



TÀI LIỆU GIÁO DỤC CHO BỆNH NHÂN VÀ NGƯỜI CHĂM SÓC

# Giới thiệu về liệu pháp xạ trị điều chỉnh cường độ, hướng dẫn bằng hình ảnh (IG-IMRT) cho tuyến tiền liệt

Thông tin này sẽ giúp bạn sẵn sàng thực hiện điều trị IG-IMRT cho tuyến tiền liệt của bạn tại MSK. Nội dung này sẽ giúp bạn biết những gì cần mong đợi và làm thế nào để chăm sóc bản thân trước, trong và sau khi xạ trị.

Hãy đọc tài liệu này trước khi bắt đầu xạ trị. Hãy sử dụng tài liệu này làm hướng dẫn trong những ngày trước khi điều trị. Việc này sẽ giúp bạn chuẩn bị sẵn sàng.

## Giới thiệu về xạ trị

Xạ trị sử dụng bức xạ năng lượng cao để điều trị ung thư. Phương pháp này hoạt động bằng cách làm tổn thương các tế bào ung thư và khiến chúng khó nhân bản. Khi đó, cơ thể bạn có thể loại bỏ theo cách tự nhiên những tế bào ung thư bị tổn thương này. Xạ trị cũng ảnh hưởng đến các tế bào bình thường, nhưng chúng có thể tự khắc phục theo cách mà các tế bào ung thư không thể.

Bạn sẽ có một quy trình lập kế hoạch điều trị được gọi là mô phỏng trước lần điều trị bức xạ đầu tiên. Trong quá trình mô phỏng, các bác sĩ xạ trị sẽ quét hình ảnh. Họ cũng sẽ đánh dấu da của bạn bằng những chấm hình xăm nhỏ. Những việc này được thực hiện để:

- Lập bản đồ vị trí điều trị của bạn.
- Hãy chắc chắn rằng bạn nhận được đúng liều lượng bức xạ.
- Hạn chế lượng bức xạ đến các mô khỏe mạnh gần vị trí điều trị.

## **IG-IMRT là gì?**

IG-IMRT là một loại xạ trị bằng chùm tia bên ngoài hướng mục tiêu.

Trong quá trình xạ trị chùm tia bên ngoài, một máy điều trị nhắm các chùm bức xạ trực tiếp vào khối u. Chùm tia đi qua cơ thể và tiêu diệt các tế bào ung thư trên đường đi của chùm tia. Bạn sẽ không nhìn thấy hoặc cảm thấy bức xạ.

## **Phần “hướng dẫn bằng hình ảnh” của IG-IMRT có nghĩa là gì?**

Hướng dẫn bằng hình ảnh có nghĩa là hình ảnh được chụp trong quá trình điều trị bức xạ giúp hướng dẫn các chùm bức xạ.

Các chuyển động bình thường của cơ thể có thể làm cho tuyến tiền liệt của bạn dịch chuyển đi một chút trong hoặc giữa các lần điều trị. Vì vậy, IG-IMRT sử dụng hình ảnh được chụp theo thời gian thực để tạo hình các chùm bức xạ đến khối u của bạn.

Nhóm chăm sóc sức khỏe của bạn cũng sẽ đặt các đánh dấu fiducial (fih-DOO-shul) vào tuyến tiền liệt của bạn trước khi bắt đầu xạ trị. Các đánh dấu giúp bác sĩ nhìn thấy tuyến tiền liệt của bạn trong quá trình điều trị.

## **Phần “điều chế cường độ” của IG-IMRT có nghĩa là gì?**

Điều chế cường độ có nghĩa là cường độ của chùm bức xạ có thể thay đổi trong quá trình điều trị bức xạ.

Máy bức xạ sẽ di chuyển xung quanh cơ thể bạn trong quá trình điều trị. Cơ chế này cho phép nhắm các chùm bức xạ vào khối u từ nhiều góc. Máy cũng có thể thay đổi hình dạng của chùm tia trong quá trình điều trị. Khả năng này làm thay đổi cường độ của chùm tia để bác sĩ có thể nhắm mục tiêu khối u và tránh các mô khỏe mạnh.

## **Giới thiệu về liệu pháp hormone với bức xạ**

Bạn có thể chỉ thực hiện xạ trị hoặc thực hiện cùng với liệu pháp hormone. Việc bác sĩ có đề nghị điều trị hormone hay không phụ thuộc vào giai đoạn ung thư.

Mục tiêu của liệu pháp hormone là thu nhỏ tuyến tiền liệt và ngăn chặn ung thư

phát triển. Điều này sẽ giúp các phương pháp xạ trị hoạt động tốt hơn. Để tìm hiểu thêm, vui lòng đọc *Hormonal Therapy During Radiation Therapy to Your Prostate* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/hormonal-therapy-people-prostate-cancer](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/hormonal-therapy-people-prostate-cancer)).

## Vai trò của bạn trong nhóm xạ trị

Nhóm chăm sóc của bạn sẽ làm việc cùng nhau để chăm sóc cho bạn. Bạn là một phần của nhóm đó và vai trò của bạn bao gồm:

- Đến buổi hẹn của bạn đúng giờ.
- Đặt câu hỏi và nói về mối quan tâm của bạn.
- Nói với ai đó trong nhóm chăm sóc khi bạn gặp tác dụng phụ.
- Nói với ai đó trong nhóm chăm sóc nếu bạn bị đau.
- Chăm sóc bản thân ở nhà bằng cách:
  - Bỏ thuốc lá, nếu bạn hút thuốc. MSK có các chuyên gia có thể giúp bạn. Để biết thêm thông tin về [Chương trình Điều trị Thuốc lá](#) của chúng tôi, vui lòng gọi cho số 212-610-0507. Bạn cũng có thể nói chuyện với y tá về chương trình.
  - Uống chất lỏng dựa trên hướng dẫn của nhóm chăm sóc.
  - Tránh một số loại thực phẩm và đồ uống dựa trên hướng dẫn của nhóm chăm sóc.
  - Dùng thuốc chuẩn bị ruột dựa trên hướng dẫn của nhóm chăm sóc của bạn.
  - Duy trì cùng một khoảng cân nặng.

## Điều gì xảy ra trước khi điều trị IG-IMRT cho tuyến tiền liệt của bạn

### Đặt vị trí đánh dấu Fiducial

Trước khi bạn bắt đầu IG-IMRT, sẽ có 3 đánh dấu fiducial được đặt trong tuyến tiền liệt của bạn. Các đánh dấu điểm chuẩn là các vật thể rất nhỏ được làm bằng vàng. Chúng giúp máy quét chụp cắt lớp vi tính (CT) xác định tuyến tiền liệt và khối u của

bạn.

Nhóm chăm sóc trong Dịch vụ Tiết niệu sẽ đặt các điểm đánh dấu chuẩn vào tuyến tiền liệt của bạn. Chúng sẽ được đặt vào cơ thể bạn ít nhất 5 ngày trước cuộc hẹn mô phỏng.

Một y tá sẽ gọi cho bạn để xem xét thủ thuật với bạn. Bạn cũng sẽ nhận được tài nguyên *About Your Prostate Fiducial Marker Placement* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/about-your-prostate-fiducial-marker-placement](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/about-your-prostate-fiducial-marker-placement)). Ở đó có thêm thông tin về thủ thuật.

