



تعليم المريض / مقدم الرعاية

# إرشادات العناية بالجلد أثناء تلقي العلاج الإشعاعي

تصف هذه المعلومات ردود الفعل الجلدية التي يجب ملاحظتها أثناء العلاج الإشعاعي وكيفية إدارتها.

## ردود الفعل الجلدية من العلاج الإشعاعي

تعتبر تغيرات الجلد شائعة ومتوقعة أثناء العلاج الإشعاعي. يتفاعل كل شخص مع العلاج بطريقة مختلفة.

يعتمد نوع رد الفعل الجلدي الذي قد تتعرض له على:

- الجزء الذي يتم علاجه من جسمك.
- نوع وجرعة الإشعاع التي تتلقاها.

أبلغ طبيبك أو ممرضتك إذا كنت تدخن أو إذا كنت تعاني من:

- ضغط الدم المرتفع
- مرض السكري
- أي من أمراض الأوعية الدموية الكولاجينية، مثل التهاب المفاصل الروماتويدي أو التهاب الجلد والعضلات (مرض يسبب طفح جلدي وضعف العضلات)
- لديك تاريخ من الإصابة بسرطان الجلد في المنطقة المراد علاجها

قد تؤثر هذه الحالات على كيفية التئام جروحك ومدى شدة رد الفعل لديك تجاه العلاج الإشعاعي.

## **أنواع ردود الفعل الجلدية أثناء العلاج الإشعاعي**

أثناء العلاج الإشعاعي، قد يصبح جلدك وردياً أو برونزياً؛ في موضع العلاج. مع استمرار العلاج، قد يصبح جلدك أحمر زاهي، أو داكن جداً، وقد يتورم. قد تشعر أيضاً بجفاف جلدك وتشعر أنه مشدود ومثير للحكة ويبدو متقشرًا.

يصاب بعض الأشخاص بطفح جلدي أو بثور في المنطقة التي يتلقون فيها العلاج الإشعاعي. قد تنفتح هذه البثور وتتقشر. إذا أصبت بردود فعل جلدية، فمن المرجح أن تصل ذروتها إلى أسبوعين بعد آخر جلسة علاج لك. قد يستغرق الأمر عدة أسابيع حتى يتحسن جلدك بعد الانتهاء من العلاج الإشعاعي.

أثناء تلقي علاجاتك، سيقوم فريق العلاج الإشعاعي بفحصك أسبوعيًا. حيث يقوم بفحص جلدك وتقديم توصيات للتغييرات في العناية بالجلد، حسب الحاجة.

## **العناية بجلدك أثناء العلاج الإشعاعي**

### **حافظ على نظافة جلدك**

- استحم أو اغتسل يوميًا باستخدام الماء الدافئ والصابون المخفف غير المعطر، مثل نيوتروجينا® أو دوف® أو صابون الأطفال أو بيزيس® أو سيتافيل®. اشطف جلدك جيدًا وجففه بمنشفة ناعمة.
- عند الغسيل، تعامل بلطف مع جلدك في المنطقة التي تتم معالجتها. لا تستخدم منشفة أو قطعة قماش للتنظيف أو ليفة أو فرشاة.
- علامات الوشم التي حصلت عليها قبل العلاج ستكون دائمة ولن تزول.

وقد يتم عمل علامات أخرى لديك أثناء العلاج مثل مخطط منطقة العلاج بنقاط ملموسة أرجوانية اللون. يمكنك إزالة هذه العلامات بالزيت المعدني عندما يسمح المعالج بالإشعاع بذلك.

- لا تستخدم الكحول أو المسحات الكحولية على جلدك في المنطقة التي يتم علاجها.

