

皮肤变化时 获取帮助

Getting Help for Skin Changes - Simplified 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。

皮肤变化是身体对治疗的一种正常反应。如果在服用治疗癌症的药物时皮肤很快发生变化, 这可能是对该药物过敏的迹象。

请务必向医生或护士通告你的皮肤变化情况。如果不治疗, 症状可能会恶化, 并可能导致感染。

我应该注意哪些常见的皮肤变化?

皮疹是一些癌症治疗常见的副作用。患皮疹的风险以及皮疹的严重程度取决于癌症的类型和所接受的治疗类型。皮疹可能出现在头皮、面部、颈部、胸部、上背部, 有时也会出现在身体的其他部位, 可能会有发痒、灼伤、刺痛或疼痛的感觉。

某些治疗的另一个副作用是皮肤干燥。皮肤可能会变得非常干燥、有皮屑、粗糙、发红, 有时会疼痛。甚至可能开裂。可能是皮肤自身开裂, 也可能是因皮疹而开裂。皮肤干燥会引起瘙痒。

瘙痒可能是由某些癌症、癌症治疗、癌症治疗药物、皮肤干燥、皮疹或感染引起的。经常挠抓皮肤会导致皮肤出血或感染, 尤其是当皮肤破裂时更严重。

许多癌症治疗药物都可能引起手足综合症 (HFS)。疼痛、敏感、刺痛和麻木是 HFS 的早期症状。然后, 手掌和脚掌开始红肿。这种发红看起来很像晒伤, 可能会起水泡。严重时, 水疱可能会破裂并形成溃疡。皮肤还会变得干燥、脱皮和开裂。

有些癌症治疗、肿瘤生长或日晒的副作用可能会导致皮肤颜色改变。有些颜色变化可能会逐渐好转, 而有些颜色变化则可能持续更长时间。

最重要的两件事: 好好护理皮肤, 并在皮肤发生任何变化的时候立刻报告医生。

可以帮助防止或控制皮肤变化的措施

- 如果医生认为适合, 大量饮水。
- 使用不含酒精、香水或染料的温性肥皂、沐浴露、洗发水、乳液和面霜。咨询医生您应该使用哪些产品或品牌。
- 用温水或冷水清洗皮肤, 不要用热水。洗澡时间不宜长, 用毛巾轻轻擦干身体, 不要用力摩擦皮肤。
- 白天给皮肤保湿。保湿最好的时间是洗澡后, 那时皮肤仍然湿润。
- 少刮胡子, 如果皮肤溃疡就不要刮胡子。剃须时电动剃刀可以帮助防止割伤。
- 不要使用带有强烈气味的洗衣剂。
- 尽可能避免日照。如果在户外, 使用防晒指数至少为 30 的润唇膏和防晒霜。穿长袖衣服、戴帽子。

会改善皮肤变化的措施

- 与医护团队商讨前不要用非处方药治疗皮肤。
- 如果脚底疼痛, 凝胶材料制成的鞋垫可能会有帮助。
- 一些化妆品品牌可以遮盖皮疹且不会让皮疹加重。咨询医生你可以使用的产品或品牌。
- 最好穿宽松、柔软的衣服, 而不是紧身衣。
- 天气极热或极冷时不要去户外。
- 如果医生开具药物, 遵照医嘱服用, 并马上服用。

请与医护团队交流

许多皮肤变化都是可以治疗的, 并且有相应的防范措施。请向医护团队通告自己出现的皮肤变化。让他们了解你何时注意到这些变化, 哪些行为会使症状好转, 哪些会让症状恶化。皮肤变化是可以治疗的并且应该尽早治疗。

有关癌症信息、日常帮助和支持, 请访问美国癌症协会网站 [cancer.org](https://www.cancer.org) 或致电 **1-800-227-2345**。我们会在您需要时提供帮助。



Every cancer. Every life.

SIMPLIFIED CHINESE
©2022, American Cancer Society, Inc. 版权所有
编号 214300, 修订于10/22
模特仅供演示之用。



bbb.org/charity