



患者及照护者教育

关于 **MSK Precise™**（精准）前列腺癌放射治疗

本信息将帮助您为接受 MSK 精准前列腺放射治疗做好准备。它将帮助您了解治疗前、治疗中和治疗后可能发生的情况以及如何自我护理。

请您在开始 MSK 精准放射治疗前至少阅读一次本资源。之后，您可以在治疗开始前几天将它作为参考，帮助您为治疗做好准备。请在您与您的放射治疗团队看诊预约时携带本资源。在整个治疗过程中，您和您的放射治疗团队都将以它作为参考。

关于放射治疗

放射治疗利用高能辐射治疗癌症。它的工作原理是破坏癌细胞，使它们难以繁殖。随后人体能够自然代谢掉这些受损的癌细胞。放射治疗也会影响到正常细胞，但您的正常细胞能够以癌细胞无法实现的方式进行自我修复。

放射治疗需要一定的时间才能起作用。癌细胞需要数天或数周才会开始死亡，而且它们会在放射治疗结束后数周或数月持续死亡。

在您开始首次放射治疗之前，您需要完成名为模拟治疗的治疗计划程序。在模拟治疗过程中，您的放射治疗师将为您进行成像扫描，并会使用小纹身点在您的皮肤上做标记。他们还将会根据您的下半身制作一个模具。这些操作的目的包括：

- 标记接受治疗的部位。
- 确保您接受合适剂量的辐射。
- 尽量减少附近组织接受的辐射量。

关于 **MSK 精准治疗项目**

MSK 精准治疗不同于传统的放射治疗。它借助一种被称为立体定向放射外科手术 (SBRT) 的精准、高剂量形式的放射治疗，对肿瘤进行精准的高剂量照射。

随着您的移动和呼吸，前列腺和其他器官的轻微移动是正常的。这可能会在治疗之间和治疗期间发生。在您开始 MSK 精准放疗之前，您可能需要接受金标（成像扫描中可见的一种微小金属物体）的放置（于前列腺中）。这些标志物将帮助您的放射肿瘤医生准确了解您在治疗期间的前列腺位置。这有助于他们将高剂量辐射直接对准前列腺。您可以阅读“金标和直肠垫片”部分，了解关于这些标记物的更多详情。

您的 MSK 精准放射治疗将分 5 次进行。这比其他类型的放射治疗次数少，因为治疗剂量会更强。MSK 精准放疗可单独使用，也可与其他前列腺癌治疗方法联合使用，如近距离放射治疗或激素治疗。

您在放射治疗团队中扮演的角色

您的放射治疗医疗团队将共同努力为您提供护理。您也将会是团队的成员，您的角色包括：

- 按时赴诊。
- 提出您的疑问并说出您的忧虑。
- 如果您出现与治疗有关的症状，请告知您的医疗团队成员。
- 如果您感到疼痛，请告知您的医疗团队成员。
- 通过以下方式进行居家护理：
 - 如果您吸烟的话，您需要戒烟。MSK 的专员可以帮助您戒烟。如果您需要了解关于[烟草治疗项目](#)的更多信息，请致电 212-610-0507 联系我们。
 - 请按照您医疗团队的指示对皮肤进行护理。
 - 请按照您医疗团队的指示摄入液体。
 - 请摄入您医疗团队建议的食物。
 - 保持体重不变。

在 MSK 精准前列腺癌放射治疗之前

金标和直肠垫片

在您开始接受 MSK 精准治疗之前，您可能需要进行手术来放置金标及/或直肠间隔器。

- 金标一种是微小的金属物体（约为米粒大小）。它们能够帮助您的医疗保健提供者对齐辐射束，以确保每次提供完全相同的放射治疗。这有助于辐射束对准您的肿瘤并避

开附近的健康组织。治疗后，金标将留在您的前列腺中。

- 直肠垫片是一种被称为 SpaceOAR® 水凝胶的凝胶，用于放置在前列腺和直肠（结肠下端）之间以将其分开。这样可以保护您的直肠免受辐射，并减少放射治疗的一些副作用。直肠垫片将在原位保留约 3 个月。然后，它会被您的身体吸收，并经尿液排出。

如果您需要放置金标或直肠垫片，您的医疗保健提供者将与您讨论预期情况并为您提供资源关于金标和直肠垫片植入 (<https://sandbox18.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/about-placement-fiducial-markers-and-rectal-spacers-radiation-therapy-your-prostate>)。

