American Cancer Society®
Every cancer. Every life.®

如何应对 皮肤变化

What to Do for Skin Changes - Chinese

癌症和癌症治疗会导致皮肤变化，如皮疹、皮肤干燥、颜色变化和瘙痒等症状。

皮肤变化是人身体对治疗的正常反应。如果在您服用治疗癌症的药物时皮肤发生的变化过快，则可能表明您对该药物过敏。

请告诉您的癌症医护团队任何皮肤变化，这一点非常重要。如果不治疗皮肤变化，症状可能会恶化，有些皮肤变化可能会导致感染。

我应该注意哪些常见的皮肤变化症状

皮疹是一些癌症治疗的常见副作用。出现皮疹的风险和严重程度取决于患者所患癌症的类型及其接受的治疗类型。皮疹可能出现在头皮、面部、颈部、胸部、背部上方，有时还会出现在身体的其他部位，可能会感觉瘙痒、灼热、刺痛或疼痛。

皮肤干燥是某些治疗的另一个副作用。皮肤会变得非常干燥、有鳞屑、粗糙、发红等症状，有时还会疼痛感。皮肤甚至可能裂开。症状可能自行发生，也可能同时伴有皮疹。皮肤干燥会引起瘙痒。

瘙痒可能是由某些癌症、癌症治疗、癌症治疗中使用的药物、皮肤干燥、皮疹或感染引起的。经常抓挠皮肤会导致皮肤出血或感染，尤其是在皮肤破裂的情况下。

手足综合征 (HFS) 可由许多癌症治疗药物引起。疼痛、敏感、刺痛和麻木是HFS的早期症状。然后，手掌和脚底开始出现红肿。这种发红看起来很像晒伤，可能会起水泡。在不好的情况下，水泡会裂开并变成溃疡。皮肤也会变得干燥、剥落和破裂。

皮肤颜色的变化可能是某些癌症治疗、肿瘤生长或阳光照射的副作用。一些颜色变化可能会随着时间的推移而恢复。也有一些可能会持续更长时间。

您可以采取的预防或控制皮肤变化的措施

需要：

- 如果您的癌症医护团队同意，请每天至少喝 8 杯液体。
- 使用不含酒精、香水或染料的温性香皂、沐浴露、洗发水、乳液和面霜。询问您应该使用什么产品或品牌。
- 用温水或冷水清洗，不要用热水。保持短暂的沐浴时间，用毛巾拍干自己的皮肤，不要揉搓皮肤。
- 白天使用润肤霜滋润皮肤。最佳润肤时间是在洗澡后，这时的皮肤仍然湿润。
- 减少剃须的频率，或在皮肤感觉酸痛时停止剃须。电动剃须刀可以帮助您防止剃须时被割伤。
- 尽量远离阳光。如果外出，请使用 SPF 至少为 30 的润唇膏和防晒霜，并穿着长袖衣服、戴帽子。

改善皮肤变化的措施

需要:

- 如果脚底感觉微痛, 穿凝胶鞋垫可能会有所帮助。
- 使用可以遮盖皮疹而不会使皮疹症状恶化的化妆品品牌。询问您可以使用的产品或品牌。
- 经常穿柔软、宽松的衣服, 会比紧身的衣服感觉更舒适。
- 使用医护团队给您的药物, 并按照他们告诉您的方式服用。

不要:

- 使用气味浓郁的洗衣粉。
- 在与您的癌症医护团队交谈之前, 先用非处方药治疗您的皮肤。
- 在非常炎热或非常寒冷的天气里待在户外。

与您的癌症医护团队交谈。

许多皮肤变化的症状是可以治疗的, 您可以采取一些措施来预防。请告诉您的癌症医护团队您正在遭受的皮肤变化。当您注意到这些变化时, 让他们知道导致这些 皮肤变化好转或恶化的因素。皮肤变化可以治疗而且应该尽早。

要了解有关癌症方面的信息和答案, 请访问美国癌症协会网站 cancer.org 或致电 1–800–227–2345 联系我们。我们随时为您提供服务。

©2024, American Cancer Society, Inc.
No. CHI214303 Rev. 7/24

BBB ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity