

指甲变化



癌症治疗会影响指甲中快速生长的细胞，导致指甲或脚趾甲发生变化。虽然严重程度因人而异，但指甲的变化是明显可见的，而且会让人感到不舒服，有时还会影响您的日常活动，比如扣纽扣。指甲可能发生的变化包括指甲破裂、变黑、周围肿胀和发红。这其中有很多会在治疗完成几周后开始改善，但是在治疗阶段应注意减少不适感并预防并发症。

指甲发生变化的原因

有些癌症疗法比其他疗法更容易导致指甲变化。包括：

- **化疗药物**，尤其是紫杉醇类药物（例如，紫杉醇、多烯紫杉醇）、蒽环类药物类（例如，阿霉素）和卡培他滨或 5-氟尿嘧啶。
- **激素疗法药物**，即他莫昔芬。
- **靶向疗法药物**，尤其是 EGFR 抑制剂（例如，厄洛替尼）。

您需要注意什么

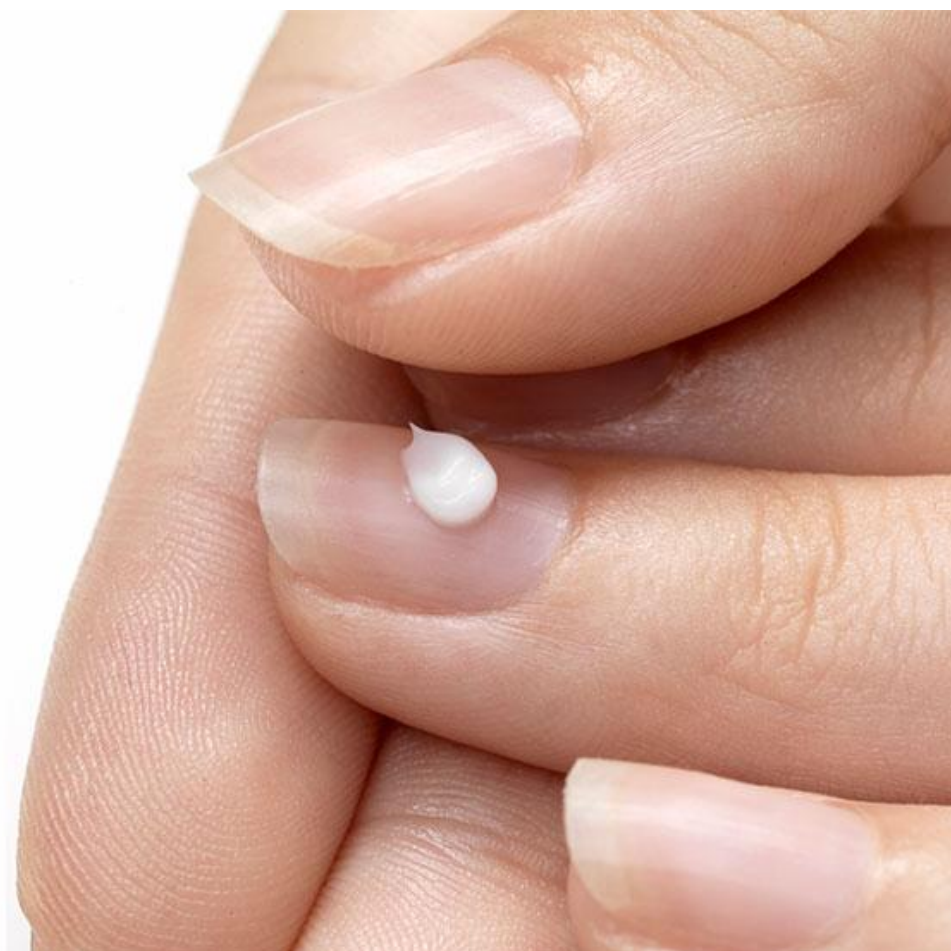
并非所有人都会经历指甲的变化，如果有的话，一般是在癌症治疗开始后 3-至 6 周出现。其中包括：

- 指甲变脆，使其更容易断裂或开裂
- 指甲颜色变化：变黑或颜色变化（例如，变为黄色或棕色）
- 指甲厚度、形状或质地发生变化
- 指甲与指甲床分离
- 指甲上出现线纹、沟槽或脊线
- 周围皮肤发红、疼痛或磨损
- 指甲向内生长
- 指甲生长缓慢

与化疗引起的变化不同，靶向治疗引起的指甲变化通常有甲襞感染（甲沟炎）和指甲周围容易出血的红皮肤增生（化脓性肉芽肿）。

如何治疗

大多数指甲问题都是暂时性的，应会在几周内治愈。指甲上的痕迹会慢慢长出来。护理指甲以防止并发症是治疗指甲问题的最佳方法（参见下文“**您可以做什么**”）。如果指甲周围发生细菌或真菌感染，医生可能会开给您抗生素或抗真菌药物。



您可以做什么

以下是可以帮助您管理和预防指甲变化及其并发症的注意事项：

✓	✗
<p>防止指甲受损</p> <ul style="list-style-type: none">● 剪短指甲，用指甲锉把指甲边缘磨光滑● 定期滋润指甲及其周围皮肤，防止干燥● 如果指甲完好无损，可以使用无甲醛的指甲油来掩盖颜色变化，并增加指甲强度。如果指甲松动或变得非常干，可以考虑用指甲保湿霜代替指甲油● 使用不含丙酮的卸甲油，它更温和也不会导致指甲干燥	<ul style="list-style-type: none">● 避免穿太紧的鞋子
<p>预防感染</p> <ul style="list-style-type: none">● 保持双手和指甲清洁，避免感染● 做家务或园艺时，戴上防护手套以保护指甲。长时间接触水会增加甲床真菌感染的风险	<ul style="list-style-type: none">● 避免使用人造指甲，因为它们可能会藏有细菌并引起感染。指甲黏合剂也可能含有引起过敏反应的化学物质● 避免专业的美甲和足疗，因为共用美甲工具有感染的风险● 避免咬指甲● 避免撕掉或剥离周围磨损或松散的皮肤。用干净的指甲剪小心剪掉

何时联络您的癌症护理团队

一旦发现指甲发炎或感染的迹象，请立即通知医生或护士：

- 发红和发热
- 肿胀
- 流出液体或脓液
- 疼痛加剧

如果您对上述信息有任何疑问，请致电癌症援助热线+65 6225 5655 或向您的医生或护士咨询以了解更多详情。

以上内容是在“淡马锡基金会—爱惜关怀项目（便利癌症护理，扶持癌症病患）”（*Temasek Foundation-ACCESS programme, Accessible Cancer Care to Enable Support for Survivors*）计划下提供，该计划是一个全方位的关怀护理项目，为癌症患者在其护理和康复过程中提供支持。

上述内容已获得新加坡国立癌症中心（NCCS）癌症教育与资讯服务（*Cancer Education and Information Services*）的批准，适用于癌症患者及其家人和看护者。但是，这些信息仅供参考，不得代替医学诊断、治疗或建议。对于特定的医疗状况，请向您的医疗团队寻求专业的医疗建议。

赞助机构：

TEMASEK
FOUNDATION