## **Cất trữ tinh trùng trước khi xạ trị**

Trong quá trình xạ trị, tinh hoàn của bạn sẽ tiếp xúc với bức xạ. Điều này có thể ảnh hưởng đến việc sản xuất tinh trùng và khả năng có con sau khi xạ trị. Nếu bạn nghĩ rằng bạn có thể muốn có con ruột, chúng tôi khuyên bạn nên cất trữ tinh trùng trước khi bắt đầu điều trị.

Để tìm hiểu thêm, hãy đọc *Sperm Banking* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/sperm-banking](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/sperm-banking)) và *Building Your Family After Cancer Treatment: For People Born With Testicles* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles)).

## **Chuẩn bị ruột trước và trong khi xạ trị**

Bạn sẽ cần phải làm sạch phân thừa khỏi cơ thể để mô phỏng và điều trị bức xạ. Việc này được gọi là chuẩn bị ruột. Chuẩn bị ruột giúp giảm nguy cơ tác dụng phụ.

### **Chuẩn bị ruột làm giảm nguy cơ tác dụng phụ như thế nào**

Ruột bao gồm ruột non, ruột già (đại tràng) và trực tràng. Trực tràng là nơi phân được lưu trữ trước khi rời khỏi cơ thể.

Ruột trở nên lớn hơn hoặc nhỏ hơn dựa trên mức độ lấp đầy của chúng. Khi chúng thay đổi kích thước, chúng cũng làm dịch chuyển các mô và cơ quan xung quanh chúng, bao gồm tuyến tiền liệt và bàng quang.

Chuẩn bị ruột làm rộng ruột của bạn. Việc này giúp khối u và các mô khỏe mạnh gần đó ở cùng một nơi để thực hiện mô phỏng và điều trị cho bạn. Điều này giúp

giữ cho các mô khỏe mạnh an toàn tránh quá nhiều bức xạ và giảm nguy cơ tác dụng phụ.

## **Vật tư để chuẩn bị ruột**

Bạn sẽ cần những vật tư sau:

- Bổ sung chất xơ hòa tan Methylcellulose, như bột Citrucel®.
- Viên nén Simethicone 125 miligam (mg), chẳng hạn như Gas-x® Extra Strength.
- Thuốc xổ nước muối, chẳng hạn như thuốc xổ nước muối Fleet®.

Bạn có thể mua tại hiệu thuốc địa phương mà không cần toa thuốc.

## **Hướng dẫn chuẩn bị ruột**

Điều rất quan trọng là làm theo **hướng dẫn chuẩn bị ruột của bạn**. Nếu ruột của bạn không rỗng trước khi mô phỏng và điều trị, bạn có thể cần thêm thuốc xổ. Việc này cũng có thể trì hoãn mô phỏng hoặc điều trị.

Một thành viên của nhóm xạ trị sẽ cho bạn biết chính xác khi nào bắt đầu chuẩn bị ruột. Bạn sẽ bắt đầu ít nhất 3 ngày trước cuộc hẹn mô phỏng.

- Uống 1 muỗng bột methylcellulose mỗi ngày. Hòa tan trong chất lỏng theo hướng dẫn trên bao bì.
- Uống 2 (125 mg) viên simethicone vào đêm trước các cuộc hẹn mô phỏng và điều trị.
- Uống 2 viên simethicone (125 mg) khoảng 2 giờ trước các cuộc hẹn mô phỏng và điều trị.

## **Hướng dẫn chế độ ăn uống để giảm thiểu đầy hơi**

Trong quá trình xạ trị, khí hoặc chất lỏng có thể tích tụ trong ruột và gây đầy hơi. Khi ruột bị đầy hơi, hơi có thể lan rộng đến vùng điều trị và tiếp xúc với bức xạ. Điều này có thể gây ra tác dụng phụ hoặc khiến cho tác dụng phụ tồi tệ hơn.

Làm theo hướng dẫn dưới đây để giảm nguy cơ đầy hơi trong quá trình xạ trị. Tốt nhất là bắt đầu 2 đến 3 ngày trước khi làm mô phỏng và tiếp tục cho đến khi bạn

hoàn thành xạ trị.

- Nhai kỹ thức ăn.
- Hạn chế hoặc tránh các loại thực phẩm giải phóng khí khi chúng được tiêu hóa, chẳng hạn như:
  - Măng tây
  - Bia
  - Bông cải xanh
  - Cải Brussels
  - Bắp cải
  - Súp lơ
  - Ngô
  - Đậu khô, đậu Hà Lan và các loại đậu khác
  - Tỏi
  - Tỏi tây
  - Sữa và các sản phẩm từ sữa khác có lactose (nếu bạn không dung nạp lactose)
  - Hành
  - Mận khô
- Tránh đồ uống có ga, chẳng hạn như soda và nước sủi bọt.
- Hạn chế hoặc tránh các loại rượu đường, chẳng hạn như xylitol, sorbitol và mannitol. Thực phẩm không đường thường có rượu đường. Nếu bạn không chắc chắn, hãy kiểm tra danh sách thành phần trên nhãn Dữ liệu dinh dưỡng của thực phẩm.
- Chọn rau nấu chín thay vì rau sống.
- Tùy thuộc vào các triệu chứng, nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có thể yêu cầu bạn ăn chất xơ nhiều hơn hoặc ít hơn. Hãy làm theo hướng dẫn của họ.

Nếu bạn bị đầy hơi, việc ghi lại thực phẩm có thể giúp bạn xem loại thực phẩm nào có thể gây ra đầy hơi. Viết ra thức ăn và đồ uống của bạn, thời gian bạn dùng thực phẩm và thời gian bạn bắt đầu cảm thấy đầy hơi. Mang nhật ký thực phẩm của bạn đến các cuộc hẹn. Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe sẽ sử dụng nhật ký này để giúp bạn kiểm soát sự đầy hơi.

Một chuyên gia dinh dưỡng lâm sàng có thể nói chuyện với bạn về chế độ ăn uống và giúp bạn thiết kế một kế hoạch ăn uống đáp ứng nhu cầu của bạn. Nếu bạn

muốn gặp một chuyên gia dinh dưỡng lâm sàng, hãy hỏi bác sĩ ung thư xạ trị hoặc y tá của bạn để được giới thiệu.

## **Cuộc hẹn mô phỏng**

Hãy nhớ uống 2 (125 mg) viên simethicone vào đêm trước cuộc hẹn mô phỏng.

Vào ngày mô phỏng:

- Lấy 1 muỗng bột methylcellulose như bình thường.
- Sử dụng thuốc xổ nước muối 3 giờ trước khi mô phỏng. Làm theo hướng dẫn trên hộp.
- Uống 2 (125 mg) viên simethicone khoảng 2 giờ trước cuộc hẹn.
- Dùng thuốc thông thường của bạn.

Trong quá trình mô phỏng, bạn sẽ ở một vị trí trong một thời gian dài. Nếu bạn nghĩ rằng việc này sẽ khó khăn cho bạn, hãy dùng acetaminophen (Tylenol®) hoặc thuốc giảm đau thông thường của bạn 1 giờ trước cuộc hẹn.

## **Tháo bỏ thiết bị khỏi da của bạn**

Bạn có thể đeo một số thiết bị trên da. Trước khi thực hiện thủ thuật mô phỏng hoặc điều trị, nhà sản xuất thiết bị khuyến nghị bạn tháo bỏ:

- Theo dõi đường huyết liên tục (CGM)
- Bơm insulin

Nếu bạn sử dụng một trong những thiết bị này, hãy hỏi bác sĩ ung thư xạ trị xem bạn có cần phải tháo bỏ thiết bị không. Nếu phải tháo bỏ thiết bị, hãy chắc chắn mang theo một thiết bị bổ sung để đeo lại sau khi mô phỏng hoặc điều trị.

