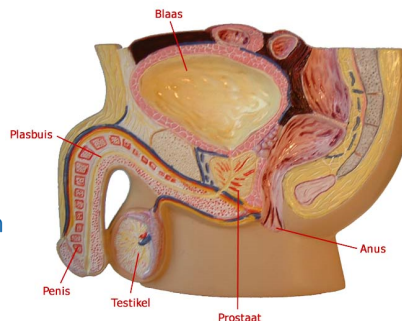
U heeft met uw behandelaar gekozen voor uitwendige bestraling. Bij uitwendige bestraling van de prostaat wordt altijd de gehele prostaat bestraald en soms ook (een deel van) de zaadblaasjes die aan de prostaat vast zitten.

Indien uw prostaat reeds operatief verwijderd is, maar de PSA-waarde blijft stijgen, dan is het mogelijk dat er kankercellen zijn achtergebleven in het gebied waar de prostaat heeft gezeten ('de prostaatloge'). In dat geval kan de prostaatloge bestraald worden.

Wat is radiotherapie

Radiotherapie of bestraling is het behandelen van kanker door middel van ioniserende straling. Deze vorm van straling zorgt voor schade aan cellen. Straling gaat overal doorheen, dus komt niet alleen op de kankercellen terecht, maar ook op gezonde cellen van uw lichaam. Deze gezonde cellen hebben een beter vermogen om deze schade te herstellen. Kankercellen kunnen deze schade niet goed herstellen. Ze verliezen het vermogen om te delen en sterven dan af.

Met onze apparatuur wordt de straling nauwkeurig gegeven zodat de kankercellen worden vernietigd en de gezonde cellen zoveel mogelijk worden gespaard. Als alleen de prostaat wordt bestraald, bestaat de behandeling uit 5-20 bestralingen in 1,5-5 weken. Als ook de lymfeklieren in de buurt van de prostaat worden bestraald, bestaat de behandeling uit 35 bestralingen in 7 weken. Tijdens uw eerste gesprek vertelt de radiotherapeut-oncoloog ("bestralingsarts") hier meer over. Voor de behandeling van start kan gaan, zijn er een aantal voorbereidingen nodig zoals het plaatsen van goudmarkers in de prostaat, het maken van scans en het uitwerken van het bestralingsplan. Voor deze voorbereidingen zijn meestal 4-6 weken nodig.



Voor de behandeling

Plaatsen goudmarkers in de prostaat

Voor een nauwkeurige bestraling van de prostaat is het belangrijk om voor de start van de behandeling de prostaat te markeren. Hiervoor gebruiken we 4 goudmarkers. Dit zijn kleine staafjes van goud van ongeveer 5



mm lang en 1 mm dik. De uroloog plaatst de goudmarker in uw prostaat onder plaatselijke verdoving. Deze procedure is ongeveer hetzelfde als het nemen van de bipten en duurt ongeveer 30 minuten.



Deze goudmarkers worden gebruikt om te bepalen waar de prostaat tijdens de bestraling in het bekken ligt. De goudmarkers blijven altijd in de prostaat zitten.

Gebruikt u bloedverdunners? Overlegt u dan met de uroloog of u deze tijdelijk moet stoppen voor het plaatsen van de goudmarkers. Wij adviseren u om na de ingreep niet zelf auto te rijden of te fietsen. Let op: na het plaatsen van de goudmarkers mag u 2 weken niet fietsen. Dit om een nabloeding te voorkomen.

Na het inbrengen kan de huid tussen de anus en balzak pijnlijk zijn. Ook kunt u de eerste dagen na het plaatsen van de goudmarkers bloed zien in de urine of bij een zaadlozing. Dit is normaal en gaat vanzelf na een paar dagen of weken over. Krijgt u koorts boven de 38,5, neem dan tijdens kantooruren contact op met de polikliniek urologie en 's avonds of in het weekend met de spoedeisende hulp van het Reinier de Graaf gasthuis.

Indien u op de prostaatloze wordt bestraald, is het plaatsen van goudmarkers niet nodig.

