



Информация для пациентов

Радиационная Онкология



Уход за кожей во время радиационной терапии

Советы о том, как защитить кожу в местах, подвергаемых облучению

У вас могут появиться изменения на коже, которые являются побочными эффектами облучения.

В этой брошюре даются советы о том, как защитить кожу, а также конкретные советы по уходу за облучаемой частью тела.

Очень часто после 2-х или 3-х недель радиационной терапии кожа на облучаемых участках тела:

- Может покраснеть, выглядеть раздражённой или обожжённой.
- Может стать сухой, начать чесаться или лупиться.

Внимательно следите за всеми частями тела, где на коже есть складки, такими как шея, живот, подмышки, под грудью, пах или область промежности. Чаще всего раздражение на коже появляется в этих местах.

Советы о том, как защитить кожу

- Спросите техника-радиолога о том, какой участок кожи подлежит облучению.
- Принимайте ванну и мойтесь в душе, как обычно.
- Пользуйтесь мылом, которое не содержит лосьонов, ароматических добавок или дезодорантов, таким как Ivory, Dove для чувствительной кожи, Basis или Neutrogena.
- Очень аккуратно обращайтесь с вашей кожей.
- На облучённую часть тела надевайте свободную, мягкую одежду.
- Если вам нужно побрить облучённую область, то пользуйтесь только электрической бритвой (не пользуйтесь опасной или безопасной бритвой).
- Защищайте кожу от солнца шляпой, шарфом или другой одеждой.
- Следите за тем, чтобы облучаемая часть тела была чистой и сухой.
- Аккуратно смойте все кремы и лосьоны до начала радиационной терапии.
- Если у вас есть вопросы или проблемы с кожей, то поговорите об этом с медсестрой радиационного отделения.
- Когда вы заметите изменения на коже, скажите об этом медсестре.

Советы по уходу

НЕ ДЕЛАЙТЕ:

- Не пользуйтесь духами, кремами до бритья, после бритья, дезодорантами, бальзамом для волос или другими парфюмерными товарами на облучаемой части тела, за исключением случая, если врач или медсестра сказали вам делать иначе.
- Не пользуйтесь товарами, в которых содержатся тяжёлые металлы, такие как алюминий или цинк, включая цинковую мазь.
- На протяжении лечения не пользуйтесь веществами, в основе которых лежат масла или нефтепродукты, такими как вазелин, детское масло, мази или масло с витамином Е.
- Не смазывайте кожу гелем, лосьоном или кремом за 2 часа до сеанса облучения.
- Не пользуйтесь крахмалом или пудрой вместо дезодоранта или другой пудры. Это может привести к грибковому заболеванию.
- Не прикладывайте тепло или холод (грелки, электрические одеяла, бутылки с горячей водой или пакеты со льдом) к облучённым участкам кожи.
- Не подвергайте облучаемые участки кожи сильному горячему или холодному воздействию (такому как горячий душ, ванна, сауна, прямые солнечные лучи или холодный воздух прямо из кондиционера).
- Не применяйте липкую ленту или лейкопластырь на облучаемых участках кожи.
- Не трите кожу мочалкой.
- Не чешите, не мойте щёткой и не трите вашу кожу.
- Не надевайте туго обтягивающую одежду на облучённые части тела.

Советы по уходу за облучаемыми частями тела

Голова

- Пользуйтесь детским шампунем или шампунем Neutrogena.
- Не пользуйтесь бальзамом для волос, шампунем с добавлением бальзама или другими товарами для волос.
- На улице носите шляпу.

Лицо и шея

- Не пользуйтесь косметикой, увлажняющими кремами, кремами от загара, духами или одеколоном после бритья.
- Следите, чтобы эта часть тела была в тени.

Вопросы?

Позвоните по телефону
206-598-4100

Ваши вопросы важны. Если у вас есть вопросы или вас что-то беспокоит, то позвоните вашему врачу или медицинскому работнику. Сотрудники клиники UWMC также готовы помочь вам в любое время.

Радиационная Онкология
206-598-4100

По рабочим дням с 8 утра
до 5 вечера

В нерабочие часы звоните
врачу-резиденту
отделения Радиационной
Онкологии по телефону
206-598-6190.

Грудная клетка

- Не пользуйтесь дезодорантами, за исключением случая, если вы получили разрешение врача.
- Защищайте эту часть тела от солнца одеждой.

Живот и область таза

- Не применяйте лосьоны, пудру или крем на этой части тела.
- Хорошо вымойте нижнюю часть тела после дефекации.
- Дайте коже высохнуть на воздухе или высушите её феном для волос, работающем в прохладном режиме и на близком расстоянии. Если кожа раздражена, то не трите её и не вытирайте полотенцем.