Bạn có thể không chắc chắn làm thế nào để kiểm soát glucose (lượng đường trong máu) khi thiết bị không được đeo trên da. Nếu vậy, trước cuộc hẹn của bạn, hãy trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe, là bên quản lý dịch vụ chăm sóc bệnh tiểu đường của bạn.

## **Những gì cần mong đợi khi bạn đến**

Một thành viên của nhóm xạ trị sẽ kiểm tra bạn khi bạn đến. Bác sĩ xạ trị sẽ chào đón bạn và chụp ảnh khuôn mặt bạn. Hình ảnh này sẽ được sử dụng để nhận dạng bạn trong suốt quá trình điều trị. Họ cũng sẽ xem lại những gì cần mong đợi trong quá trình mô phỏng.

Nếu bạn chưa ký vào biểu mẫu chấp thuận, bác sĩ ung thư xạ trị của bạn sẽ xem lại biểu mẫu này cùng với bạn. Họ sẽ cho bạn thời gian để đặt câu hỏi. Khi đã trả lời được các câu hỏi của bạn, họ sẽ yêu cầu bạn ký.

Bác sĩ xạ trị cũng có thể yêu cầu bạn uống nước để bàng quang đầy trước khi mô phỏng. Họ sẽ cho bạn biết uống bao nhiêu. Khi bàng quang đầy thoải mái và ruột rỗng, điều đó sẽ giúp dịch chuyển các mô khỏe mạnh của bạn ra khỏi các chùm bức xạ. Điều này giúp giảm nguy cơ tác dụng phụ.

Khi đến giờ làm mô phỏng, bạn sẽ thay sang áo choàng bệnh viện. Bạn vẫn đi giày.

## **Những gì cần mong đợi trong quá trình mô phỏng**

Khi bạn đã sẵn sàng, bác sĩ xạ trị sẽ giúp bạn nằm ngửa trên bàn mô phỏng. Họ sẽ giúp bạn vào đúng vị trí để mô phỏng.

Bàn sẽ có một tấm trên đó, nhưng tấm này cứng và không có đệm. Nếu bạn chưa dùng thuốc giảm đau và nghĩ rằng bạn có thể cần thuốc, hãy nói với bác sĩ xạ trị trước khi bắt đầu mô phỏng. Ngoài ra, phòng thường mát mẻ. Nếu bạn cảm thấy không thoải mái bất cứ lúc nào, hãy nói với bác sĩ xạ trị của bạn. Họ sẽ làm mọi thứ có thể để đảm bảo bạn cảm thấy thoải mái và có sự riêng tư.

Trong suốt quá trình làm mô phỏng, bạn sẽ cảm thấy bàn di chuyển sang các vị trí khác nhau. Đèn trong phòng sẽ bật và tắt. Bạn cũng sẽ thấy đèn laser màu đỏ hoặc xanh lá cây trên mỗi bức tường. Bác sĩ xạ trị sử dụng chúng làm hướng dẫn khi họ đặt bạn trên bàn. **Không nhìn thẳng vào tia laser.** Nếu bạn làm như vậy, mắt của bạn có thể bị hỏng.

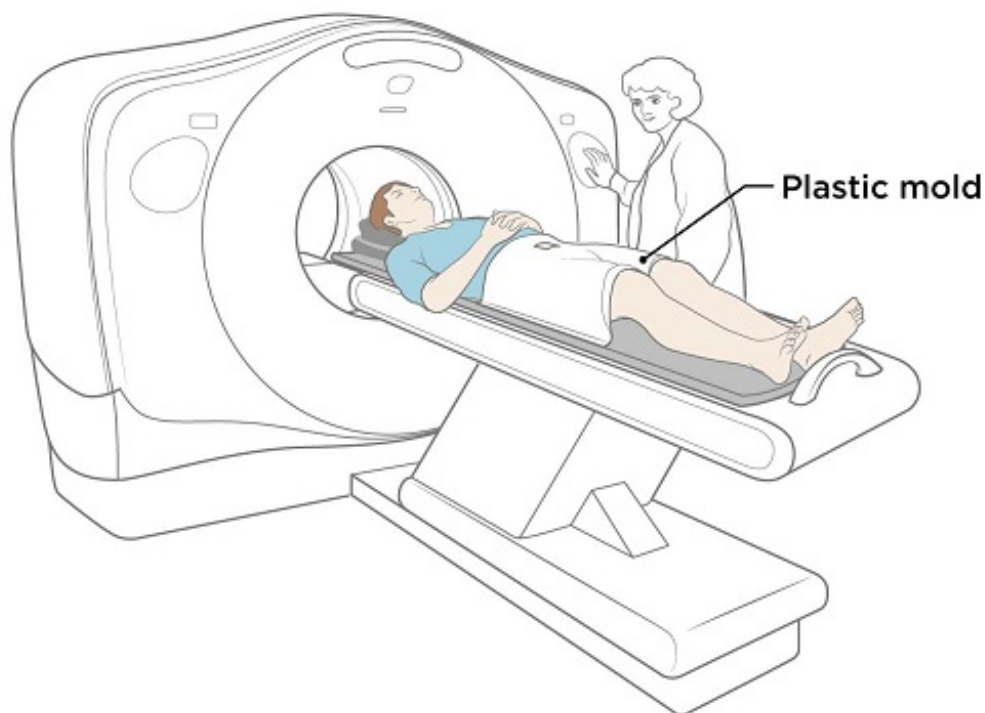
Không di chuyển khi mô phỏng của bạn bắt đầu. Điều quan trọng là bạn phải duy trì ở cùng một vị trí. Nếu bạn không thoải mái hoặc cần giúp đỡ, hãy nói với bác sĩ xạ trị của bạn. Họ sẽ bước vào và ra khỏi phòng, nhưng sẽ luôn có ai đó có thể nhìn thấy và nghe thấy bạn.



Mô phỏng sẽ mất khoảng 2 giờ nhưng có thể ngắn hơn hoặc lâu hơn tùy thuộc vào điều trị cụ thể của bạn. Bác sĩ xạ trị có thể phát nhạc cho bạn để giúp giết thời gian. Bạn cũng sẽ nghe thấy các bác sĩ xạ trị nói chuyện với nhau khi họ làm việc. Họ sẽ cho bạn biết về những gì họ đang làm.

## Quét hình ảnh

Bạn sẽ được quét hình ảnh của khu vực điều trị trong khi nằm ở vị trí điều trị (xem Hình 1). Nhóm chăm sóc sẽ thấy các đánh dấu fiducial trong tuyến tiền liệt của bạn trên những hình ảnh này. Việc quét hình ảnh có thể được thực hiện trên máy X-quang được gọi là máy mô phỏng hoặc trên máy chụp CT.



Hình 1. Máy chụp cắt lớp vi tính (CT)

Những lần quét này chỉ được sử dụng để lập bản đồ điều trị của bạn. **Chúng không được sử dụng để chẩn đoán hoặc tìm khối u.** Nếu bạn cần các xử lý hình ảnh khác, y tá sẽ giải thích điều này cho bạn.

Quá trình quét của bạn sẽ mất khoảng 45 phút. Bạn sẽ nghe thấy tiếng máy bật và tắt. Ngay cả khi tiếng ồn có vẻ lớn, bác sĩ xạ trị sẽ có thể nghe thấy bạn nếu bạn nói chuyện với họ.