## رطب جلدك كثيرًا

- ابدئي في استخدام أحد المرطبات عند بدء العلاج. هذا قد يساعد في تقليل أي رد فعل للجلد. يمكنك استخدام مرطب بدون وصفة طبية. عند اختيار مرطب، فاختر مرطبًا لا يحتوي على أي روائح أو لانولين. هناك عدد من المنتجات الصالحة للاستخدام، وقد تقترح عليك ممرضتك أحد هذه المنتجات. استخدمه مرة واحدة فقط في كل جلسة ما لم تطلب منك الممرضة استخدام المزيد.
- قد يتم وصف دواء لك في بداية العلاج الإشعاعي أو أثناءه لعلاج حكة الجلد. هناك عدد من المنتجات الصالحة للاستخدام، وقد تقترح عليك ممرضتك أحد هذه المنتجات. استخدمه مرة واحدة فقط في كل جلسة ما لم تطلب منك الممرضة استخدام المزيد.
- ضع المرطب مرتين في اليوم.
- لا تضع المرطبات على المناطق المفتوحة (الجروح) من جلدك.

## تجنبي تهيج جلدك في منطقة العلاج

- ارتدي ملابس قطنية فضفاضة فوق المنطقة المعالجة.
- استخدم فقط المرطبات أو الكريمات أو المستحضرات التي أوصى بها طبيبك أو ممرضتك.

- لا تستخدمى مستحضرات التجميل أو العطور أو المساحيق أو مستحضرات ما بعد الحلاقة فى المنطقة المعالجة.
- يمكنك استخدام مزىل العرق على الجلد السلىم فى المنطقة التى يتم علاجها. توقفى عن استخدامه إذا تهىج جلدك.
- لا تحلق الجلد المعالج. إذا كنت مضطراً للحلاقة، استخدم ماكينة الحلاقة الكهربية وتوقف إذا تهىج الجلد.
- لا تضع أى شريط لاصق على الجلد المعالج.
- لا تعرض جلدك للتلامس مع أسطح ساخنة أو باردة للغاية. ويشمل ذلك أحواض المياه الساخنة وزجاجات المياه وكمادات الحرارة وكمادات الثلج.
- لا تضع أى لصقات على المنطقة المعالجة، بما فى ذلك لصقات الألم.
- إذا كان جلدك يعانى من الحكّة، فتجنب خدشه. اسأل ممرضتك عن التوصيات حول كيفية تخفيف الحكّة.
- إذا لم تظهر لديك أى تفاعلات جلدية أثناء العلاج، يمكنك السباحة فى حمام مكلور. ومع ذلك، تأكد من شطف الكلور بعد الخروج من حمام السباحة مباشرة.
- تجنب تسمير جلدك فى الشمس أو حرقه أثناء وبعد الانتهاء من العلاج. إذا كنت ستتعرض لأشعة الشمس، فاستخدم واقياً من الشمس خالياً من مادة حمض بارا أمينوبنزويك مع عامل حماية من الشمس 30 أو أعلى. أيضاً، ارتدى ملابس فضفاضة تغطىك قدر الإمكان.

## اتصل بطبيبك أو ممرضتك إذا كنت تعاني من:

- حمى تبلغ 100.4 ° فهرنهايت (38 ° مئوية) أو أعلى
- الرعشة

- زيادة الألم أو الانزعاج
- زيادة الاحمرار أو التورم أو أن يكون الجلد متصلبًا أو ساخنًا عند لمسه
- طفح جلدي أو تقرحات في جلدك في المنطقة المعالجة
- نزح من جلدك في المنطقة المعالجة
- أي جروح مفتوحة جديدة أو تغيرات في جلدك
- أي أعراض أو مشاكل جديدة أخرى

إذا كانت لديك أي أسئلة، فيُرجى التواصل مع أحد أعضاء فريق الرعاية الصحية مباشرة. إذا كنت مريضًا في مركز ميموريال سلون كيترينج وتحتاج إلى التواصل مع أحد مقدمي الرعاية بعد الساعة 5 مساءً أو في أثناء عطلة نهاية الأسبوع أو في إجازة رسمية، فيُرجى الاتصال على الهاتف 2000-639-212.

لمزيد من الموارد، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) للبحث في مكتبتنا الإلكترونية.

Skin Care Guidelines While You Are Receiving Radiation Therapy -  
Last updated on December 12, 2018  
جميع الحقوق مملوكة ومحفوظة لمركز Memorial Sloan Kettering لعلاج السرطان