Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Рекомендации по уходу за кожей при прохождении курса радиотерапии

Эта информация описывает кожные реакции, которые могут возникнуть во время прохождения радиотерапии, а также способы их устранения.

Кожные реакции при радиотерапии

Изменения кожи — обычное и распространенное явление во время прохождения курса радиотерапии. Каждый пациент по-своему реагирует на лечение.

Вид проявляющейся кожной реакции зависит от:

- части тела, на которую воздействует терапия;
- типа и дозы получаемого излучения.

Сообщите врачу или медсестре/ медбрату, курите ли вы, а также имеются ли у вас:

- высокое кровяное давление;
- диабет;
- какие-либо заболевания соединительной ткани, такие как ревматоидный артрит или дерматомиозит (болезнь, симптомами которой являются кожная сыпь и мышечная слабость);
- ранее обнаруженный рак кожи на облучаемом участке.

Эти условия могут влиять на заживляемость ран и степень реакции на радиотерапию.

Виды кожных реакций во время проведения радиотерапии

Во время радиотерапии участок кожи, подверженный облучению, может порозоветь или загореть. По мере продолжения терапии ваша кожа может стать ярко-красной или темно-коричневой, а также могут появиться припухлости. Кроме того, кожа может стать сухой, вы можете почувствовать, что она стянута, чешется или шелушится.

У некоторых людей в месте получения терапии может появляться сыпь или волдыри. Эти волдыри могут разорваться или отслоиться. При развитии кожных реакций они, вероятнее всего, максимально интенсивно проявятся спустя 2 недели после последнего сеанса терапии. После завершения радиотерапии может пройти несколько недель, прежде чем состояние вашей кожи улучшиться.

Во время проведения терапии вы будете каждую неделю проходить осмотр у лечащего персонала. Они будут осматривать вашу кожу и при необходимости дадут новые рекомендации по уходу за ней.

Уход за кожей во время проведения радиотерапии

Поддерживайте чистоту кожи

- Ежедневно принимайте ванну или душ, используя теплую воду и мягкое мыло без отдушек, такое как Neutrogena®, Dove®, детское мыло, Basis® или Cetaphil®. Хорошо ополосните кожу и промокните ее насухо мягким полотенцем.
- Во время мытья будьте осторожны с кожей в области лечения. Не пользуйтесь махровой салфеткой, жесткой губкой, мочалкой или щеткой.
- Татуировки, сделанные до начала терапии, останутся на месте и не

смоются. Во время лечения вам могут нанести другие метки, такие как контур области лечения, фиолетовым маркером с фетровым наконечником. Вы можете удалить эти метки минеральным маслом, когда радиотерапевты разрешат вам это.

- **Не используйте спирт или спиртовые салфетки на коже на области лечения.**

Часто увлажняйте кожу

- Начните использовать увлажнитель в первый день лечения. Это поможет уменьшить любую кожную реакцию. Вы можете использовать безрецептурные лосьоны для увлажнения кожи. Выберите лосьон для увлажнения, который не содержит отдушки или ланолин. Существует несколько подходящих средств, и медсестра/медбрат может порекомендовать вам одно из них. Единовременно используйте только одно средство, за исключением случаев, когда медсестра/медбрат вам скажет использовать больше.
- В начале или в течение проведения радиотерапии вам могут выписать препарат для устранения кожного зуда. Существует несколько подходящих средств, и медсестра/медбрат может порекомендовать вам одно из них. Единовременно используйте только одно средство, за исключением случаев, когда медсестра/медбрат вам скажет использовать больше.
- Наносите увлажняющий крем 2 раза в день.
- Не наносите увлажняющий крем на поврежденные участки кожи.

Берегите кожу на облучаемом участке от раздражения

- Облучаемый участок тела должен быть покрыт свободной одеждой из хлопчатобумажной ткани.
- Используйте только те увлажняющие кремы или лосьоны, которые порекомендует ваш врач или медсестра/медбрат.
- Не пользуйтесь декоративной косметикой, парфюмом, пудрой или

средством после бритья на области лечения.

- На неповрежденной коже облучаемого участка можно использовать дезодорант. В случае появления раздражения прекратите его использование.
- Не брейте облучаемый участок кожи. При необходимости используйте электрическую бритву. Прекратите бритье в случае появления раздражения кожи.
- Не заклеивайте облучаемый участок кожи пластырем.
- Не подвергайте кожу в области лечения слишком высоким или низким температурам. Сюда относится прием горячих ванн, прикладывание электро- и водяных грелок и использование компрессов со льдом.
- Не накладывайте на облучаемый участок кожи повязок, включая болеутоляющие пластыри.
- Если кожа чешется, не чешите ее. Попросите совета у медсестры/медбрата о том, как облегчить зуд.
- При отсутствии кожных реакций во время проведения терапии разрешается плавать в бассейне с хлорированной водой. Однако сразу после выхода из бассейна обязательно следует смыть хлор.
- Во время терапии и после ее окончания старайтесь не загорать и не обгорать на солнце. Если вы будете на солнце, используйте солнцезащитное средство, не содержащее парааминобензойной кислоты (PABA), с защитным фактором кожи (SPF) 30 или выше. Также надевайте свободную одежду, максимально защищающую от солнца.

Позвоните своему врачу или медсестре/медбрату, если у вас:

- температура 100,4 °F (38 °C) или выше;
- озноб;

- нарастающую боль или дискомфорт;
- увеличившееся покраснение или припухлость, кожа стала твердой или горячей на ощупь;
- сыпь или образование волдырей на коже облученного участка;
- выделения из кожи облучаемого участка;
- появление новых открытых участков или других изменений кожи;
- любые другие новые симптомы или проблемы.

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

Skin Care Guidelines While You Are Receiving Radiation Therapy - Last updated on December 12, 2018

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center