



患者及照护者教育

接受放射治疗期间的皮肤护理指南

本信息介绍了在接受放射治疗期间应注意的皮肤反应以及应对方法。

放射治疗引起的皮肤反应

在放射治疗期间，皮肤变化非常常见，这是预期会发生的情况。每个人对治疗的反应各不相同。

您可能出现的皮肤反应类型取决于：

- 您接受治疗的身体部位。
- 您接受的放射治疗类型和剂量。

如果您吸烟或患有以下疾病，请告知您的医生或护士：

- 高血压
- 糖尿病
- 任何胶原血管疾病，如类风湿性关节炎或皮炎（一种导致皮疹和肌肉无力的疾病）
- 将接受放射治疗的部位有皮肤癌病史

上述疾病可能会影响您伤口的愈合以及您对放射治疗反应的程度。

放射治疗期间的皮肤反应类型

在放射治疗期间，您治疗部位的皮肤可能会变成粉色或古铜色。随着治疗的继续，您的皮肤可能会变成鲜红色或变得很暗，还可能会肿胀。您的皮肤还可能变干、紧绷、瘙痒、干裂起皮。

有些人接受放射治疗的部位会出现皮疹或水泡。这些水泡可能会开裂、脱皮。如果您出现皮肤反应，最有可能在最后一次治疗后两周内达到高峰。放射治疗结束后，皮肤可能需要数周时间才能好转。

在您接受治疗期间，放射团队每周都会对您进行访视。他们会检查您的皮肤，并根据需要提出改变皮肤护理的建议。

放射治疗期间的皮肤护理

保持皮肤清洁

- 每天使用温水和温和的无味肥皂（如 Neutrogena®、多芬®、婴儿肥皂、Basis® 或 Cetaphil®）泡澡或淋浴。充分冲洗皮肤，并用软毛巾轻拍，以吸干水分。
- 在清洗时，请轻柔对待治疗区域的皮肤。请勿使用毛巾、澡巾、丝瓜络或刷子。
- 治疗之前的纹身标记是永久性的，无法洗掉。治疗期间，您的皮肤上可能还会出现其他标记，例如：治疗区域的轮廓（紫色毡毛尖马克笔标记）。您可以遵照放射治疗师的指示，用矿物油去除这些标记。
- 请勿在治疗区域的皮肤上使用酒精或酒精棉片。

经常滋润您的皮肤

- 治疗开始后，经常使用保湿剂。这将有助于最大程度地减少任何皮肤反应。您可以使用非处方保湿剂。在选择保湿剂时，请选择不含任何香精或羊毛脂的保湿剂。有许多产品很好用，您的护士可能会向您推荐其中一种。请一次仅使用一款产品，除非您的护士告知您可以使用多款。
- 在放疗开始时或放疗期间，可能会为您开具一些治疗皮肤瘙痒的药物。有许多产品很好用，您的护士可能会向您推荐其中一种。请一次仅使用一款产品，除非您的护士告知您可以使用多款。
- 每天涂抹保湿剂 2 次。
- 请勿将保湿剂涂抹在皮肤的开放部位。

避免刺激治疗部位的皮肤

- 请在治疗区域穿着宽松的棉质衣物。
- 仅使用您的医生或护士推荐的保湿剂、乳霜或乳液。
- 请勿在治疗区域使用化妆品、香水、化妆粉或须后水。
- 您可以在治疗区域的未受损皮肤上使用除臭剂。如果您的皮肤出现刺激，请停止使用。
- 请勿对治疗部位的皮肤进行刮毛操作。如果必须刮除毛发，请使用电动剃须刀，如果皮肤出现刺激，请立即停止。
- 请勿在治疗过的皮肤上粘贴胶带。
- 请勿让治疗过的皮肤接触极端高温或低温。包括热水浴缸、水

瓶、加热垫和冰袋。

- 请勿在治疗区域贴敷任何贴剂，包括疼痛贴剂。
- 如果您感觉皮肤瘙痒，切勿抓挠。您可以向护士咨询有关如何缓解瘙痒的建议。
- 如果您在治疗期间没有出现任何皮肤反应，您可以在含氯泳池内游泳。但是，请确保在离开泳池后立即冲洗掉氯。
- 在治疗期间和治疗结束后，请避免晒黑或灼伤皮肤。如果您会暴露在阳光下，请使用 SPF 为 30 或更高的不含 PABA 的防晒霜。此外，请尽量穿着宽松且能够尽量遮住全身的衣服。

如果出现以下情况，请致电联系您的医生或护士：

- 体温达到或超过 100.4°F (38 °C)
- 发冷
- 疼痛或不适加重
- 皮肤发红或肿胀加剧，或者皮肤发硬或发热
- 治疗部位的皮肤出现皮疹或起泡
- 治疗部位的皮肤有渗出液
- 皮肤出现任何新的开放部位或变化
- 任何其他新发症状或问题

如果您有任何疑问，请直接联系您的医疗团队成员。如果您是 MSK 的患者，并需要在 下午 5:00 周末或节假日联系医务人员，请您致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

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

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利