## Chụp cộng hưởng từ (MRI)

Bác sĩ có thể yêu cầu chụp MRI vào ngày làm mô phỏng. Bạn sẽ nằm trên một chiếc bàn phẳng tại chỗ trên xương chậu của bạn với khuôn được tạo ra trong quá trình mô phỏng.

### **Đánh dấu trên da (hình xăm)**

Bác sĩ trị liệu sẽ sử dụng một vết đánh dấu bằng bút dạ để vẽ trên da của bạn trong khu vực điều trị. Sau đó, họ sẽ thực hiện khoảng 4 đến 6 hình xăm bằng kim sạch và một giọt mực. Mỗi hình xăm sẽ cảm thấy như một vết châm kim. Hình xăm sẽ không lớn hơn đầu của một chiếc ghim.

Sau khi họ thực hiện các hình xăm, các bác sĩ xạ trị sẽ chụp một vài bức ảnh của bạn ở vị trí mô phỏng của bạn. Họ sẽ sử dụng các bức ảnh và hình xăm để đặt bạn chính xác trên bàn vào mỗi ngày điều trị.

Bạn có thể rửa sạch các vết đánh dấu bằng bút dạ sau khi mô phỏng. Các hình xăm là **vĩnh viễn**. Chúng sẽ không thể rửa sạch. Nếu bạn lo lắng về việc có hình xăm trong quá trình điều trị bức xạ, hãy nói chuyện với bác sĩ ung thư xạ trị của bạn.

### **Lên lịch điều trị IG-IMRT của bạn**

Bạn sẽ lên lịch các cuộc hẹn điều trị trước khi rời khỏi cuộc hẹn mô phỏng. Các buổi xạ trị có thể được lập lịch từ thứ Hai đến thứ Sáu. Bạn sẽ được điều trị trong khoảng 5 tuần. Mỗi cuộc hẹn điều trị sẽ mất khoảng 30 đến 60 phút.

Điều quan trọng là phải đến mỗi ngày bạn được lên lịch điều trị. Việc điều trị của bạn có thể không hiệu quả nếu bạn bỏ qua hoặc bỏ lỡ các cuộc hẹn. Nếu bạn không thể đến để điều trị vì bất kỳ lý do gì, hãy gọi cho văn phòng bác sĩ ung thư xạ trị của bạn. Nếu bạn cần thay đổi lịch điều trị vì bất kỳ lý do gì, hãy nói chuyện với bác sĩ xạ trị của bạn.

### **Lập kế hoạch điều trị IG-IMRT**

Giữa buổi mô phỏng và lần điều trị đầu tiên, bác sĩ ung thư xạ trị sẽ làm việc với một nhóm để lập kế hoạch điều trị cho bạn. Họ sẽ sử dụng quét hình ảnh mô phỏng của bạn để lập kế hoạch cẩn thận và kiểm tra các góc và hình dạng của chùm bức xạ. Họ cũng sẽ tìm ra liều lượng bức xạ bạn sẽ nhận được. Quá trình này

có thể mất đến 2 tuần.

Phác đồ điều trị cho bạn dựa trên hình dạng và kích thước cơ thể của bạn tại thời điểm mô phỏng. Cố gắng giữ cân nặng của bạn trong phạm vi 5 đến 10 pound (2,3 đến 4,5 kg) so với cân nặng thông thường của bạn. Điều này giúp đảm bảo kế hoạch điều trị bức xạ của bạn vẫn chính xác.

## **Điều gì xảy ra trong quá trình điều trị IG-IMRT cho tuyến tiền liệt của bạn**

### **Vitamin và thực phẩm chức năng trong quá trình xạ trị**

Bạn có thể dùng vitamin tổng hợp trong quá trình xạ trị. Không dùng nhiều hơn lượng vitamin hoặc khoáng chất được khuyến nghị hàng ngày (RDA).

Không dùng bất kỳ thực phẩm chức năng nào khác nếu chưa trao đổi với một thành viên trong nhóm chăm sóc của bạn. Vitamin, khoáng chất và thảo dược hoặc thực phẩm chức năng dạng thực vật (dựa trên thực vật) là những ví dụ về thực phẩm chức năng.

### **Chuẩn bị ruột**

- Tiếp tục dùng 1 muỗng bột methylcellulose mỗi ngày cho đến khi bạn hoàn thành IG-IMRT.
- Uống 2 (125 mg) viên simethicone vào đêm trước mỗi cuộc hẹn điều trị của bạn.
- Uống 2 (125 mg) viên simethicone khoảng 2 giờ trước mỗi cuộc hẹn điều trị của bạn.

Nếu nhóm chăm sóc của bạn cung cấp cho bạn các hướng dẫn khác, hãy làm theo những hướng dẫn đó.

### **Các cuộc hẹn điều trị**

Làm thủ tục đăng ký tại quầy lễ tân và ngồi đợi trong phòng chờ. Khi bác sĩ xạ trị

đã sẵn sàng cho bạn, một nhân viên sẽ đưa bạn đến phòng thay đồ. Họ sẽ cung cấp cho bạn một chiếc áo choàng bệnh viện để thay. Bạn vẫn đi giày.

Nhiều người sẽ cần phải có bàng quang đầy để thực hiện điều trị. Nếu như vậy, bác sĩ xạ trị sẽ cho bạn biết nên uống bao nhiêu nước và khi nào bắt đầu uống.

## **Thủ tục thiết lập**

Bạn sẽ có một quy trình thiết lập trước lần điều trị đầu tiên. Một số người có quy trình thiết lập và buổi điều trị đầu tiên trong cùng ngày. Nếu như vậy, cuộc hẹn của bạn sẽ mất nhiều thời gian hơn bình thường một chút. Những người khác có quy trình thiết lập và buổi điều trị đầu tiên vào những ngày khác nhau. Nhóm chăm sóc của bạn sẽ cho bạn biết những gì cần mong đợi.

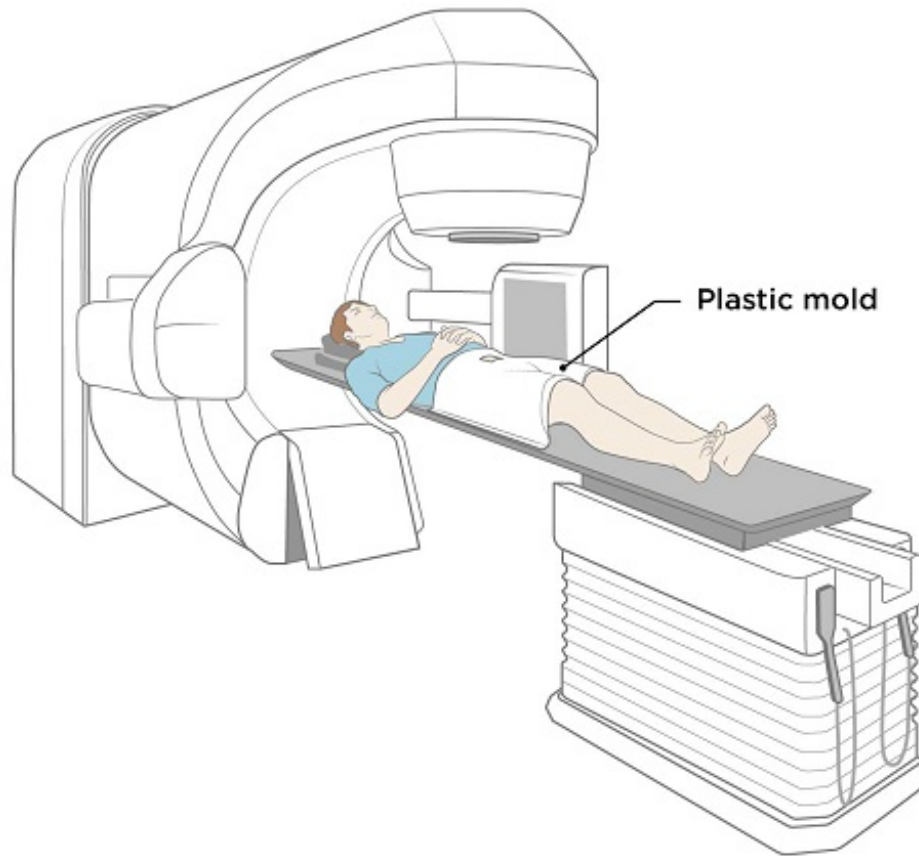
Đối với quy trình thiết lập của bạn, bác sĩ xạ trị sẽ đưa bạn đến phòng nơi bạn sẽ được điều trị. Họ sẽ giúp bạn nằm trên bàn điều trị và vào vị trí của bạn. Đây sẽ là cùng vị trí như trong quá trình mô phỏng của bạn.