精子库

前列腺放射治疗可能会影响您精子的产生以及未来生育子女的能力。如果您认为您可能希望在放疗后生育，我们建议您在开始治疗前保存您的精子。如需了解更多信息，请阅读 *Sperm Banking* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/sperm-banking>) 和 *Building Your Family After Cancer Treatment: For People Born With Testicles* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles>)。

肠道准备

您需要清除体内多余的粪便，以便接受模拟治疗和正式的放射治疗。这个过程被称为肠道准备。肠道准备可以减少附近健康组织接受的辐射量，并在治疗期间保持前列腺处于相同位置，有助于降低产生副作用的风险。

用品

您将需要以下用品：

- 甲基纤维素可溶性纤维补充剂（如 Citrucel® 粉末）。
- 二甲基硅油 125 毫克 (mg) 片剂（如 Gas-X® 超强效）。
- 6 剂盐水灌肠剂（如 Fleet® 盐水灌肠剂）。

您可以在当地的药房买到，不用开处方。

操作指南

您的放射治疗团队成员将告诉您何时开始进行肠道准备。您需要至少在模拟治疗预约前 3

天开始。

- 每天服用 1 汤匙甲基纤维素粉末。 请按照包装上的说明将其溶于液体中。
- 在模拟治疗和正式治疗预约前一天晚上服用 2 片（125 毫克）二甲基硅油片剂。
- 在模拟治疗和正式治疗预约前约 2 小时服用 2 片（125 毫克）二甲基硅油片剂。

减少腹胀的饮食指南

在放射治疗期间，气体或液体可能会在您的肠道中积聚，并导致腹胀。 当您的肠道肿胀时，它们会扩展到治疗区域并暴露于辐射中。 这可能会导致副作用的发生或加重现有副作用。

请遵循以下指南的要求，帮助您降低放射治疗期间的腹胀风险。 建议您最好在模拟治疗前 2-3 天开始遵循这些指南要求，并持续至完成放射治疗。

- 充分咀嚼食物。
- 限制或避免摄入在消化后会释放气体的食物，例如：
 - 芦笋
 - 啤酒
 - 西兰花
 - 芽甘蓝
 - 卷心菜
 - 花椰菜
 - 玉米
 - 干豆、豌豆和其他豆类
 - 大蒜
 - 大葱
 - 牛奶和其他含乳糖的乳制品（如果您对乳糖不耐受）
 - 洋葱
 - 西梅干
- 避免饮用碳酸饮料，如苏打水和气泡水。
- 限制或避免摄入糖醇，如木糖醇、山梨醇和甘露醇。 无糖食物通常含有糖醇。 如果不确定，请查看食品营养成分标签上的成分列表。
- 选择熟制蔬菜，而非生的蔬菜。
- 根据您的症状，您的医疗保健提供者可能会告诉您增加或减少纤维的摄入量。 请遵循他们的指示操作。

如果您感到腹胀，记录饮食日志可以帮助您了解腹胀可能是由哪些食物引起的。记录下您摄入的食物和饮品、摄入的时间以及开始感觉腹胀的时间。预约就诊时请携带您的饮食日志。您的医疗保健提供者将会帮助您管理腹胀。

