

皮肤变化



癌症治疗可能会导致不同类型的皮肤变化和反应，这可能是导致不适和疼痛的原因之一。虽然皮肤变化通常是轻微的，并会在治疗结束后改善，但有些可能可能很严重，或可能造成长期损害。但是，并非所有变化都是不好的，某些皮疹实际上表明身体对癌症治疗的反应良好。因此，一旦您发现任何皮肤变化或反应，请务必告知您的医生或护士，以便及时进行评估和治疗。

皮肤变化的原因

- **化疗。**化疗的目标是我们体内快速生长的细胞，包括我们的皮肤细胞。变化可能发生在身体的任何部位（例如，指甲下的皮肤变黑）。有时，皮肤变化可能表明对所接受的化疗药物有[过敏反应](#)。
- **放射治疗。**经过一至二周的治疗后，接受放射疗法治疗的患者通常会在接受放射线的部位出现皮肤变化。这些症状通常会在治疗结束后几周内改善。
- **靶向治疗。**在接受特定类型的靶向治疗的最初几周内，面部和上半身可能会出现痤疮样皮疹，同时还会出现其他皮肤相关问题，如皮肤干燥、瘙痒和对阳光的敏感性增加。导致皮肤变化的靶向治疗药物包括：阿法替尼、西妥昔单抗、厄洛替

尼、依维莫司、吉非替尼、拉帕替尼、奥西替尼、帕尼单抗、索拉非尼、舒尼替尼和维拉非尼。

- **免疫治疗。**免疫治疗引起的皮肤变化取决于所接受的特定药物，可能包括皮肤和眼睛发痒、发红、起泡或发黄。引起皮肤相关问题的常见免疫治疗药物包括：纳武单抗、派姆单抗、阿特朱单抗和伊匹单抗。
- **移植物抗宿主病。**移植物抗宿主病是干细胞移植后的一种并发症，供体细胞将自身细胞视为外来细胞并攻击它们，可导致皮疹和水疱等皮肤问题。
- **长时间受压。**行动不便会导致身体某些部位持续受压，这可能导致压疮。尾骨、耳朵和脚后跟是压疮的常见部位，因为这些部位脂肪较少。预防是控制压疮的关键，及时的治疗对于减少不适感和防止病情恶化非常重要。
- **癌症。**癌症有时会破坏皮肤并引起被称为“恶性伤口”的伤口。与这些伤口相关的问题包括异味、出血或液体渗漏。如果您有恶性伤口，请告知护士，他/她将能够建议您如何更好地处理伤口。

您需要注意什么

根据您的病情和所接受的癌症治疗类型，您可能会经历的皮肤变化包括：

- 皮肤干燥、脱皮或剥落
- 发红
- 发痒
- 光敏性（对阳光的敏感性增加、更容易被晒伤）
- 色素沉着（出现暗斑或皮肤泛黑）
- 化疗部位的静脉变色
- 皮疹（痤疮样或任何形式的发炎或肿胀的皮肤）
- 荨麻疹（皮肤突起、发痒）
- 起泡或湿疮
- 皮肤灼伤或疼痛
- 受压部位皮肤破损
- 手掌或脚底刺痛或麻木

如何治疗



治疗将取决于皮肤问题的原因和严重程度，以及您可能遇到的任何相关症状。这些可能包括：

- 皮肤护理建议（请参阅下文的“**您可以做什么**”部分）
- 药用护肤霜（例如，含有皮质类固醇的护肤霜）可缓解您的不适
- 针对感染迹象的抗生素治疗
- 使用抗组胺药（例如，仙特明）治疗过敏反应并帮助缓解全身瘙痒
- 服用止痛药缓解疼痛

您的医生还将决定是否需要调整治疗，特别是如果您经历更严重的皮肤反应和问题时。如有必要，医生会将您转介给专门治疗皮肤病的皮肤科医生。

您可以做什么

尽管无法完全避免某些皮肤变化，但是您可以采取一些措施来减轻不适症状并预防并发症。在开始任何癌症治疗之前，就需要定期对皮肤进行保湿和防护。以下是您可以采取的一些其他步骤：

✓	✗
<ul style="list-style-type: none"> ● 仅使用温和的肥皂清洁皮肤。冲完凉后，用毛巾拍干身体，而不是用力搓揉。这也适用于发炎的部位。 ● 在淋浴或泡澡时使用温水而不是热水冲凉和泡澡的时间不要过长，避免泡泡浴。 ● 使用无香味、低过敏性的乳霜类保湿产品或乳液，每天至少两次为皮肤保湿。在冲凉后的五分钟内涂抹保湿霜，此时皮肤仍然湿润。 ● 确保身体水分充足。在医生许可的情况下摄入大量水分。 ● 涂抹防晒系数不低于 30 的防晒霜，尤其是在衣物没有覆盖的部位。使用防晒润唇膏。即使阴天外出，也要注意防晒。 ● 穿宽松的长袖衣服以防晒伤，并避免任何敏感区或接受辐射治疗的部位被阳光直射。选择棉质或其他柔软面料的内衣和衣服，以防止刺激皮肤。用温和的洗涤剂洗衣服。 ● 穿舒适的袜子和鞋子以防受伤 ● 保持皮肤敏感区域清洁干燥。如果出现皮肤敏感（例如，男性面部），应在数天内不要剃须，或等到症状消失之后再剃须。 ● 在接触洗涤产品后，要清洗和拍干双手，以保护双手。 ● 清洁碗碟或从事园艺时请戴上橡胶手套。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 避免使用含有酒精或香味的产品（包括香水、古龙水、肥皂、须后水），因为它们会引起刺激和干燥。 ● 避免阳光直射。 ● 避免饮酒和含咖啡因饮料。 ● 避免使用会使皮肤粗糙的产品（例如，浴用磨砂膏）。 ● 避免将热敷袋或冷敷袋或绷带放在放射治疗的部位上。如有需要，使用凉爽的湿布来缓解疼痛 ● 避免在接受放射治疗后的四小时内涂面霜。

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">● 考虑使用含有薄荷或樟脑的面霜来帮助缓解皮肤瘙痒。 | |
|--|--|

何时联络您的癌症护理团队

如果发现或出现以下任何情况，请通知您的医生或护士：

- 过敏反应的迹象：荨麻疹伴有肿胀、呼吸困难或胸痛。如果出现以下情况，应该立即就医：
- 感染迹象：发烧超过 38 度，打寒战或身体僵硬
- 皮肤变化或皮疹恶化
- 影响日常活动或睡眠的不适症状（例如，发痒、疼痛）
- 皮肤上出现明显的溃疡或水疱

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