Khi bạn ở vị trí của mình, bạn sẽ có các bản quét hình ảnh đặc biệt (chụp X-quang hoặc CT) được gọi là phim chùm tia. Chúng được thực hiện để đảm bảo vị trí của bạn và khu vực điều trị là chính xác. Các đánh dấu fiducial trong tuyến tiền liệt của bạn sẽ hiển thị trên các phim chùm tia và sẽ giúp chúng tôi định vị bạn một cách chính xác.

Các màng chùm tia sẽ được lặp lại trong suốt quá trình điều trị của bạn. Chúng không được sử dụng để xem khối u của bạn đáp ứng với điều trị như thế nào.

## **Trong quá trình điều trị IG-IMRT của bạn**

Bác sĩ xạ trị sẽ đưa bạn vào phòng điều trị. Họ sẽ giúp bạn nằm trên bàn và vào vị trí của bạn (xem Hình 2). Đây sẽ là cùng vị trí như trong quy trình mô phỏng và thiết lập của bạn.



Hình 2. Trong quá trình điều trị

Khi bạn đã ở đúng vị trí, bác sĩ xạ trị sẽ rời khỏi phòng, đóng cửa và bắt đầu điều trị. Họ sẽ chụp phim chùm tia để đảm bảo bạn đang ở đúng vị trí. Bác sĩ ung thư xạ trị có thể sử dụng chúng để điều chỉnh việc điều trị cho bạn.

Bạn sẽ không nhìn thấy hoặc cảm thấy bức xạ. Bạn có thể nghe thấy máy di chuyển xung quanh bạn, bật và tắt.

Bạn sẽ ở trong phòng điều trị từ 15 đến 45 phút, tùy thuộc vào kế hoạch điều trị của bạn. Phần lớn thời gian này sẽ được dành để đưa bạn vào đúng vị trí. Việc điều trị IG-IMRT chỉ mất khoảng 10 đến 15 phút.

**Thở bình thường trong quá trình điều trị, nhưng không di chuyển.** Nếu bạn không thoải mái và cần giúp đỡ, hãy nói với bác sĩ xạ trị của bạn. Họ có thể nhìn thấy và nghe thấy bạn. Họ có thể tắt máy và đến gặp bạn bất cứ lúc nào, nếu cần.

Bạn sẽ không bị nhiễm phóng xạ trong hoặc sau khi điều trị. Sẽ an toàn khi bạn ở

gần người khác.

## **Thăm khám kiểm tra tình trạng**

Bác sĩ ung thư xạ trị và y tá sẽ gặp bạn mỗi tuần. Họ sẽ kiểm tra việc điều trị của bạn diễn ra như thế nào, hỏi về bất kỳ tác dụng phụ nào bạn đang gặp phải và trả lời câu hỏi của bạn. Đây được gọi là thăm khám kiểm tra tình trạng. Lên kế hoạch đến cuộc hẹn của bạn thêm khoảng 1 giờ vào những ngày đó.

Lần thăm khám kiểm tra tình trạng của bạn sẽ diễn ra trước hoặc sau mỗi lần điều trị \_\_\_\_\_.

Nếu bạn cần nói chuyện với bác sĩ ung thư xạ trị hoặc y tá giữa các lần thăm khám kiểm tra tình trạng, hãy gọi cho văn phòng bác sĩ ung thư xạ trị của bạn. Bạn cũng có thể yêu cầu một thành viên khác trong nhóm chăm sóc liên hệ với họ khi bạn đến điều trị.

## **Tác dụng phụ của IG-IMRT đối với tuyến tiền liệt của bạn**

Một số người có tác dụng phụ do xạ trị. Phần này liệt kê các tác dụng phụ phổ biến nhất của IG-IMRT đối với tuyến tiền liệt.

Bạn có thể có tất cả, một số, hoặc không có tác dụng phụ nào. Trải nghiệm của mỗi người là khác nhau. Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của bạn sẽ nói chuyện với bạn về những gì cần mong đợi dựa trên lịch sử y tế và kế hoạch điều trị của bạn.

Điều quan trọng là phải cho chúng tôi biết nếu bạn có tác dụng phụ và cập nhật cho chúng tôi thông tin về tình trạng của bạn đang diễn ra như thế nào. Chúng tôi có thể cung cấp cho bạn thêm thông tin và giúp bạn kiểm soát chúng.

## **Thay đổi tiết niệu**

Khoảng 2 tuần sau lần điều trị đầu tiên, bạn có thể:

- Gặp khó khăn khi bắt đầu đi tiểu.

- Cần đi tiểu thường xuyên hơn bình thường.
- Cần đi tiểu vào ban đêm thường xuyên hơn bình thường.
- Có nhu cầu đi tiểu đột ngột.
- Đi tiểu bị són.
- Cảm thấy nóng rát khi đi tiểu.

Nói với bác sĩ ung thư xạ trị hoặc y tá của bạn nếu bạn có bất kỳ thay đổi nào về tiết niệu. Họ có thể đề nghị thay đổi chế độ ăn uống của bạn hoặc kê toa thuốc có thể giúp ích. Bạn cũng có thể thử làm theo các hướng dẫn bên dưới.

- Uống 6 đến 8 (8 ounce) cốc nước trong suốt cả ngày.
- Tránh uống sau 8 giờ tối.
- Tránh các loại thực phẩm và đồ uống có thể gây kích ứng bàng quang, chẳng hạn như:
  - Caffeine, chẳng hạn như trà, cà phê và soda.
  - Rượu.
  - Thực phẩm và đồ uống có tính axit, chẳng hạn như cà chua, trái cây họ cam quýt và nước trái cây, và đồ uống có ga.
  - Đồ ăn cay, đặc biệt là nếu bạn cảm thấy nóng rát khi đi tiểu.
- Thực hiện các bài tập cơ sàn chậu (Kegel). Đọc *Pelvic Floor Muscle (Kegel) Exercises for Males* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-males](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-males)) để tìm hiểu thêm. Một thành viên trong nhóm chăm sóc của bạn sẽ cho bạn biết cần làm bao nhiêu việc và tần suất thực hiện.

Để tìm hiểu thêm về cách kiểm soát thay đổi tiết niệu, hãy đọc *Improving Your Urinary Continence* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/improving-your-urinary-continence](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/improving-your-urinary-continence)).

