

¿Sabías que la mayoría de las personas que reciben radioterapia se sienten muy cansadas?

Trata de mantenerte activo(a). La mayoría de las personas se sienten mejor cuando hacen ejercicio todos los días. Algunas personas incluso duermen y comen mejor cuando hacen ejercicio.

Camina de 15 a 30 minutos cada día, puedes hacer un ejercicio o actividad que te guste.



Recomendaciones generales:

- Haz primero las actividades que sean más importantes para ti.
- Pide a tus familiares y amigos que te ayuden a preparar los alimentos, llevarte al médico o ayudarte de otras maneras.
- Aprende cuáles son tus límites. No ocupes tus días con demasiadas actividades.

 @clinicaimbanaco
www.imbanaco.com

Abdomen Recomendaciones para pacientes que reciben tratamiento en estómago, higado, páncreas y riñón

Unidad de Oncología Radioterápica

- Horarios de atención: Lunes a Viernes: 7:00 a.m – 5:30 p.m
- Sede Principal: Carrera 38 Bis No. 5B2- 04 Cali, Colombia.
- Conmutadores: (602) 385 1000 / 382 1000 / 518 6000 Ext: 20402
- Médico Coordinador: Dra. Ilse Vásquez

Clínica **Imbanaco**
 Vocación de Servicio

Unidad de Oncología
Radioterápica

Unidad de Radioterapia / Abdomen

Recomendaciones para pacientes que reciben tratamiento en estómago, hígado, páncreas y riñón.



Síntomas que se esperan con el tratamiento:

- Distensión abdominal (hinchazón), flatulencia (gases intestinales).
- Dolor abdominal tipo gastritis.
- Náuseas y vómito.
- Diarrea.
- Pérdida de apetito.



Recomendaciones para el manejo de los síntomas

- Cuando presentes náuseas consume una bebida fría, puede ser un granizado o paletas de agua, esto ayudará a disminuir la sensación de náuseas.
- Consume los alimentos fraccionados, es decir cada 2 o 3 horas puedes ingerir pequeñas porciones de alimentos.
- Es necesario que te alimentes, es vital que ingieras alimentos para el proceso de recuperación.

En caso de diarrea evita consumir

- Alimentos ácidos.
- Alimentos grasos, condimentados y picantes.
- Debes evitar las bebidas oscuras, como la gaseosa y el café.
- No consumas leguminosas, como el frijol, lenteja, blanquillo y arveja.
- Debes mantener hidratado(a) y consumir frutas como la pera, la guayaba y la manzana, estas frutas se recomiendan cuando presentas diarrea.
- Si la diarrea persiste, debes consultar a la Unidad de Oncología Radioterápica para que seas atendido.
- Evita el consumo de tabaco y alcohol.