Руки, ладони, пальцы, ноги, ступни и пальцы ног

- Не пользуйтесь лосьоном, кремом или кремом от загара.
- Носите свободную одежду.

Защищайте кожу от солнца

Кожа облучённой части тела будет очень чувствительна к солнцу в течение нескольких лет после радиационной терапии. Вы должны осторожно обращаться с вашей кожей. Солнечный ожог может вызвать такую же реакцию на коже, какая была во время облучения.

Когда кожа заживёт после лечения:

- Пользуйтесь кремом от загара (30 SPF или больше) каждый раз, когда вы идёте на улицу.
- Защищайте облучённую часть тела от длительного воздействия солнечных лучей.

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER
UW Medicine

Radiation Oncology
Box 356043

1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195
206-598-4100



Skin Care During Radiation Therapy

Tips to help protect your skin in the area getting radiation therapy

You may have skin changes as a side effect of radiation treatments.

This handout offers tips to protect your skin and specific care tips for the area being treated.

After 2 to 3 weeks of radiation treatment, it is common that skin in the area being treated:

- May look red, irritated, or sunburned.
- May become dry and itchy or begin to peel.

Closely watch all places with skin folds, like the neck, stomach, armpits, under the breast, or in the groin or perineal area. The skin in these areas is more likely to become irritated.

Tips to Help Protect Your Skin

- Ask your radiation therapist what area of your skin is being treated.
- Bathe and shower as normal.
- Use soaps that do not contain lotions, perfumes, or deodorants, such as Ivory, Sensitive Skin Dove, Basis, or Neutrogena.
- Be extra gentle with your skin.
- Wear loose, soft clothing over the treated area.
- If you must shave in the treated area, use an electric razor only (no straight-edge or safety razors).
- Protect your skin from the sun with a hat, scarf, or other clothing.
- Keep the treatment area clean and dry.
- Gently wash off all creams and lotions before radiation treatment.
- Talk with your radiation nurse if you have any questions or problems with your skin.
- Tell the nurse when you notice changes in your skin.

General Care Tips

DO NOT:

- Use perfume, pre-shave, aftershave, deodorant, hair conditioner, or other styling products on the area being treated, unless told to by your doctor or nurse.
- Use products that contain heavy metals like aluminum or zinc, including zinc oxide ointment.
- Use oil- or petroleum-based products like Vaseline, baby oil, ointments, or vitamin E oil during treatment.
- Apply any gel, lotion, or cream to the skin for 2 hours before treatment.
- Use cornstarch or powder to replace deodorant or other powders. These can lead to fungal growth.
- Apply heat or cold (such as heating pads, electric blankets, hot water bottles, or ice packs) to treated skin.
- Expose treatment area to extreme heat or cold (such as hot showers, baths, saunas, direct sunlight, or cold air direct from an air conditioner).
- Use adhesive tape or Band-Aid on the treatment area.
- Scrub your skin with a washcloth.
- Scratch, scrub, or rub your skin.
- Wear tight clothing over the treatment area.

Care Tips for the Area Being Treated

Scalp

- Use baby shampoo or Neutrogena.
- Do not use conditioners, shampoo with conditioners, or styling products.
- Wear a hat when outside.

Face and Neck

- Do not wear or use make-up, moisturizer, sunscreen, perfume, or aftershave.
- Keep the area shaded from the sun.

Questions?

Call 206-598-4100

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns. UWMC clinic staff are also available to help at any time.

Radiation Oncology:
206-598-4100
Weekdays from 8 a.m.
to 5 p.m.

After hours, call the
Radiation Oncology
resident on-call at
206-598-6190.

Chest

- Do not use deodorant, unless approved by your doctor.
- Protect the area from the sun with clothing.

Abdomen or Pelvis

- Do not use lotion, powder, or cream on the area.
- Clean your bottom area well after bowel movements.
- Allow your skin to air dry, or dry with a hair dryer on cool setting at a short distance. Do not scrub or towel dry area if skin is irritated.

Arms, Hands, Fingers, Legs, Feet, or Toes

- Do not use lotion, cream, or sunscreen.
- Wear loose clothing.

Keep Your Skin Safe from the Sun

The skin in the treatment area will be very sensitive to the sun for years after radiation treatment. You will need to treat your skin with caution. Sunburn may cause your skin to have the same reaction it did to the radiation.

Once your skin heals from treatment:

- Use sunscreen (30 SPF or higher) each time you go outside.
- Protect the treatment area from prolonged sun exposure.

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER
UW Medicine

Radiation Oncology

Box 356043
1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195
206-598-4100