## Thay đổi về ruột

Khoảng 2 tuần sau lần điều trị đầu tiên, bạn có thể:

- Đi tiêu (phân) thường xuyên hơn bình thường.
- Phân mềm hơn bình thường.
- Cảm thấy khó chịu ở trực tràng.
- Có dịch nhầy từ hậu môn. Hậu môn là chỗ mở của trực tràng, nơi phân rời khỏi cơ thể bạn.
- Có một lượng nhỏ máu chảy ra từ trực tràng của bạn. Ví dụ: bạn có thể thấy máu đỏ tươi trên giấy vệ sinh hoặc phân.
- Khí thoát ra nhiều hơn bình thường.
- Cảm thấy như bạn cần phải đi tiêu khẩn cấp hơn bình thường.

Nếu bạn bị bệnh trĩ, xạ trị cũng có thể làm cho các triệu chứng bệnh trĩ tồi tệ hơn.

Những triệu chứng này thường nhẹ.

Nếu bạn gặp phải bất kỳ tác dụng phụ nào trong số này, hãy nói với y tá xạ trị của bạn. Họ có thể nói chuyện với bạn về cách bạn có thể thay đổi chế độ ăn uống để kiểm soát triệu chứng. Nếu bạn thấy vẫn không thoải mái, hãy nói với bác sĩ ung thư xạ trị hoặc y tá của bạn. Bác sĩ ung thư xạ trị của bạn có thể kê toa thuốc để giúp đỡ.

## **Sức khỏe sinh sản và tình dục**

Bạn có thể hoạt động tình dục trong thời gian xạ trị, trừ khi bác sĩ ung thư xạ trị có hướng dẫn khác. Bạn sẽ không bị nhiễm phóng xạ hoặc truyền bức xạ cho bất kỳ ai khác. Sẽ an toàn khi tiếp xúc gần với người khác.

Bạn có thể cảm thấy khó chịu hoặc cảm thấy nóng rát trong quá trình xuất tinh. Đối với hầu hết mọi người, điều này sẽ biến mất từ 1 đến 2 tháng sau khi kết thúc xạ trị.

Nếu bạn có quan hệ tình dục với người có thể mang thai, bạn phải sử dụng biện pháp tránh thai trong khi điều trị và 1 năm sau đó. Trong quá trình xạ trị, tinh trùng của bạn có thể bị tổn thương do bức xạ. Nếu bạn thụ thai một em bé với tinh trùng này, em bé có thể bị dị tật bẩm sinh. Sử dụng biện pháp tránh thai giúp ngăn



ngừa điều này.

Để tìm hiểu thêm về sức khỏe tình dục trong quá trình điều trị ung thư, hãy đọc *Sex and Your Cancer Treatment* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/sex-cancer-treatment](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/sex-cancer-treatment)). Hiệp hội Ung thư Hoa Kỳ cũng có tài liệu về các vấn đề sức khỏe tình dục trong quá trình điều trị ung thư. Nội dung dành cho nam giới được gọi là *Tình dục và nam giới trưởng thành bị ung thư*. Bạn có thể tìm kiếm thông tin này tại [www.cancer.org](http://www.cancer.org) hoặc gọi 800-227-2345 để yêu cầu bản sao.

## **Chương trình Y học Sinh sản và Tình dục Nam giới**

**Chương trình Y học Sinh sản và Tình dục Nam giới** của MSK giúp mọi người giải quyết vấn đề bệnh tật và tác động của việc điều trị đối với sức khỏe tình dục của họ. Bạn có thể gặp bác sĩ chuyên khoa trước, trong hoặc sau khi điều trị. Chúng tôi có thể giới thiệu cho bạn, hoặc bạn có thể gọi 646-888-6024 để đặt một cuộc hẹn.

## **Mệt mỏi**

Mệt mỏi là khi cảm thấy rất mệt hoặc yếu. Khi cảm thấy mệt mỏi, bạn có thể không muốn làm mọi thứ. Bạn có thể gặp khó khăn trong việc tập trung, cảm thấy chậm chạp hoặc có ít năng lượng hơn bình thường.

Bạn có thể bắt đầu cảm thấy mệt mỏi sau 2 đến 3 tuần điều trị. Cảm giác này thể dao động từ nhẹ (không tệ) đến nặng (rất tệ). Cảm giác này có thể tồi tệ hơn vào một số thời điểm nhất định trong ngày. Mệt mỏi có thể kéo dài 6 tuần đến 12 tháng sau lần điều trị cuối cùng.

Có rất nhiều lý do khiến bạn có thể cảm thấy mệt mỏi trong quá trình xạ trị. Chúng bao gồm:

- Tác động của bức xạ đối với cơ thể bạn.
- Di chuyển đến và đi từ các cuộc hẹn điều trị của bạn.
- Ngủ không đủ giấc vào ban đêm.
- Không nhận đủ protein và calo.
- Bị đau hoặc các triệu chứng khác.
- Cảm thấy lo âu (hồi hộp) hoặc chán nản (không vui).

- Tác dụng phụ của một số loại thuốc.

## Những cách kiểm soát sự mệt mỏi

- Nếu bạn đang làm việc và cảm thấy khỏe, bạn có thể tiếp tục làm việc. Nhưng làm việc ít hơn có thể giúp bạn có nhiều năng lượng hơn.
- Lập kế hoạch cho các hoạt động hàng ngày. Chọn những việc bạn cần hoặc thực sự muốn làm. Làm những việc này khi bạn có nhiều năng lượng nhất. Ví dụ, bạn có thể chọn đi làm nhưng không làm việc nhà. Bạn có thể chọn trông con sau giờ học của con bạn nhưng không ra ngoài ăn tối.
- Lên kế hoạch thời gian để nghỉ ngơi hoặc ngủ trưa ngắn (10 đến 15 phút) trong ngày, đặc biệt là khi bạn cảm thấy mệt mỏi hơn.
- Cố gắng ngủ ít nhất 8 giờ mỗi đêm. Bạn có thể ngủ nhiều hơn mức cần thiết trước khi bắt đầu xạ trị. Bạn có thể thấy hữu ích khi:
  - Đi ngủ sớm hơn và dậy muộn hơn.
  - Duy trì hoạt động trong ngày. Ví dụ, nếu bạn có thể tập thể dục, bạn có thể đi dạo hoặc tập yoga.
  - Thư giãn trước khi đi ngủ. Ví dụ, đọc một cuốn sách, giải đố, nghe nhạc hoặc làm một sở thích làm dịu khác.
- Nhờ gia đình và bạn bè giúp đỡ công việc nhà và việc vặt. Kiểm tra với công ty bảo hiểm sức khỏe để xem họ có chi trả cho các dịch vụ chăm sóc tại nhà hay không.
- Bạn có thể có nhiều năng lượng hơn khi tập thể dục. Hãy hỏi bác sĩ ung thư bức xạ của bạn xem bạn có thể tập thể dục nhẹ hay không, chẳng hạn như đi bộ, đi xe đạp, giãn cơ hoặc yoga. Đọc *Managing Cancer-Related Fatigue with Exercise* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/managing-cancer-related-fatigue-exercise](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/managing-cancer-related-fatigue-exercise)) để tìm hiểu thêm.
- Ăn thực phẩm giàu protein và calo. Đọc *Eating Well During Your Cancer Treatment* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment)) để tìm hiểu thêm.