临床营养师可以与您讨论您的饮食情况，并帮助您设计一个满足您需求的饮食计划。如果您希望与一名临床营养师会面，可以请您的放射肿瘤科医生或护士帮您转诊。

放射治疗期间的维生素及膳食补充剂

您可以在接受放射治疗期间服用复合维生素。服用任何维生素或矿物质时请勿超过每日推荐剂量 (RDA)。

在与医疗团队成员讨论之前，请勿擅自服用任何其他膳食补充剂。维生素、矿物质以及草药或植物补充剂均属于膳食补充剂。

取下皮肤上的医疗设备

您可能在皮肤上佩戴了某些医疗设备。在进行模拟或治疗前，医疗设备制造商建议您取下：

- 连续血糖监测仪 (CGM)
- 胰岛素泵

如果您使用其中一种，请问您的放射肿瘤医生是否需要将其取下。如果需要，请确保您有一个额外的设备可在模拟治疗或正式治疗之后佩戴。

您可能不确定如何在不佩戴设备时管理您的血糖。如果不确定，请在预约前询问治疗您糖尿病的医疗保健服务提供者。

模拟预约

模拟治疗预约前一天晚上：

- 服用 2 片（125 毫克）二甲基硅油片剂。

模拟治疗预约当天早晨：

- 照常服用 1 汤匙甲基纤维素粉末。请按照包装上的说明将其溶于液体中。
- 在模拟治疗预约时间前大概 2 小时服用 2 片二甲基硅油片（125 毫克）。

- 在出发接受治疗前 2-3 小时自行进行一次盐水灌肠。
- 照常服用您的日常药物。

在模拟治疗过程中，您会长时间保持同一个姿势。如果您认为这对您来说很困难，请在预约前 1 小时服用对乙酰氨基酚（泰诺®）或您通常服用的止痛药。

您可以进行清淡饮食，除非您的医疗保健提供者有其他建议。

在模拟治疗前，您需要换上医院的病号服。请穿着舒适且容易脱下的衣服。请勿佩戴首饰、涂粉或使用乳液。

到达后

当您到达医院时，您的放射治疗团队的成员将为您进行登记。在您就诊时，我们将多次请您说出并拼出您的姓名和出生日期。这是为了保障您的安全。因为姓名相同或相似的患者可能会与您同一天接受治疗。

您的放射治疗师将等候您，并为您的面部拍照。这张照片将用于在整个治疗过程中识别您的身份。他们还将向您说明模拟治疗期间可能发生的情况。如果您尚未签署知情同意书，您的放射肿瘤医生将与您一起审查所有内容，并要求您签名。

您的放射治疗师也可能会要求您在模拟治疗开始前饮用 8 至 12 盎司水。这是为了充盈膀胱。在治疗期间保持膀胱充盈和排便通畅将有助于减少辐射影响到您的健康组织。这会有助于降低副作用风险。

当您的模拟治疗时间到了，我们会要求您换上医院的病号服。您需要穿上鞋子。

模拟治疗期间

当您准备好之后，您的放射治疗师将帮助您躺在模拟治疗床上。治疗床上会铺有一张床单，但其质地较硬，并且没有垫子。如果您没有服用止痛药，并且认为您可能需要止痛药，请在模拟治疗开始前告知您的放射治疗师。此外，房间内的温度通常会比较低。如果您在任何时候感觉不适，请告知您的放射治疗师。他们会竭尽所能确保您舒适，并保护您的隐私。

在整个模拟治疗过程中，您会感觉到治疗床移动到不同的位置。房间内的灯将打开然后熄灭，并且您会在每一面墙上看到红色或绿色激光灯。在放射治疗师帮您在治疗床上找到合适的位置躺下时，他们将使用这些激光灯作为指导。请勿直视激光光线。直视可能会损伤您的眼睛。

当模拟治疗开始后，请勿移动身体。保持同样的位置非常重要。如果您感到不适或需要帮助，请告知您的放射治疗师。

您的模拟治疗将耗时约 4 小时，但可能会更长或更短，取决于您的具体治疗计划。您的放射治疗师将在您的模拟治疗过程中进出房间，但始终有人能够看到您并听到您的声音。您将听到您的放射治疗师在工作时相互交谈。他们还将与您交谈，解释他们正在进行的操作。您的治疗师可以为您播放音乐，帮助您消磨时间。

摆位（借助模具）

您的放射治疗师将帮助您以正确的方式躺在模拟治疗床上。在您摆好姿势后，他们将会根据您的下半身制作一个模具。

为了制作该模具，放射治疗师会在您的臀部和腿上放置一张温暖、柔软的塑料网片，并对其进行塑形以完全贴合您的身体。塑料网片冷却后会形成一个硬质的模具。这一过程大约需要耗时 15 分钟。

放射治疗师将会把模具放在您的身体上方，并将其与治疗床相连，以便您进行模拟治疗和所有正式治疗。这样将帮助确认您每次均处于完全相同的放射治疗位置。

成像扫描

当您处于仰卧位时，您的待治疗部位将会接受计算机断层扫描 (CT) 扫描（见图 1）。CT 扫描大约需要 45 分钟。扫描期间，您将听到机器打开和关闭的声音。虽然噪音似乎会很响，如果您试图与您的放射治疗师交谈，他们也能够听到您的声音。

