



放射治療的皮膚護理須知

簡介：

- 1) 病人接受體外放射治療時，由於放射線需要穿透皮膚，才能到達腫瘤所在位置，所以有時難免會出現一些皮膚反應。
- 2) 放射治療引起的皮膚反應有輕重之分，輕度反應包括：
 - a) 由於微絲血管膨脹引致的紅斑；
 - b) 皮膚色素加深；及
 - c) 因為表皮細胞脫落導致的乾性脫皮。
- 3) 如皮膚不但變紅，而且變濕，這便是較為嚴重的皮膚反應；是由於較深層的皮膚受損，出現滲液所致。
- 4) 放射治療的急性皮膚反應，一般都是暫時性，只要護理得宜，通常在放射治療完成後的數星期內可完全康復。

皮膚護理方法：

宜	忌
1. 保持放射治療範圍的皮膚乾爽。	對治療範圍的皮膚作不適當刺激而引致損傷，包括： <ul style="list-style-type: none">● 按摩、搓擦或搔抓皮膚。● 放置過冷或過熱的物品在皮膚上，如冰袋、熱水袋等。
2. 用和暖水及溫和梘液清潔皮膚，然後用柔軟毛巾輕輕印乾。Aqueous cream 可作為溫和梘液的代用品。	用力搓擦皮膚和水溫過熱。
3. 清潔皮膚時要小心保存放射治療的界線。若界線變得模糊，請通知醫護人員。	抹掉治療的界線。自行黏貼膠布來作保護，或界線模糊時，自行填補。
4. 皮膚乾燥時，可遵醫護人員建議購買適合的潤膚膏（如：「舒特膚」潤膚膏、「Physiogel」低敏滋潤修護霜、「QV」雪花霜），薄薄的塗搽治療範圍皮膚。	塗搽爽身粉、香水、止汗水等。這些物品可能含有刺激成分加劇皮膚反應。Aqueous cream 屬於潔膚品，不建議作潤膚膏使用。
5. 在治療部位應穿著鬆身的棉質衣服。	過於緊身和質地粗糙的衣物。
6. 可保持適量運動。	放射治療期間及療程完畢後，皮膚反應未完全康復前游泳。
7. 如需於陽光下工作，要穿著保護衣物，並塗搽太陽油作保護（太陽油只適用於治療完畢而皮膚傷口已癒合的時候）。	放射治療期間及之後一年內，讓治療範圍的皮膚長時間暴露陽光下。

宜	忌
8. 若皮膚出現輕微不良反應如變紅、脫皮或痕癢等，可遵醫生處方，薄薄的塗搽適當藥物。	於放射治療前兩小時內，塗搽這些藥物。
9. 當皮膚出現滲液或潰損等較嚴重的反應時，請遵照醫生或護士的指導，護理皮膚的傷口。	未經醫護人員指導，於傷口自行塗搽藥物或黏貼膠布。
10. 放射治療完畢，部份皮膚傷口可能會結痂。應該讓它隨著傷口逐漸康復而變小和自然脫落。	過早將傷口的結痂扯脫，延誤傷口的痊癒。

(**注意**：任何上述護膚品或藥膏，都必須 **避免** 於每次放射治療前兩小時內，塗搽在治療範圍的皮膚上。)

除上述一般護理措施外，根據您放射治療的部位，還需要注意以下標示的要點：

宜	忌
<input type="checkbox"/> 頭頸部：	
• 用溫和的洗頭水（如嬰兒洗頭水）洗頭。若使用風筒，要選用冷風來吹乾頭髮。	使用刺激性的洗頭水洗頭，或熱風吹乾頭髮。
• 選擇低領、圓領或無領的鬆身棉質衣服。	穿著衣領過緊的衣服或結領帶，容易擦傷皮膚。
• 男病人要用電鬚刨剃鬚。	用刀片鬚刨、剃鬚膏或鬚後水。
<input type="checkbox"/> 胸部：	
• 乳房部位接受放射治療的婦女，宜選用綿質及無鐵線承托的胸圍；如情況許可（如在家中），不妨選擇暫時不穿，以盡量減少擦傷皮膚的機會。	穿著過緊的衣服和胸圍。
<input type="checkbox"/> 盆腔部：	
• 選擇鬆身的棉質內褲；如情況許可（如在家中），不妨選擇暫時不穿，以盡量減少擦傷皮膚的機會。	穿著緊身的內褲。
• 皮膚摺疊的部位尤其要保持乾爽和清潔，如兩邊大腿內側和會陰處。假如同時出現腹瀉（另一種腹部或盆腔放射治療的常見副作用），會陰周圍的皮膚護理更要倍加留意。	

❧ 完 ❧