Intakegesprek met de radiotherapeut-oncoloog

U wordt behandeld door een radiotherapeut-oncoloog. Het is mogelijk dat deze nog in opleiding is. U krijgt eerst een afspraak bij de radiotherapeut-oncoloog om uitgebreid over de voorbereiding en de behandeling met bestraling te spreken. Neem een actuele medicatielijst mee naar deze afspraak. Weet u niet precies welke medicijnen u gebruikt? Dan kunt u een medicatielijst bij uw apotheek ophalen. Tijdens dit gesprek krijgt u veel informatie. Het is daarom handig om iemand mee te nemen naar dit gesprek. Tijdens de behandeling zal u regelmatig (telefonisch) contact hebben met uw radiotherapeut-oncoloog. Deze gesprekken zijn om te beoordelen of u last heeft van bijwerkingen en wat daaraan gedaan kan worden. Of de behandeling goed heeft gewerkt, kan pas na de behandeling beoordeeld worden. Gemiddeld drie maanden na de behandeling kan aan de hand van de hoogte van het PSA bekeken worden of de behandeling heeft gewerkt.

CT-scan en MRI-scan

Gemiddeld 1 à 2 weken na het plaatsen van de goudmarkers zullen er een CT-scan en een MRI-scan gemaakt worden van de prostaat.

Bij de CT-scan wordt u langzaam door een ringvormige scanner bewogen. Dit onderzoek duurt in totaal ongeveer 15 minuten en vindt plaats op de afdeling Radiotherapie.

Bij de CT-scan worden enkele tatoeage-puntjes (stipjes) in de huid ter hoogte van het bekken aangebracht. Deze stipjes zorgen ervoor dat we later op het bestralingstoestel precies op dezelfde positie kunnen bestralen. Deze tatoeagepuntjes zijn permanent. Wilt u deze tatoeagepuntjes laten verwijderen, vraagt u hier dan naar bij uw behandelend radiotherapeut-oncoloog.

Bij de CT-scan, de MRI-scan en bij elke bestraling is het belangrijk om een gevulde blaas te hebben. Dit kunt u doen door 1 uur voor het onderzoek uit te plassen dan binnen 15 minuten 0,5 liter water te drinken. Door de volle blaas tijdens de bestraling kan de bestraling nauwkeuriger worden uitgevoerd en worden de bijwerkingen op de blaas en darmen verminderd.



Indien dit voor u niet haalbaar is, kunt u met uw radiotherapeut-oncoloog een ander drinkschema bespreken. Bij de CT-scan zult u de datum en tijd van de eerste bestraling meekrijgen. Gemiddeld is dit 1-2 weken na de scans. Deze tijd is nodig om het bestralingsplan nauwkeurig uit te kunnen werken.

Op dezelfde dag wordt er een MRI-scan gemaakt. Daarbij ligt u in een tunnel met een magnetisch veld. Dit onderzoek vindt plaats op de afdeling Radiologie en duurt ongeveer 15 minuten. Deze scans worden gebruikt voor de technische voorbereiding van de bestraling en worden niet bekeken door een radioloog. U krijgt hiervan dus geen uitslag.



CT-scanner



MRI-scanner

Tijdens de behandeling

Eerste bestraling

Voor de eerste bestraling meldt u zich bij de balie van de afdeling Radiotherapie. Deze bevindt zich op de begane grond, gang J.

Bij uw eerste afspraak krijgt u uitleg over de aanmeldzuil op de radiotherapie-afdeling. Hier kunt u zich voor de vervolgspraken melden. De medewerker zal samen met u de vervolgspraken voor de rest van de week printen. Iedere vrijdag kunt u zelf bij deze aanmeldzuil een print maken met daarop de afspraken voor de komende week.

Afspraken en vervoer

De bestralingen vinden plaats op werkdagen tussen 8.00 en 16.30 uur. Om rekening te houden met uw voorkeurstijden is het belangrijk dat u dit zo snel mogelijk aan ons doorgeeft. Helaas is het niet altijd mogelijk aan de wensen van alle patiënten te voldoen. Het kan dus voorkomen dat u een afspraak heeft op een ander tijdstip dan uw voorkeurstijd. Wij vragen hiervoor uw begrip. Mocht u om belangrijke redenen op een bepaalde dag en tijdstip verhinderd zijn dan vragen wij u dit zo vroeg mogelijk aan ons door te geven.

Rondom feestdagen zal u soms in het weekend of op de feestdag(en) bestraald worden. Hierover wordt u op tijd geïnformeerd.

Indien u met eigen vervoer naar het ziekenhuis komt, bent u tijdens de behandeling over het algemeen in staat



om zelf te rijden. Alternatieve manieren om naar het ziekenhuis te komen zijn met de fiets, scooter of met de trein of bus. Bij twijfel kunt u met uw radiotherapeut-oncoloog overleggen wat het beste bij u past. Voor patiënten die bestraald worden is er bij alle zorgverzekeraars een vergoeding voor eigen vervoer, openbaar vervoer of taxivervoer. Neem daarover tijdig contact op met uw verzekering.

Als u met uw eigen auto komt, kunt u met een door ons verstrekte pas gratis parkeren naast de afdeling Radiotherapie

Bestralingen

De radiotherapeutisch laboranten leggen u goed op de behandeltafel. Hierbij letten zij op de tatoeage-puntjes die zijn geplaatst bij de CT-scan. Daarna verlaten zij de bestralingsruimte. De laboranten houden u via een videobeeldscherm in de gaten. Zij kunnen u dus zien tijdens de bestraling. Hierdoor kunnen ze, als het nodig is, direct ingrijpen.



Bestralingsapparaat

Voor elke bestraling wordt een controle scan gemaakt. Op de scan zien wij aan de hand van de goudmarkers of u goed ligt en als het nodig is, kunnen wij uw ligging iets aanpassen. Op de scan kunnen we de tumor niet zien en ook niet of de tumor kleiner wordt door de behandeling.

Elke bestraling duurt ongeveer 5 minuten. Met uit- en aankleden en u goed leggen op het bestralingsapparaat, bent u elke dag ongeveer 10 tot 15 minuten in de bestralingsruimte. Na de bestraling is alle straling verdwenen. U wordt niet radioactief door bestraling en u bent dus niet gevaarlijk voor uw omgeving.

Bijwerkingen

Tijdens de behandelperiode en de weken daarna kunnen er bijwerkingen optreden. Hoe ernstig deze bijwerkingen zijn, is voor iedereen anders. Uw radiotherapeut-oncoloog zal u hier meer over vertellen bij het eerste gesprek. Hieronder worden een paar van de meest-voorkomende bijwerkingen beschreven.



Darmklachten

De darmen kunnen geprikkeld raken door de behandeling. Meestal vanaf de 2e of 3e week van de behandeling. Hierdoor kunt u diarree krijgen, met soms bloed of slijm erbij. Ook kan er 'loze aandrang' ontstaan: u voelt dat u naar het toilet moet maar op het toilet komt er niets of alleen wat lucht en slijm. Ook kunnen klachten als buikkrampen en winderigheid voorkomen en soms pijnlijke krampen in de anus. Soms krijgt u pijn bij de ontlasting, waarvoor u als het nodig is via uw behandelend radiotherapeut-oncoloog medicatie voorgeschreven kunt krijgen. Meestal krijgt u deze klachten vanaf 1 à 2 weken na start van de bestraling en verdwijnen ze weer in na enkele weken tot maanden na de behandeling.

Op de lange termijn kan er als gevolg van de bestraling uw ontlastingspatroon blijvend veranderen. Het kan zijn dat u vaker naar het toilet moet en dat de ontlasting dunner is dan voor de behandeling. In zeldzame gevallen kunnen er problemen ontstaan met het ophouden van de ontlasting, bijvoorbeeld in de vorm van 'natte winden' of zelfs ongewild verlies van ontlasting.

Plasklachten

Omdat de blaas vlak voor de prostaat ligt kan ook deze geïrriteerd raken door de bestraling. De klachten die kunnen ontstaan lijken op die van een blaasontsteking: vaker aandrang om te plassen, kleinere beetjes plassen en/of een branderig gevoel tijdens/na het plassen. Soms lukt het plassen minder goed door zwelling van de prostaat. Over het algemeen treden deze klachten op vanaf 1 à 2 weken na start van de bestraling en verdwijnen ze na enkele weken tot maanden na de behandeling.

