

# Information om kapslar



En studie om kostfiberintag under strålbehandling  
av bäckenområdet



De kapslar du fått innehåller antingen kostfibrer eller inga kostfibrer (placebo). Burkarna är kodade med X och Y så att varken du eller studiepersonalen ska veta vilka kapslar som du äter.

### **Hur många kapslar ska jag äta?**

För att vänja magen ska du ungefär två veckor innan strålbehandlingen startar börja med ett fåtal kapslar om dagen och därefter öka antalet. Öka intaget av kapslar med två stycken per dag tills du når en dos av 15 kapslar per dag. Se exempel på sista sidan. Fortsätt att äta kapslarna under din strålbehandling och avsluta vid ditt återbesök 1 alternativt till cirka en månad efter strålbehandlingens slut. Ät gärna kapslarna vid flera tillfällen under dagen, gärna ihop med en måltid.

***Behöver du ändra antalet kapslar per dag så kontakta oss.***

### **Tänk på att dricka extra vätska!**

Tänk på att dricka ett till två glas vatten eller annan dryck vid varje tillfälle du tar kapslarna.

## **Vad ska jag inte äta tillsammans med kapslarna?**

Undvik att inta kapslarna tillsammans med läkemedel. Låt det gå minst en timme efter att du tagit ett läkemedel innan du äter kapslarna.

## **Har du ytterligare frågor?**

Telefon: 031-786 51 30 / 076-618 51 30 (vardagar klockan 8–15).

Mejladress: [fidura@vgregion.se](mailto:fidura@vgregion.se)

	Dag 1	Dag 2	Dag 3	Dag 4	Dag 5	Dag 6	Dag 7
<b>Vecka 1</b>	Fm: 1 kapsel Em: 1 kapsel	Fm: 2 kapslar Em: 2 kapslar	Fm: 3 kapslar Em: 3 kapslar	Fm: 3 kapslar Dag: 3 kapslar Kväll: 2 kapslar	Fm: 4 kapslar Dag: 3 kapslar Kväll: 3 kapslar	Fm: 4 kapslar Dag: 4 kapslar Kväll: 4 kapslar	Fm: 5 kapslar Dag: 5 kapslar Kväll: 5 kapslar
	Totalt: 2 kapslar	Totalt: 4 kapslar	Totalt: 6 kapslar	Totalt: 8 kapslar	Totalt: 10 kapslar	Totalt: 12 kapslar	Totalt: 15 kapslar
<b>Vecka 2 och framåt</b>	Fortsätt med 15 kapslar per dag under hela din strålbehandling och avsluta ditt intag av kapslar vid ditt återbesök några veckor efter strålbehandlingens slut alternativt cirka en månad efter avslutad strålbehandling. OBS! Det är viktigt att dricka extra vätska!						