在模拟治疗过程中，您还将会接受前列腺磁共振成像 (MRI) 扫描。如果您还需要接受其他影像检查，您的放射科护士将与您讨论预期情况。

这些扫描将仅用于描绘出您的治疗部位，并不会用于诊断或发现肿瘤。



图
1.
CT
扫
描
设
备

皮肤标记（纹身）

您的放射治疗师会在您将要接受治疗区域的皮肤上用毡毛马克笔进行标记。随后，他们会使用无菌针头和一滴墨水为您绘制 4 到 6 个纹身。每次纹身时，您会有针刺的感觉。纹身标记不会超过针头大小。

纹身完成后，您的放射治疗师将对躺在模拟治疗位置的您拍几张照片。每天治疗时，他们都会使用这些照片和纹身确保您躺在正确的位置。

您可以在模拟治疗结束后洗去这些标记。这些纹身是永久性的，无法洗掉。如果您对放射治疗中的纹身标记感到担忧，请咨询您的放射肿瘤医生。

安排放射治疗

在您结束模拟治疗离开医院之前，我们将为您预约安排正式的放射治疗时间。MSK 精准放疗从周一到周五，每天或每隔一天进行一次。您的治疗可以在一周的任何一天开始。您将接受总计 5 次治疗。

您必须保证按时接受每次放射治疗。如果您跳过或错过治疗，您的放射治疗效果可能会受到影响。如果您因任何原因不能前来接受治疗，您必须致电您的放射肿瘤医生办公室，告知您的放射治疗团队。如果您因任何原因需要改变治疗时间，请咨询您的放射治疗师。

治疗计划

在模拟治疗和首次正式治疗开始之前的这段时间内，您的放射肿瘤医生将与团队合作制定您的治疗计划。他们将使用您模拟治疗时的扫描影像来详细计划，并确认您将接受的放射线束的角度和形状。该过程可能需要最长 2 周的时间。

放射治疗期间

放射治疗预约

放射治疗预约前一天晚上：

- 服用 2 片（125 毫克）二甲基硅油片剂。

放射治疗预约当天早晨：

- 照常服用 1 汤匙甲基纤维素粉末。请按照包装上的说明将其溶于液体中。
- 在模拟治疗预约时间前大概 2 小时服用 2 片二甲基硅油片（125 毫克）。

- 在出发接受治疗前 2-3 小时自行进行一次盐水灌肠。
- 照常服用您的日常药物。

如果止痛药在模拟治疗过程中对您有帮助，您可以在正式治疗预约前服用。

当您到达医院接受放射治疗时，您的放射治疗团队的成员将为您进行登记。您的放射治疗师可能会要求您在治疗前约 45 分钟饮用 8 至 12 盎司水。这有助于确保您在治疗期间保持膀胱充盈且仍感觉舒适。

您还需要换上医院的病号服。您需要穿上鞋子。

放射治疗期间

当到您需要接受治疗的时间到了，您的放射治疗师将带您进入治疗室，并帮助您躺在治疗床上（见图 2）。您将按照模拟治疗时躺下的方式静躺在正确的位置。在首次治疗当天，您将接受一些额外的成像扫描，以确保您的位置正确。这一过程被称为设置程序。

每次预约治疗时，我们还将为您拍摄一种被称为线束片的特殊图像（x 射线或 CT 扫描）。这样做是为了确保您的体位和治疗区域正确。它们不会被用来观察您的肿瘤对治疗的反应。线束片可以帮助放射治疗师确保辐射射束与前列腺正确对准。

您的放射治疗师将尽一切努力确保您在治疗期间感觉舒适。当一切准备就绪后，他们就会离开治疗室，开始对您的治疗。

治疗期间请保持正常呼吸，但请不要移动身体。您看不到也感受不到放射，但当设备在您周围移动以及打开和关闭时，您可能会听到它发出的声音。您的放射治疗师能够在监视器上看到您，并且随时可以通过对讲机听到您的声音。如果您感到不适或需要帮助，请告知他们。

根据您的治疗计划，您将在治疗室停留 15 至 45 分钟。大部分时间都用来帮助您躺在正确的位置。实际治疗只需要几分钟。

治疗期间或治疗结束后，您和您的衣服不会具有放射性。治疗后您与他人接触是安全的。

状态检查访视

在治疗期间，您的放射肿瘤医生和放射科护士将至少前来查看一次您的治疗情况，他们会询问您可能出现的副作用，并回答您的问题。这被称为状态检查访视。本次访视将在您接受治疗之前或之后进行。请在当天的访视中多预留出大概 1 小时左右的时间。

