American Cancer Society
Every cancer. Every life.®

Ano ang Gagawin para sa Mga Pagbabago sa Balat

Ang mga pagbabago sa balat ay bahagi ng normal na pagtugon ng katawan sa paggamot. Ang mga pagbabagong ito ay maaaring maapektuhan ang balat saan man sa iyong katawan, kabilang ang iyong anit. Karamihan sa mga pantal at pagbabago sa balat ay lumalabas sa loob ng ilang linggo ng paggamot, ngunit maaaring mangyari ang mga ito sa anumang oras.

Ano ang sanhi ng mga pagbabago sa balat sa mga taong may cancer?

Maraming bagay ang maaaring magdulot ng mga pagbabago sa balat sa mga taong may cancer. Kabilang sa mga ito ang:

- Karamihan sa mga uri ng paggamot sa cancer, kabilang ang chemotherapy, targeted drug therapy, immunotherapy, at radiation therapy
- Mga gamot tulad ng para sa pananakit o pagkaalibadbad at pagsusuka
- Mga partikular na cancer, tulad ng leukemia, lymphoma, at breast cancer
- Iba pang mga problema sa kalusugan tulad ng psoriasis

Ano ang ilang karaniwang pagbabago sa balat?

Ang **pantal** ay isang karaniwang side effect ng ilang paggamot sa cancer. Ang Ang panganib na magkaroon ng pantal at kung gaano ito kalubha ay depende sa uri ng cancer at sa paggamot nito. Maaaring lumitaw ang mga pantal sa anit, mukha, leeg, dibdib, itaas na bahagi ng likod, at iba pang bahagi ng katawan. Ang mga ito ay maaaring maging makati, mahapdi, o masakit.

Ang **panunuyo ng balat** ay isa pang side effect ng ilang paggamot. Ang balat ay maaaring lubhang manuyo, mangaliskis, gumaspang, mamula, at paminsan-minsan, sumakit. Maaaring rin itong mabiyak. Maaaring mangyari ito nang kusa o na may kasamang pantal. Ang panunuyo ng balat ay maaaring magdulot ng pangangati.

Ang **pangangati** ay maaaring maging dulot ng ilang cancer, paggamot sa cancer, mga gamot, panunuyo ng balat, pantal, o impeksyon. Ang labis na pagkamot ay maaaring magdulot ng pagdurugo ng balat o impeksyon, lalo na kung nasira ang balat.

Ang **hand-foot syndrome (HFS)** ay maaaring maging dulot ng ilang gamot na ginagamit sa paggamot ng cancer. Ang pananakit, pagiging sensitibo, pangingilig, at pamamanhid ay maaagang sintomas ng HFS. Pagkatapos, magsisimula na ang pamumula at pamamaga sa mga palad ng kamay at ilalim ng paa. Ang pamumulang ito ay kamukha ng pagkasunog sa araw at maaaring mamaltos. Sa malulubhang kaso, maaaring magbukas ang mga paltos at maging mga singaw. Maaari ring manuyo, mamalat, at mabiyak ang balat.

Maaaring mangyari ang **mga pagbabago sa balat** bilang side effect ng ilang paggamot sa cancer, paglaki ng tumor, at pagkabilad sa araw. Ang ilang pagbabago sa balat ay maaaring bumuti sa pagdaan ng panahon. Maaaring tumagal ang ibang mga pagbabago sa balat.

Paano ginagamot ang mga pagbabago sa balat?

Hindi lahat ng pagbabago sa balat ay nangangailangan ng paggamot. Ngunit kung mayroon kang mga sintomas na malubha o hindi mawala-wala, maaari kang kumuha ng:

- Mga terapiya na ipinapahid sa balat, tulad ng mga moisturizer o steroid cream
- Mga iniinom na steroid upang makatulong sa pagpapakalma ng immune na reaksyon
- Immunotherapy para sa mga napakalubhang pantal ay hindi tumutugon sa iba pang mga paggamot
- Antibiotics para sa mga napakalubhang problema sa balat o impeksyon
- Iba pang mga paggamot, tulad ng mga antihistamine, gamot sa pananakit, o malamig na tela

Ano ang maaari mong gawin upang makatulong sa pamamahala ng mga pagbabago sa balat?