Một số tình trạng có thể làm cho sự mệt mỏi của bạn tồi tệ hơn. Ví dụ như:

- Cơ đau
- Buồn nôn (cảm giác như bạn sắp nôn)
- Tiêu chảy (phân lỏng hoặc chảy nước)
- Khó ngủ
- Cảm thấy chán nản hoặc lo âu

Nếu bạn có những triệu chứng này hoặc bất kỳ triệu chứng hoặc tác dụng phụ nào khác, hãy hỏi bác sĩ ung thư xạ trị hoặc y tá của bạn để được giúp đỡ.

## **Sức khỏe cảm xúc**

Chẩn đoán và điều trị ung thư có thể rất căng thẳng và quá sức. Bạn có thể cảm thấy:

- Lo lắng hoặc hồi hộp
- Trầm cảm
- Tê liệt
- Sợ hãi
- Bất lực
- Không chắc chắn
- Cô đơn
- Nản lòng
- Lo nghĩ
- Bực bội

Bạn cũng có thể lo lắng về việc nói với công ty của bạn rằng bạn bị ung thư hoặc về việc thanh toán các hóa đơn y tế. Bạn có thể lo lắng về việc các mối quan hệ gia đình của mình có thể thay đổi như thế nào, hoặc ung thư sẽ quay trở lại. Bạn có thể lo lắng về việc điều trị ung thư sẽ ảnh hưởng đến cơ thể bạn như thế nào, hoặc liệu bạn vẫn còn hấp dẫn về tình dục không.

Lo lắng về tất cả những điều này là điều bình thường. Tất cả những loại cảm giác này là bình thường khi bạn hoặc người bạn yêu thương mắc bệnh hiểm nghèo. Chúng tôi ở đây để hỗ trợ bạn.

## **Cách đối phó với cảm xúc của bạn**

Hãy nói chuyện với người khác. Khi mọi người cố gắng bảo vệ nhau bằng cách che giấu cảm xúc của mình, họ có thể cảm thấy rất cô đơn. Trò chuyện có thể giúp những người xung quanh bạn biết bạn đang nghĩ gì. Có thể hữu ích khi nói về cảm xúc của bạn với người mà bạn tin tưởng. Ví dụ, bạn có thể nói chuyện với vợ/chồng

hoặc người bạn đời của mình, một người bạn thân, hoặc một thành viên trong gia đình. Bạn cũng có thể nói chuyện cha tuyền úy (cố vấn về tâm linh), y tá, nhân viên xã hội hoặc bác sĩ tâm lý.

**Tham gia một nhóm hỗ trợ.** Gặp gỡ những người khác bị ung thư sẽ giúp bạn có cơ hội nói về cảm xúc của mình và học hỏi từ người khác. Bạn có thể tìm hiểu cách người khác đối phó với bệnh ung thư và cách điều trị của họ, và sẽ thấy rằng mình không đơn độc.

Chúng tôi biết rằng tất cả các chẩn đoán ung thư và những người bị ung thư không giống nhau. Chúng tôi cung cấp các nhóm hỗ trợ cho những người có chung chẩn đoán hoặc nhận dạng giới tính. Ví dụ: bạn có thể tham gia nhóm hỗ trợ cho những người bị ung thư vú hoặc cho những người LGBTQ+ bị ung thư. Để tìm hiểu thêm về các nhóm hỗ trợ của MSK, vui lòng truy cập [www.msk.org/vp](http://www.msk.org/vp). Bạn cũng có thể nói chuyện với bác sĩ ung thư xạ trị, y tá hoặc nhân viên xã hội.

**Hãy thử thư giãn và thiền định.** Những loại hoạt động này có thể giúp bạn cảm thấy thư thái và bình tĩnh. Bạn có thể thử nghĩ mình đang ở một nơi yêu thích. Trong khi ở đó, hãy thở chậm. Chú ý đến từng hơi thở hoặc nghe nhạc hoặc âm thanh nhẹ nhàng. Đối với một số người, cầu nguyện là một hình thức thiền định khác. Truy cập [www.msk.org/meditations](http://www.msk.org/meditations) để tìm các bài hướng dẫn về thiền do các nhà cung cấp Y học Tích hợp của chúng tôi hướng dẫn.

**Tập thể dục.** Nhiều người nhận thấy rằng hoạt động nhẹ nhàng như đi bộ, đi xe đạp, yoga hoặc thể dục nhịp điệu dưới nước giúp họ cảm thấy tốt hơn. Nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe về các loại bài tập thể dục bạn có thể thực hiện.

Tất cả chúng ta đều có cách riêng để đối phó với những tình huống khó khăn. Nói chung, chúng ta sử dụng bất cứ thứ gì đã có hiệu quả cho chúng ta trong quá khứ. Nhưng đôi khi điều này là không đủ. Chúng tôi khuyến khích bạn nói chuyện với bác sĩ, y tá hoặc nhân viên xã hội về những lo lắng của mình.

## **Sau khi điều trị IG-IMRT cho tuyến tiền liệt của bạn**

Nếu bạn có quan hệ tình dục với người có thể mang thai, hãy nhớ sử dụng biện pháp tránh thai trong 1 năm sau khi kết thúc xạ trị.

## **Các cuộc hẹn tiếp theo**

Điều quan trọng là phải đến tất cả các cuộc hẹn tiếp theo với bác sĩ ung thư xạ trị của bạn. Trong những cuộc hẹn này, họ sẽ kiểm tra xem bạn đang phục hồi như thế nào sau xạ trị.

Viết ra các câu hỏi và mối quan tâm của bạn trước các cuộc hẹn tiếp theo. Mang theo thông tin này và danh sách tất cả các loại thuốc của bạn. Bạn cũng có thể gọi cho bác sĩ ung thư xạ trị hoặc y tá bất cứ lúc nào sau khi bạn kết thúc xạ trị hoặc giữa các cuộc hẹn tái khám.

## **Vitamin và thực phẩm chức năng sau khi xạ trị**

- Bạn có thể nhận được các phương pháp điều trị ung thư khác cùng với xạ trị. Nếu như vậy, hãy hỏi bác sĩ quản lý phương pháp điều trị đó khi nào thì an toàn để bắt đầu dùng lại thực phẩm chức năng. Một số thực phẩm chức năng không an toàn để dùng trước khi phẫu thuật hoặc trong khi hóa trị.
- Nếu bạn không nhận được các phương pháp điều trị ung thư khác, bạn có thể bắt đầu dùng lại thực phẩm chức năng 1 tháng sau lần xạ trị cuối cùng.

Nếu bạn muốn nói chuyện với một chuyên gia dinh dưỡng lâm sàng về chế độ ăn uống hoặc thực phẩm chức năng, hãy nói với y tá xạ trị của bạn.

## **Thay đổi tiết niệu và ruột**

Một số người có các tác dụng phụ lúc 4 tháng hoặc lâu hơn sau khi điều trị. Những triệu chứng này có thể tương tự như những gì bạn đã gặp trong quá trình điều trị. Có một cơ hội rất nhỏ là bạn có thể gặp phải các tác dụng phụ khác. Ví dụ:

- Lỗ hở bàng quang của bạn có thể trở nên hẹp hơn.
- Bạn có thể thấy máu trong nước tiểu.
- Bạn có thể bị chảy máu từ trực tràng.

Những tác dụng phụ này rất hiếm khi xảy ra. Chúng có thể xuất hiện và biến mất

theo thời gian. Hoặc, chúng có thể dai dẳng và mạn tính. Nhóm chăm sóc của bạn sẽ giúp bạn kiểm soát chúng.