Op de lange termijn kan er als door de bestraling het plassen blijvend veranderen. Zo kan het zijn dat u vaker aandrang houdt voor plassen dan voor de behandeling en dat u er bijvoorbeeld 's nachts vaker uit moet om te plassen. Ook kan het moeilijker zijn om de plas lang op te houden. Het is zeldzaam dat dit leidt tot ongewenst urineverlies.

Vermoeidheid

Sommige mensen hebben tijdens de behandelperiode last van vermoeidheid. Of u dat ook zal krijgen, hangt af van uw leeftijd, conditie, en van de duur van de behandeling. Deze vermoeidheidsklachten kunnen weken tot maanden na de behandeling duren, maar worden meestal steeds minder. Probeer een evenwicht te vinden tussen actief blijven en rust nemen. Als het nodig is kan uw behandelend radiotherapeut-oncoloog of verpleegkundig specialist u hiervoor verdere adviezen geven.

Seksualiteit

Bestraling van de prostaat en de zaadblaasjes kan invloed hebben op seksualiteit. De zenuwen en bloedvaten die zorgen voor een erectie liggen aan de buitenkant van de prostaat. Het is vaak niet te vermijden dat deze zenuwen bij de behandeling beschadigd raken. U kunt als gevolg hiervan erectiestoornissen krijgen. Meestal is dat geen direct probleem, maar merkt u dat in de loop van maanden of jaren de erectie minder goed wordt. Soms kan medicatie hierbij helpen. Tevens kan door de bestraling de hoeveelheid vocht bij een zaadlozing verminderen of verdwijnen. Dit noemen we een 'droog orgasme'. Dit is een blijvend gevolg van de bestraling. Het gevoel van een orgasme verandert niet door de bestraling.



Als gevolg van de behandeling kan het mogelijk zijn dat de behoefte aan seksueel contact afneemt. Dit kan bijvoorbeeld komen omdat u sneller moe bent. Bespreekt u deze problemen of uw zorgen met uw radiotherapeut-oncoloog of uw uroloog. Zij kunnen u voorlichten en adviseren over medicatie, of u doorverwijzen naar een speciale polikliniek voor seksualiteit en intimiteit. U kunt ook op www.kankerenseks.nl kijken voor meer informatie.

Vruchtbaarheid

Omdat door bestraling van de prostaat de productie van vocht bij een zaadlozing vermindert, heeft dit ook invloed op de vruchtbaarheid. Als u een kinderwens heeft, is het belangrijk om dit voor de start van de behandeling te bespreken met uw radiotherapeut-oncoloog.

Lymfoedeem

Als u ook op de lymfeklieren in de buurt van de prostaat wordt bestraald, kan er op termijn vocht ophopen in de benen en rondom de penis (lymfoedeem). Dit lymfoedeem kan blijvend zijn.

Bijwerkingen op zeer lange termijn

Bestraling zou op zeer lange termijn een nieuwe tumor kunnen veroorzaken. Dit is zeer zeldzaam. Uw radiotherapeut-oncoloog kan u hier meer over vertellen.

Praktische maatregelen en adviezen tijdens de behandelperiode

Huidverzorging

U mag zich gewoon wassen en douchen met zeep zoals u gewend bent. Droog de huid in het bestralingsgebied voorzichtig 'deppend' af zodra de huid rood is. Overleg over het gebruik van eventuele hydraterende crème. Cetomacrogolcrème, Bepanthen en Calendula zijn voorbeelden van crèmes die u mag gebruiken. Als de huid ontveld raakt, krijgt u via de radiotherapeut-oncoloog of verpleegkundig specialist verdere uitleg over de wondverzorging.

Als tijdens de behandeling de bestraalde huid niet rood of pijnlijk is, mag u tijdens de behandeling zwemmen en gebruik maken van de sauna. Bij een pijnlijke huid kunt u beter eerst met uw radiotherapeut-oncoloog te overleggen.

Vochtinname

Drink voldoende vocht. 1,5-2 liter per dag (tenzij u een vochtbeperking heeft).

Voeding

Tijdens de behandelperiode kunt u gewoon blijven eten wat u gewend bent. Wees als u klachten heeft voorzichtig met voedingsmiddelen die de darmen prikkelen, zoals scherpe kruiden, vetrijke maaltijden, alcohol, koolzuurhoudende dranken en met voedingsmiddelen die gasvorming veroorzaken (bonen, kool, uien, prei, peulvruchten, knoflook, kauwgom). Gebruik vezelrijke voeding. Meer informatie kunt u vinden in de folder "Voeding en kanker".