如果您在每次访视之间的任何时间需要与您的放射肿瘤医生或放射科护士交谈，请在您前来接受治疗时请求支持人员或您的治疗师与他们取得联系。

MSK 精准前列腺癌放射治疗的副作用

有些人会出现放射治疗的副作用。副作用的类型及其严重程度会因人而异。您的医疗保健提供者将与您讨论根据您的病史和具体治疗计划预期会发生的情况。

本节介绍了 MSK 精准放射治疗最常见的副作用。您可能会出现以下全部或部分副作用，也可能完全不会出现这些副作用。这些副作用大多会在您完成放射治疗后数周至数月消失。如果您出现这些副作用，您的医疗保健提供者将为您提供更多信息，并帮助您管理这些副作用。

泌尿系统变化

您的前列腺可能会发生肿胀，膀胱内壁可能会受到刺激。因为这些原因，您可能会：

- 排尿困难。
- 需要比平时更频繁地排尿。
- 在夜间需要比平时更频繁地排尿。
- 尿急。
- 排尿时有烧灼感或疼痛。

如果您有任何泌尿系统变化，请告知您的放射肿瘤医生或护士。他们可以为您提供改变

饮食方面的建议或为您开具帮您缓解症状的一些药物。您也可以遵循以下指南。

- 每天饮用 6 至 8 杯水。
- 晚上 8 点后切勿饮酒。
- 避免食用或饮用可能刺激膀胱的食物和饮料，比如：
 - 咖啡因（如咖啡、茶和苏打水）。
 - 酒。
 - 辛辣食物（尤其是如果您排尿时有烧灼感）。
 - 酸性果汁和水果制品（如番茄和番茄汁）。
- 进行盆底肌（凯格尔）练习。

有关如何管理泌尿系统变化的更多信息，请阅读 *Improving Your Urinary Continence* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/improving-your-urinary-continence>)。

肠道变化

直肠壁可能会受到刺激。几次治疗后，您可能会出现：

- 排便频率高于平常。
- 大便质地比平时更软。
- 直肠不适感。
- 肛门（粪便离开身体的直肠开口）有粘液分泌物。
- 直肠少量出血（例如，厕纸或大便上可见鲜红色血液）。
- 排出比平常更多的气体。
- 感觉需要比平时更急地排便。

如果您有痔疮，放射治疗可能会加重痔疮症状。

这些症状通常是轻微的。

当您开始放射治疗时，您可以遵循您的日常饮食。如果您出现上述任何副作用，请与您的放疗科护士讨论如何改变饮食以进行管理。如果您仍感觉不适，请告知您的放射肿瘤

医生或护士。他们可以为您开具药物，帮您缓解症状。

这些副作用可能会在您完成放射治疗后持续约 1-2 个月。一些人在完成放射治疗后会继续服用用于治疗泌尿系统改变的药物。告知我们您是否出现副作用并告知我们您的情况非常重要。

性生活和生殖健康

除非您的放射肿瘤医生给予您其他指导，否则您在放射治疗期间可以保持正常的性生活。您不会带有放射性，也不会把辐射传给别人。射精过程中可能会出现不适或烧灼感。对于大多数患者，这一症状会在治疗完成后 1 至 2 个月消失。

如果您与育龄女性保持有性生活，在放疗期间和放疗后 1 年内采取避孕措施非常重要。在放射治疗期间，您的精子可能会受到辐射而发生损伤。如果此精子与卵细胞成功结合受精，此时生育的孩子可能会有出生缺陷。使用避孕措施将有助于避免这种情况的发生。

有关癌症治疗期间性健康的更多信息，请阅读 *性与癌症治疗*

(<https://sandbox18.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/sex-cancer-treatment>)。美国癌症协会也拥有关于癌症治疗过程中性健康问题的资源。适用于男性患者的资源名为 *性与成年男性癌症患者*。您可以访问网站 www.cancer.org 或致电 800-227-2345 获取该资源。

男性性医学与生殖医学项目

MSK 男性性健康和生殖医学项目可以帮助人们解决他们的疾病和治疗对其性健康的影响。您可以在治疗之前、治疗期间或治疗之后与专家会面。我们可以为您提供转介，或者您可以致电 646-888-6024 进行预约。

皮肤和毛发反应

您可能不会注意到治疗区域皮肤的任何变化，但您的阴毛区域可能会发生部分或全部的毛发脱落。在您完成放射治疗后 3 至 6 个月，毛发通常会重新生长出来。但毛发的颜色和质地可能会发生变化。

