



Perawatan Mual Muntah

1. Hindari makanan yang mengiritasi lambung seperti makanan pedas, asam, buah-buahan yang mengandung gas seperti buah nangka dan durian.
2. Makan dalam jumlah kecil tapi sering (setiap 2 jam).
3. Jika bangun tidur merasa mual, jangan langsung bangun, minum teh hangat atau camilan di tempat tidur.
4. Hindari minuman alkohol atau merokok.
5. Istirahat setelah makan.
6. Jika mual muntah berlanjut, konsultasi ke dokter.



Perawatan Mulut Kering

1. Minumlah cairan hangat 1 gelas setiap 1 jam.
2. Hindari makanan yang dapat mengiritasi mulut seperti makanan panas/dingin, makanan yang mengandung asam.
3. Makan makanan yang banyak mengandung air.
4. Kumur teratur dengan air hangat dan garam lembut (1 sendok teh dalam 1 liter air).
5. Jangan merokok dan minum alkohol.
6. Bersihkan gigi dengan sikat gigi lembut.

“Perawatan yang baik mengurangi efek samping radiasi”



INFORMASI LEBIH LANJUT

Unit Pelayanan Onkologi Radiasi
 Jl. Diponegoro No. 71, Jakarta Pusat
 Telp: 021 3921155 (Hunting)
 a.Receptionist : 021 3921155 ext 131
 b.Red Carpet Services (RCS) : 021 3921155 ext 132,125 ; 021 3143937
 c.Comprehensive Cancer Care Clinic (C4): 021 3921155 ext 202 ; 021 3142521

Fax : 021 – 3147534
 Email : info@radioterapi-cm.org
 Website : www.radioterapi-cm.org



Petunjuk Perawatan Selama Radioterapi

Unit Pelayanan Onkologi Radiasi
 RSUPN Dr. Cipto Mangunkusumo
 Jakarta





Perawatan Kulit Area Radiasi

1. Jagalah area radiasi agar tetap kering dan bersih. Bila perlu maksimal seminggu dua kali dapat dibasuh dengan air matang yang telah didinginkan.
2. Dilarang mengubah atau menambahkan tanda gambar sendiri di area radiasi. Jika gambar hilang, lapor pada dokter atau perawat untuk di gambar ulang.
3. Dilarang memberi *lotion*, *cream*, alkohol, parfum, *deodorant* atau preparat lain ke area radiasi.
4. Pakailah pakaian yang menyerap keringat dan tidak ketat.
5. Jauhi gesekan di sekitar kulit area radiasi.
6. Perhatikan daerah-daerah lipatan, jaga agar tetap kering, jika terjadi lecet konsultasikan ke dokter.



7. Dilarang mengompres area radiasi baik dengan air, baik panas maupun dingin.
8. Gunakan gunting untuk bercukur di area radiasi.
9. Lindungi area radiasi dari paparan sinar matahari.
10. Jika berada di terik matahari, lindungi area radiasi dengan menggunakan pelindung seperti payung atau topi pelindung.
11. Jika area radiasi sudah boleh terkena air, (\pm 2 minggu) gunakan sabun bayi, bilas dengan lembut lalu keringkan dengan perlahan dan berikan *cream* yang dianjurkan oleh dokter.
12. Selalu gunakan air hangat atau dingin, jangan gunakan air panas.



Perawatan untuk Kehilangan Nafsu Makan

1. Minumlah vitamin yang diberikan dokter.
2. Makanlah dengan porsi kecil tetapi sering dan teratur (setiap 2 jam).
3. Sajikan makanan yang menarik dalam lingkungan yang menyenangkan.
4. Pilihlah variasi makanan tinggi kalori, tinggi protein (nasi, ikan, tempe, telur, daging, susu, sayur-sayuran). Bila perlu konsultasikan ke ahli gizi.
5. Hindari minum terlalu sering di antara waktu makanan karena akan mengakibatkan rasa penuh.
6. Jauhi bau-bau yang tidak menyenangkan.
7. Jika nyeri menelan, diet lunak/cair dan konsultasi pada dokter.
8. Makanlah bersama keluarga atau sambil menonton TV/ mendengar radio.
9. Hindari alkohol, rokok, vetsin/MSG, dan makanan berlemak.