Na de behandeling

De bijwerkingen van de bestraling zijn niet direct verdwenen. De klachten kunnen zelfs de eerste 1-2 weken nog erger worden, maar zullen daarna beter worden. U blijft zich vaak nog een lange tijd na de behandeling moe voelen.

Aan het einde van de bestralingen serie zullen er controle afspraken met u gemaakt worden. Vaak zal dit in de eerste weken na de behandeling telefonisch zijn met uw radiotherapeut-oncoloog om u te ondersteunen in het herstel. Het gebeurt regelmatig dat er in deze periode vragen komen, u mag altijd naar de afdeling bellen om deze te stellen.

De controles zullen in de eerste jaren na de behandeling afwisselend gedaan worden door uw behandelend radiotherapeut-oncoloog en de uroloog. De uroloog zal in de meeste gevallen degene zijn die bij u de prostaatkanker heeft gevonden. Voordat u een controleafspraak heeft, zal het PSA in het bloed gemeten worden. De hoogte van het PSA is de betrouwbaarste graadmeter voor de uitkomst van de behandeling. Er zullen dus geen scans gemaakt worden.

Meer informatie en adviezen over de periode na de behandeling kunt u vinden in onze folder 'na de behandeling'.

Wie kom ik tegen tijdens het behandeltraject?

De uroloog

Dit is de medisch specialist die alle vooronderzoeken heeft verricht, de goudmarkers heeft geplaatst en u heeft doorverwezen voor dit behandeltraject.

Verpleegkundig specialist

Dit is uw eerste aanspreekpunt. Hier kunt u terecht met al uw vragen. Hij/zij kan met u meedenken over oplossingen of contact zoeken met een van uw behandelaars.

Radiotherapeut-oncoloog (in opleiding)

Dit is de medisch specialist (in opleiding) die verantwoordelijk is voor uw behandeling met bestraling.

Radiotherapeutisch laboranten

Zij begeleiden u tijdens de dagelijkse bestralingsbehandelingen. Bij vragen en/of klachten kunt u bij hen terecht. Zij kunnen veel vragen beantwoorden en zo nodig uw behandelend arts om hulp vragen.

Contact

Reinier de Graaf Gasthuis

- Algemene nummer: 015 - 260 30 60
- Polikliniek Radiotherapie: 015 - 260 41 30 (op weekdays bereikbaar tussen 8.30 en 16.30 uur)
- Polikliniek Urologie: 015 - 260 39 43 (op weekdays bereikbaar tussen 8.30 en 16.30 uur)
- In de avond en in het weekend kan u via het algemene nummer 015 - 260 30 60 vragen naar de dienstdoende radiotherapeut-oncoloog of uroloog.



Wanneer moet ik contact opnemen?

Als u twijfelt over bepaalde klachten mag u altijd contact opnemen met uw verpleegkundig specialist of de radiotherapeut-oncoloog.



Bij de volgende klachten moet u nog dezelfde dag contact opnemen:

- Koorts (38.5C of hoger) en /of koude rillingen
- Uitgesproken bloedverlies bij de ontlasting (meer dan een koffiekopje)
- Uitgesproken bloedverlies bij de urine (donkerrode urine)
- Niet meer kunnen plassen

Bij de volgende klachten na een dag contact opnemen:

- Diarree langer dan 1 dag
- Geen ontlasting gedurende 2 achtereenvolgende dagen
- Zeer vaak moeten plassen
- Moeite hebben met (uit)plassen
- Als u niet zeker weet of de klachten die u hebt 'normaal' zijn.

Meer informatie

U kunt voor al uw vragen terecht bij uw verpleegkundig specialist of bij uw behandelend arts, maar op de volgende websites is ook nog nuttige informatie te vinden:

www.prostaatkankerstichting.nl

www.KWF.nl

www.kanker.nl

www.kankerenseks.nl

www.LUMC.nl

www.Reinierdegraaf.nl

www.voedingenkankerinfo.nl