疲乏

疲乏是感觉疲倦或虚弱，不想做事，注意力无法集中，或反应不再灵敏的一种症状。您可能会在治疗期间或开始治疗后数周内出现疲乏症状。疲乏的严重程度从轻度到重度不等，在您完成放射治疗后可持续 6 周至 12 个月。

治疗期间您可能会因多种原因而出现疲乏，其中包括：

- 放射治疗对您身体的影响。
- 往返治疗。
- 晚上没有足够的安静睡眠。
- 没有摄入足量的蛋白质和卡路里。
- 出现疼痛或其他症状。
- 感到焦虑或抑郁。
- 某些药物，比如内分泌治疗药物

您可能会发现，您的疲劳在一天中的某些时间更为严重。

管理疲劳的方法

- 如果您在工作并且感觉良好，您可以继续保持。但是减少工作量可能有助于您保留有更多的精力。
- 规划您的日常活动。选择您需要或真正想做的事情，并在您精力旺盛时进行。例如，您可以选择去上班但不做家务，或者观看孩子的体育比赛但不外出吃晚饭。
- 安排时间在白天休息或小睡片刻（10-15 分钟），尤其是当您感觉更加疲乏时。
- 请尽量保证每晚至少 8 小时的睡眠时间。这可能比您接受放射治疗前所需的睡眠时间更长。以下几点也可能会对您有所帮助：
 - 早睡早起。
 - 白天保持适度活动。例如，如果您能够锻炼，您可以去散步、做瑜伽或去健身房。
 - 睡前放松。例如，您可以看书、玩拼图、听音乐或做一些能够静心的事情。
- 请家人和朋友帮助您处理购物、烹饪和清洁等事宜。您可以与您的保险公司核实他们是否涵盖家庭护理服务。
- 有些人爱运动，精力会更加充沛。询问您的医生您是否可以进行轻微的运动，如步行、伸展或瑜伽。有关更多信息，请阅读资源 *借助运动管理癌症相关疲劳* (<https://sandbox18.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/managing-cancer-related-fatigue-exercise>)。您可以在网上获取该资源

或向您的放射治疗团队成员索取资源副本。

- 放射治疗期间请避免骑自行车。骑自行车会给您的前列腺区域带来压力。可以使用斜梁自行车。
- 正常进餐。您的医生可能会建议您遵循低脂、低纤维饮食，并避免摄入产气食物。

如果您出现疼痛、腹泻（稀便或水样便）、睡眠困难或感觉抑郁或焦虑，请告知您的放射治疗团队成员。他们可能会给您开具处方药物或将您转诊至以下支持服务之一。您可以通过拨打以下号码申请预约。

咨询中心

646-888-0200

很多人感觉咨询能够对他们有所帮助。MSK 的咨询中心为个人、夫妇、家庭和团体提供咨询服务。如果您感到焦虑或抑郁，他们也可以为您开具一些药物来帮助您。

综合医学服务部

www.mskcc.org/integrative-medicine

我们的综合医学服务部为患者提供许多服务来补充传统医疗，包括音乐疗法、心身疗法、舞蹈和运动疗法、瑜伽和触摸疗法。如需预约这些服务，请致电 646-449-1010。

您还可以预约咨询综合医学服务部的医疗保健提供者。他们将与您一起制定计划，以打造健康的生活方式并管理副作用。如需进行预约，请致电 646-608-8550。

许多人认为加入支持小组对他们有帮助。通过与其他癌症患者见面，您将有机会谈论自己的感受，同时倾听有同样担忧的其他人吐露自己的心声。您还将了解其他人如何应对癌症和治疗。如果您想要了解 MSK 支持小组的相关信息，请访问 www.mskcc.org/vp 或与您的医生、护士或社工讨论。

治疗结束后

随访预约

在您完成放射治疗后，您的放射治疗团队成员将告诉您需要到您的医生或执业护士处进行随访预约的频率。在这些预约期间，您可能会接受随访血液检查（如 PSA 检查）、影像学扫描或活检。按时完成随访预约也将有助于您的医疗保健提供者识别和治疗任何晚期副作用（治疗后 4 个月或更长时间发生的副作用）。

放射治疗后的维生素及膳食补充剂

- 患者可能会在接受放射治疗的同时接受其他癌症治疗。如果您属于这种情况，请询问负责该治疗的医生什么时候再次开始服用膳食补充剂是安全的。在手术前或化疗期间服用一些膳食补充剂并不安全。
- 如果您不用接受其他癌症治疗，您可以在完成放射治疗后 1 个月再次开始服用膳食补充剂。

如果您希望与临床营养师讨论您的饮食或补充剂情况，您可以告知您的放射科护士。

泌尿和肠道变化

晚期副作用可能与您在治疗期间发生的副作用相似。您发生其他副作用的可能性很小。例如：

- 膀胱开口可能变窄。
- 可能出现尿血。
- 直肠可能出血。

这些副作用非常罕见。它们可能会随着时间的推移而消退，也可能是持续性和慢性的。您的医疗保健团队将帮助您管理这些情况。

即使您没有出现任何晚期副作用，也请记住您的膀胱和直肠中的组织已经受到放射治疗的影响。如果您有以下情况，请致电您的放射肿瘤医生：

- 有任何新发泌尿、膀胱或肠道症状。
- 需要进行结肠镜检查。放射治疗后第一年请避免接受结肠镜检查。
- 需要任何类型的泌尿科或直肠手术。

性生活变化

有些人在完成治疗后会出现性生活方面的改变。例如：

- 产生或保持勃起可能变得更困难或无法勃起。这被称为勃起功能障碍 (ED)。
- 您的性高潮的感觉可能会发生变化。
- 当您射精时，您的精液的数量或黏稠度可能会发生变化。

这些变化可能发生在放射治疗后数月甚至数年。如果您注意到其中任何一种，请告知您的医疗保健提供者。他们可以帮您转诊至治疗这些问题的医生。

可向您的放射肿瘤医生咨询的问题

就诊前，写下您希望咨询的问题会有所帮助。下面列出了一些示例。就诊期间请记下答案，以便日后再次查阅。

我将接受什么样的放射治疗？

我将接受多少次放射治疗？

放射治疗期间我的身体可能会出现哪些副作用？

放射治疗结束后，这些副作用会消失吗？

放射治疗结束后，我的身体可能会出现什么样的后期副作用？

治疗预约前指导说明

在模拟治疗预约前 3 天开始的操作

	操作指南	目的
甲基纤维素可溶性纤维补充剂（如 Citrucel 粉末）	● 每天服用 1 汤匙甲基纤维素粉末。请按照包装上的说明将其溶于液体中。	在放射治疗期间，帮助您规律排便，并尽量减少胀气和腹胀。
维生素和其他膳食补充剂	● 您可以每天服用多种维生素，但任何维生素或矿物质的服用剂量请勿超过每日推荐剂量。 ● 请勿在未事先告知您的放射肿瘤医生的情况下服用任何其他维生素或膳食补充剂。	帮助您的放射治疗达到最佳效果。

模拟治疗和正式治疗预约前

	操作指南	目的
二甲基硅油 125 毫克片剂（如 Gas-X 超强效）	● 在模拟治疗和正式治疗预约前一天晚上服用 2 片（125 毫克）二甲基硅油片剂。 ● 在模拟治疗和正式治疗预约前约 2 小时服用 2 片（125 毫克）二甲基硅油片剂。	确保您的直肠是空的。
甲基纤维素可溶性纤维补充剂（如 Citrucel 粉末）	● 照常预约当天早晨服用 1 汤匙甲基纤维素粉末。请按照包装上的说明将其溶于液体中。	
盐水灌肠	● 在出发接受治疗前 2-3 小时自行进行一次盐水灌肠。	
饮食	● 您可以进行清淡饮食，除非您的放射肿瘤医生给您其他指示。	
药物	● 照常服用您的日常药物。 ● 您也可以在预约前 1 小时服用对乙酰氨基酚（泰诺）或您通常服用的止痛药。	有助于预防不适。

联系信息

如果您有问题或顾虑，请与您放射治疗团队的成员讨论。您可以在周一至周五上午 9:00 至 下午 5:00 通过以下电话号码与他们取得联系。

放射肿瘤医生： _____

电话： _____

放射科护士： _____

电话： _____

下午 5:00 后或在周末和节假日，请致电 212-639-2000。请接线员为您找来值班的放射肿瘤医生。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

About Your MSK Precise™ Radiation Therapy for Prostate Cancer - Last updated on January 19, 2023

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利