Gawin ang:

- Uminom ng hindi bababa sa 8 baso ng liquids araw-araw, kung sasabihin ng iyong cancer care team na okey ito.
- Gumamit ng mga banayad na sabon, body wash, shampoo, lotion, at cream na hindi naglalaman ng alkohol, pabango, o dye. Itanong kung anong mga produkto o tatak ang dapat mong gamitin.
- Maghugas gamit ang maligamgam o malamig na tubig, hindi ng mainit na tubig. Panatilihing panandalian ang pagligo, at tapik-tapikin ang iyong sarili gamit ang tuwalya sa halip na ipamunas ito sa balat.

- I-moisturize ang iyong balat sa araw. Ang pinakamainam ay pagkatapos mong maligo, habang ang iyong balat ay basa pa.
- Dalangan ang pag-ahit, o itigil ang pag-ahit kapag naghahapdi ang iyong balat. Gumamit ng de-kuryenteng pang-ahit upang maiwasan ang mahiwa.
- Limitahan ang oras sa ilalim ng araw. Kung lalabas ka, gumamit ng lip balm at sunscreen na may SPF na 30 o mas mataas pa. Magsuot ng damit na may mahahabang manggas at pati na rin ng sombrero

Ano ang maaari mong gawin upang makatulong na mas mapabuti ang mga pagbabago sa balat?

Gawin ang:

- Subukan ang mga gel na shoe insert kung nananakit ang iyong talampakan.
- Gamitin ang mga tatak ng makeup na matatakpan ang pantal nang hindi nagpapalala rito. Itanong kung anong mga produkto o tatak ang magagamit mo.
- Magsuot ng malambot at maluwang na damit. Madalas na mas mabuti ang pakiramdam nito kaysa sa mga masikip na damit.
- Gamitin ang gamot na ibinibigay sa iyo ng iyong cancer care team, at inumin ito sa paraang ibinibilin nila.

Huwag:

- Gumamit ng mga detergent na panlaba na may malakas na amoy.
- Gamutin ang iyong balat gamit ang mga gamot na nabibili sa botika nang walang reseta (over-the-counter) bago makipag-usap sa iyong cancer care team.
- Huwag gugulin ang oras sa labas kapag napakainit o napakalamig ng panahon.

Kailan kakausapin ang iyong cancer care team

Ipaalam sa iyong cancer care team na mayroon kang:

- Panibago o lumalalang pantal, mga pagbabago sa balat, o sugat
- Pangangati na hindi mawala-wala o pinipigilan lang makatulog nang mahigit 2 araw
- Mga bahagi ng balat na magaspang, matingkad na pula, o masakit
- Balat na bukas, nagdurugo, o namamaltos
- Mga pasa na hindi mawala-wala sa loob ng isang linggo
- Naninilaw na balat o mga puti sa mata
- Mga problema sa balat na may lumalabas na likido, nana, o iba pang mabahong katas.

Ipaalam sa iyong cancer care team kung ano ang mas nagpapabuti o nagpapalala sa mga pagbabago. Maaari at dapat gamutin ang mga pagbabago sa balat sa lalong madaling panahon. Kung hindi gagamutin, maaaring lumala ang mga ito at ang ilan ay maaaring magresulta sa impeksyon.

Kailan tatawag sa 911 o pupunta sa ER

Tumawag sa 911 o pumunta agad sa emergency room (ER) kung ikaw ay may mga palatandaan o sintomas ng allergic na reaksyon, tulad ng:

- Pamamaga sa palibot ng iyong mukha, lalamunan, o bibig
- Pangangapos ng hininga (maaaring namumutla o nangingitim ang labi o bibig)
- Pag-ubo o paghingang may huni
- Mabilis, kinakapos na hininga
- Mabilis o hindi regular na pagtibok ng puso
- Pananakit ng dibdib o kawalan ng kaginhawaan
- Pamamawis o malamig, mamasa-masang balat
- Mga pantal, pamamaga ng balat, o makating balat.

O kung mayroon kang mga pagbabago sa balat kasama ang anumang mga palatandaan ng impeksyon, tulad ng:

- Lagnat o panginginig
- Pangangapos ng hininga
- Mabilis o hindi regular na pagtibok ng puso
- Mababang presyon ng dugo
- Panibago o lumalang pagkalito
- Hindi pag-ihi o pag-ihi lamang ng kaunti na matingkad na orange o brown

Para sa higit pang impormasyon at suporta, bisitahin ang website ng American Cancer Society sa **cancer.org/tagalog** o tumawag sa amin sa **1-800-227-2345**. Narito kami kapag kailangan mo kami.

©2026, American Cancer Society, Inc.
No. TAG214311 Rev. 4/26

BBB. ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity