

接受放射治疗期间对皮肤的护理

保护皮肤的提示

本讲义是为接受放射治疗的患者准备。它提供了保护皮肤的提示，以及针对接受放射治疗部位的具体护理方法。

放射治疗对皮肤有何影响？

在接受放射治疗 2 至 3 周后，接受放射部位的皮肤可能会出现下列的情况：

- 皮肤看上去发红、受刺激或被晒伤
- 干燥、发痒或开始脱皮

请密切注意所有皮肤褶皱的部位。包括颈部、腹部、腋窝、乳房下方、腹股沟或胯部。这些地方的皮肤更有可能受到刺激。

有助于保护皮肤的提示

- 向放射治疗师咨询，那个部位的皮肤可能会受到放射治疗的影响。
- 像平常一样洗澡和淋浴。但是，**不要**使用含有润肤油、香水或除臭剂的肥皂。可以尝试 Ivory、敏感皮肤用的 Dove、Basis 或 Neutrogena 等品牌的产品。
- 对皮肤要特别轻柔。
- 治疗部位的衣服要宽松、柔软。
- 治疗区域的皮肤会非常敏感。如必须在治疗部位剃刮体毛，**只能**使用电动剃刀。不要使用直刃剃刀或安全剃须刀。
- 用帽子、围巾或其他衣物保护皮肤免受阳光照射。
- 治疗部位的皮肤要保持清洁及干燥。
- 在每次放射治疗前，要轻轻地洗去所有的润肤膏和药膏。



在接受放射治疗期间对皮肤要特别轻柔。

- 如对自己的皮肤有任何疑问或发现问题，请与放射科的护士交谈。当发现皮肤有变化时，请告诉护士。

基本的护理

- **不要**在接受治疗的部位使用香水、剃须前或剃须后专用液、体香剂、护发素或其他发型产品，除非医生或护士说可以用。
- **不要**使用含有铝或锌等金属的产品，包括氧化锌软膏。
- 在治疗期间，**不要**使用油性或石油基产品，如凡士林、婴儿油、软膏或维生素 E 油。
- 每次治疗前 2 小时内**不要**在皮肤上涂抹任何凝胶、乳液或乳霜。
- **不要**在皮肤上使用玉米淀粉或爽身粉。这些产品会导致皮肤出现真菌。
- **不要**在治疗部位的皮肤做热敷或冷敷。不要使用加热垫、电热毯、热水袋或冰袋。
- **不要**将治疗部位暴露在极热或极冷的环境中。**不要**将治疗部位暴露在极热或极冷的环境中，例如：用非常热的水淋浴或泡澡，桑拿或蒸汽浴，阳光直射，或直接吹到从空调器吹出的冷空气。
- **不要**在治疗部位使用胶带或创可贴。
- **不要**用毛巾擦洗皮肤。
- **不要**抓挠、擦洗或摩擦皮肤。
- 治疗部位**不要**穿紧身的衣服。

治疗部位的护理

头顶

- 使用婴儿洗发水或 Neutrogena。
- **不要**使用护发素、含护发素的洗发水或发型产品。
- 在户外时要戴帽子。

面部及颈部

- 不要使用化妆品、润肤品、防晒霜、香水或剃须后的专用液。
- 保持此部位免受阳光照射。

胸部

- 除非医生说可以、否则**不要**使用体香剂。
- 穿着遮盖胸部免受阳光照射的衣服。

腹部或盆腔

- **不要**在此部位使用润肤剂、爽身粉或乳霜。
- 排便后部位要清洁干净。
- 让皮肤自然风干，或将吹风筒设置在凉风档并隔一小距离将皮肤吹干。如皮肤受到刺激，**不要**用毛巾擦洗或擦干。

手臂、手、手指、腿、脚或脚趾

- **不要**使用乳液、护肤霜或防晒霜。
- 穿宽松的衣服。
- 穿宽松的鞋子、使脚趾和脚掌有足够的空间。

保持皮肤不受阳光的伤害

放射治疗后的多年里，在治疗部位的皮肤会对阳光非常敏感，需要小心地照顾好。晒伤可能会使皮肤产生与接受放射线相同的反应。

当放射治疗造成的皮肤受伤痊愈后：

- 每次外出时都要使用防晒霜（SPF30 或更高）。
- **不要**让治疗部位长期处于阳光直射下。

您有疑问吗？

我们很重视您的提问。如有疑问或顾虑时，请致电您的医生或医疗服务提供者。

UW Medical Center
Radiation Oncology 华大医疗中心癌症放射科电话：
206.598.4100