Ngay cả khi bạn không gặp phải bất kỳ tác dụng phụ muộn nào, hãy nhớ rằng xạ trị đã ảnh hưởng đến các mô trong bàng quang và trực tràng của bạn. Gọi cho bác sĩ ung thư xạ trị nếu bạn:

- Có bất kỳ triệu chứng mới nào với tiết niệu, bàng quang hoặc ruột.
- Cần phải nội soi đại tràng. Tránh nội soi đại tràng trong năm đầu tiên sau khi điều trị.
- Cần bất kỳ loại thủ tục tiết niệu hoặc trực tràng nào.

## Thay đổi tình dục

Một số người có những thay đổi tình dục sau khi kết thúc điều trị. Ví dụ:

- Có thể khó khăn hơn hoặc không thể có hoặc giữ được sự cương cứng. Đây được gọi là rối loạn cương dương (ED).
- Cực khoái của bạn có thể cảm thấy khác.
- Khi bạn xuất tinh, số lượng hoặc độ dày của tinh dịch có thể khác.

Những thay đổi này có thể xảy ra nhiều tháng hoặc thậm chí nhiều năm sau khi xạ trị. Nếu nhận thấy bất kỳ triệu chứng nào trong số này, hãy nói với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của bạn. Họ có thể giới thiệu bạn đến một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe điều trị những vấn đề này.

## Dịch vụ hỗ trợ MSK

Trung tâm Tư vấn

[www.msk.org/counseling](http://www.msk.org/counseling)

646-888-0200

Nhiều người thấy việc tư vấn có thể hữu ích. Trung tâm tư vấn cung cấp dịch vụ tư vấn cho cá nhân, cặp vợ chồng, gia đình và nhóm bệnh nhân. Chúng tôi cũng kê đơn các loại thuốc để giúp bạn nếu bạn cảm thấy lo lắng hoặc trầm cảm. Để đặt lịch hẹn, hãy yêu cầu một thành viên trong nhóm chăm sóc của bạn giới thiệu

hoặc gọi cho số ở trên.

### **Dịch vụ Y học Tích hợp**

[www.msk.org/integrativemedicine](http://www.msk.org/integrativemedicine)

646-608-8550

Dịch vụ Y học Tích hợp cung cấp nhiều dịch vụ để bổ sung (đi cùng) cho dịch vụ chăm sóc y tế truyền thống, bao gồm liệu pháp âm nhạc, liệu pháp tâm trí/cơ thể, khiêu vũ và liệu pháp vận động, yoga và liệu pháp tiếp xúc. Để lên lịch hẹn cho những dịch vụ này, vui lòng gọi 646-449-1010.

Bạn cũng có thể lên lịch tham vấn với một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe trong Dịch vụ Y học Tích hợp. Họ sẽ làm việc với bạn để xây dựng một kế hoạch tạo ra một lối sống lành mạnh và kiểm soát các tác dụng phụ. Để lên lịch hẹn tư vấn, vui lòng gọi 646-608-8550.

### **Chương trình Y học Sinh sản và Tình dục Nam giới**

646-888-6024

Chương trình này có thể giúp ích cho bệnh nhân nam giới đang phải đối phó với những thách thức về sức khỏe tình dục liên quan đến ung thư, bao gồm rối loạn cương dương.

### **Dịch vụ Dinh dưỡng**

[www.msk.org/nutrition](http://www.msk.org/nutrition)

212-639-7312

Dịch vụ Dinh dưỡng của chúng tôi cung cấp dịch vụ tư vấn dinh dưỡng với một trong những chuyên gia dinh dưỡng lâm sàng. Chuyên gia dinh dưỡng lâm sàng sẽ nói chuyện với bạn về thói quen ăn uống. Họ cũng có thể đưa ra lời khuyên nên ăn gì trong và sau khi điều trị. Để đặt lịch hẹn, hãy yêu cầu một thành viên trong nhóm chăm sóc của bạn giới thiệu hoặc gọi cho số ở trên.

### **Dịch vụ phục hồi chức năng**

[www.msk.org/rehabilitation](http://www.msk.org/rehabilitation)

Ung thư và việc điều trị ung thư có thể khiến cho cơ thể bạn cảm thấy yếu đuối hoặc căng cứng. Một số tình huống có thể gây phù bạch huyết (sưng). Các bác sĩ vật lý trị liệu (bác sĩ y học phục hồi chức năng), chuyên gia trị liệu nghề nghiệp (OT) và chuyên gia trị liệu vật lý (PT) của chúng tôi có thể giúp bạn trở lại các hoạt động

bình thường.

- **Các bác sĩ y học phục hồi chức năng** chẩn đoán và điều trị các vấn đề ảnh hưởng đến cách bạn di chuyển và thực hiện các hoạt động. Họ có thể thiết kế và giúp điều phối chương trình trị liệu phục hồi chức năng của bạn, tại MSK hoặc một nơi nào đó gần nhà hơn. Để tìm hiểu thêm, hãy gọi cho Y học Phục hồi Chức năng (Vật lý Trị liệu) theo số 646-888-1929.
- Chuyên gia trị liệu nghề nghiệp (OT) có thể giúp ích nếu bạn gặp khó khăn khi thực hiện các hoạt động hàng ngày thông thường. Ví dụ: họ có thể đề xuất các công cụ để giúp thực hiện các công việc hàng ngày dễ dàng hơn. Chuyên gia trị liệu vật lý (PT) có thể dạy bạn các bài tập để giúp xây dựng sức mạnh và tính linh hoạt. Để tìm hiểu thêm, hãy gọi cho Liệu pháp Phục hồi chức năng theo số 646-888-1900.

## Thông tin liên hệ

Nếu bạn có câu hỏi hoặc thắc mắc, hãy nói chuyện với một thành viên trong nhóm xạ trị của mình. Bạn có thể liên hệ với họ từ Thứ Hai đến Thứ Sáu từ 9:00 giờ sáng đến 5:00 giờ chiều. theo những số này.

Bác sĩ ung thư xạ trị: \_\_\_\_\_

Số điện thoại: \_\_\_\_\_

Y tá xạ trị: \_\_\_\_\_

Số điện thoại: \_\_\_\_\_

Sau 5:00 giờ chiều, vào cuối tuần và vào các ngày lễ, hãy gọi 212-639-2000. Hãy hỏi gặp bác sĩ ung thư bức xạ đang trực.

## Câu hỏi dành cho bác sĩ ung thư xạ trị

Trước khi đến buổi hẹn, bạn nên viết ra các câu hỏi bạn muốn hỏi. Dưới đây là một số ví dụ. Viết ra các câu trả lời trong buổi phỏng vấn để bạn có thể xem lại sau này.



Tôi sẽ nhận được loại xạ trị nào?

---

---

Tôi sẽ nhận được bao nhiêu lần xạ trị?

---

---

Tôi nên lường trước những tác dụng phụ nào trong quá trình xạ trị?

---

---

Các tác dụng phụ này có mất đi sau khi tôi kết thúc xạ trị không?

---

---

Tôi nên lường trước loại tác dụng phụ muộn nào sau khi xạ trị?

---

---

Để biết thêm các thông tin khác, vui lòng truy cập [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) để tìm kiếm trong thư viện ảo của chúng tôi.

About Image-Guided, Intensity-Modulated Radiation Therapy (IG-IMRT) to Your Prostate - Last updated on June 13, 2024

Tất cả các quyền đều thuộc sở hữu và bảo lưu của Trung tâm Ung thư Memorial Sloan Kettering