

Що робити, якщо є ЗМІНИ НІГТІВ

Зміни нігтів можуть відбуватися на руках, на ногах або і там, і там. Ці зміни можуть впливати на те, як нігті виглядають, відчуються й функціонують. Зміни можуть бути тимчасовими або тривалими.



Що викликає зміни нігтів у людей з раком?

Зміни нігтів можуть відбуватися з багатьох причин. Вони можуть

відбуватися через:

- лікування раку, таке як хіміотерапія, імунотерапія та таргетна медикаментозна терапія
- деякі види раку, такі як рак шкіри
- лікарські препарати чи терапевтичні засоби для інших захворювань



Якими є деякі поширені зміни нігтів?

Зміни нігтів можуть стосуватися нігтьової пластинки (найтвердішої частини нігтя — тієї, яку можна побачити) та нігтьового ложа (тканини під нігтьовою пластинкою). До числа деяких поширених змін нігтів входять:

- темні ділянки під нігтем, які виглядають як синці та найчастіше спостерігаються вздовж кутикули (нижнього краю нігтя)
- невеликі тонкі тріщини або глибокі порізи чи розриви на кінчику пальця, нігтьовій пластинці або нігтьовому ложі, що можуть бути болючими
- невеликі червоні лінії, що являють собою крихітні ділянки крововиливу під нігтьовою пластинкою
- потемніння шкіри навколо нігтя або на самому нігті (зміни кольору)
- почервоніння, а іноді й набряклість нігтьового ложа та шкіри навколо пальця руки або ноги, що може бути ознакою інфекції та може бути болючим

- підняття нігтьової пластинки, яке може підвищити ризик інфікування та відпадання нігтя
- повна втрата нігтьової пластинки, що може бути болючим і підвищує ризик інфекції доти, доки ніготь не відросте заново
- гребені або кольорові лінії на нігтьовій пластинці, які пройдуть після закінчення лікування



Як лікують зміни нігтів?

Не всі зміни нігтів необхідно лікувати. Лікування залежить від того, які ознаки чи симптоми у вас є. Наприклад,

для лікування болю або інфекції можуть використовуватися ліки.



Що ви можете зробити, щоб допомогти запобігти змінам нігтів або впоратися з ними?

- Щодня оглядайте руки та ноги, щоб виявити зміни у стані нігтів.
- Якомога більше уникайте пошкодження нігтів.
- На нігтях з гребенями, ламких або таких, що розшаровуються, використовуйте водорозчинне покриття для нігтів (наприклад, лак).
- Тримайте нігті коротко підстриженими. Короткі нігті рідше ламаються чи зачіпляються.
- Щоб уникати інфекцій, тримайте нігті в чистоті.
- Надягайте рукавички, щоб захистити нігті, коли занурюєте руки у воду (наприклад, миєте посуд), працюєте в саду або прибираєте.
- Уникайте манікюру та педикюру.
- Носіть взуття вільного крою.

- Уникайте тиску на нігтьові ложа (як на руках, так і на ногах).
- Перш ніж пробувати будь-які домашні засоби лікування, порадьтеся зі своєю командою онкологічної допомоги.



Коли звертатися до своєї команди онкологічної допомоги

Запитайте свою команду онкологічної допомоги, чи може ваше лікування викликати зміни нігтів. Запитайте також, змін якого типу слід очікувати та як з ними справлятися. Повідомте свою команду онкологічної допомоги, якщо у вас є будь-які зміни нігтів, набряклість, почервоніння чи біль навколо нігтів.



Для отримання додаткової інформації та підтримки відвідайте веб-сайт American Cancer Society за адресою cancer.org/ukrainian або зателефонуйте нам за номером **1-800-227-2345**. Ми тут, коли ми вам потрібні!