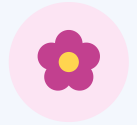




08 · Шейка и тело матки, влагалище, вульва



Гинекология



ОБОСНОВАНИЕ

К матке прилежат тонкая и прямая кишка, а также мочевого пузырь. Облучение вызывает лучевой энтерит (учащённый жидкий стул) и цистит (жжение при мочеиспускании); газы и наполненная кишка смещают матку. **Необходимы щадящая диета без газообразующих продуктов, опорожнённая кишка и мочевого пузырь, наполненный по указанию лечащего врача, — он отодвигает петли кишечника из зоны облучения.**



Рекомендуется

- ✓ **Отварная птица, рыба, яйца, творог** — белок для восстановления слизистых без брожения.
- ✓ **Белый рис, гречка, овсянка, макаронные изделия** — источник энергии, уплотняют стул.
- ✓ **Отварные морковь, кабачок, тыква, картофель** — только после термической обработки, без кожуры.
- ✓ **Банан, печёное яблоко, кисель** — пектин уменьшает раздражение кишки и уплотняет стул.
- ✓ **Кефир, натуральный йогурт** — поддерживают нормальную микрофлору, если не усиливают диарею.
- ✓ **Вода 1,5–2 л в сутки, морс** — уменьшают раздражение мочевого пузыря и восполняют потери при диарее.



КАТЕГОРИЧЕСКИ НЕЛЬЗЯ

- ✗ **Бобовые: фасоль, горох, чечевица, нут, бобы, соя** — метеоризм смещает матку в зоне облучения.
- ✗ **Любая капуста, газированные напитки, квас, пиво** — брожение, вздутие, спазмы.
- ✗ **Ржаной хлеб, сдоба, отруби, зерновой хлеб** — бродят и усиливают перистальтику.
- ✗ **Сырые овощи и фрукты, кожура, орехи, семечки, сухофрукты** — грубая клетчатка вызывает метеоризм и диарею.
- ✗ **Цельное молоко, сливки** — на фоне облучения снижается переносимость лактозы.
- ✗ **Острое, жирное, жареное, копчёное** — раздражают слизистую кишечника и мочевого пузыря.
- ✗ **Алкоголь, кофе, курение** — усиливают цистит и диарею; курение снижает эффективность лучевой терапии рака шейки матки.



РЕЖИМ ПИТАНИЯ

- Начать диету за 5–7 дней до КТ-разметки.
- Перед сеансом — опорожнение кишечника; наполнение мочевого пузыря — по указанию лечащего врача.
- Малые порции 5–6 раз в сутки.
- Перед брахитерапией — индивидуальная подготовка по указанию врача.



СООБЩИТЕ ЛЕЧАЩЕМУ ВРАЧУ

- Стул чаще 6 раз в сутки или кровь в стуле.
- Выраженное жжение или кровь в моче.
- Кровянистые выделения, сильная боль внизу живота.
- Повышение температуры тела выше 38 °С.