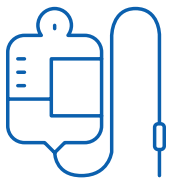


如何应对 皮肤变化

皮肤变化是身体对治疗的正常反应之一。这些变化可能影响身体任何部位的皮肤，包括头皮。大多数皮疹和皮肤变化在治疗后数周内出现，但也可能随时发生。



癌症患者皮肤变化的原因是什么？

多种因素可能导致癌症患者出现皮肤变化，包括：

- 大多数癌症治疗，包括化疗、靶向药物治疗、免疫疗法和放射治疗
- 止痛药、止吐药等药物
- 特定癌症类型，如白血病、淋巴瘤和乳腺癌
- 其他健康问题，如银屑病



常见皮肤变化有哪些？

皮疹是某些癌症治疗的常见副作用。出现皮疹的风险及其严重程度取决于癌症类型及其治疗方式。皮疹可能出现在头皮、面部、颈部、胸部、上背部及其他身体部位，可能伴随瘙痒、灼热、刺痛或疼痛感。

皮肤干燥是某些治疗的另一副作用。皮肤可能变得极度干燥、脱屑、粗糙、发红，有时伴随疼痛，甚至出现裂口。这种情况可能单独发生，也可能伴随皮疹出现。皮肤干燥会引发瘙痒。

瘙痒可能由癌症本身、癌症治疗、药物、皮肤干燥、皮疹或感染引起。频繁抓挠皮肤可能导致出血或感染，尤其当皮肤破损时更是如此。

手足综合征 (HFS) 可能由某些抗癌药物引发。疼痛、敏感、刺痛和麻木是该综合症的早期症状。随后手掌和脚底会出现红肿，其外观酷似晒伤且可能起水疱。严重时水疱破裂形成溃疡。皮肤还可能出现干燥、脱屑和皸裂现象。

皮肤色素改变可能由某些癌症治疗、肿瘤生长或日晒引起。部分色素改变会随着时间的推移而改善，而另一些则可能持续较长时间。



如何治疗皮肤变化？

并非所有皮肤变化都需要治疗。但若症状严重或持续不消，可考虑以下方案：

- 涂抹保湿剂或类固醇药膏等外用疗法
- 口服类固醇药物抑制免疫反应
- 其他疗法无效的严重皮疹可采用免疫疗法
- 抗生素（用于极严重皮肤问题或感染）
- 其他疗法，如抗组胺药、止痛药或冷敷布



您如何自行应对皮肤变化？

建议：

- 若癌症治疗团队允许，每日至少饮用 8 杯液体。
- 使用不含酒精、香料或色素的温和肥皂、沐浴露、洗发水、乳液及润肤霜。咨询医护团队您应选用何种产品或品牌。
- 用温水或凉水洗浴，避免热水。缩短沐浴时间，用毛巾轻拍身体而非摩擦皮肤。
- 白天为皮肤保湿。最佳涂抹时机是沐浴后皮肤仍湿润时。
- 减少剃毛频率，若皮肤疼痛请停止剃毛。使用电动剃须刀可预防割伤。
- 限制日晒时间。外出时使用润唇膏及防晒指数 SPF 30 或更高的防晒霜，穿着长袖衣物并戴遮阳帽。



如何改善皮肤状况？

建议：

- 若足底敏感，可尝试使用凝胶鞋垫。
- 选用能遮盖皮疹且不加重症状的化妆品品牌。咨询医疗团队可使用的具体产品或品牌。
- 穿着柔软宽松的衣物，通常比紧身衣物更舒适。
- 按医嘱使用癌症治疗团队提供的药物。

禁忌事项：

- 气味浓烈的洗衣液。
- 未经肿瘤治疗团队同意擅自使用非处方药物治疗皮肤。
- 在酷热或严寒天气外出活动。



何时应联系您的癌症治疗团队

若出现以下情况请告知癌症治疗团队：

- 新发或加重的皮疹、皮肤变化或伤口
- 持续超过 2 天且影响睡眠的瘙痒
- 皮肤出现粗糙、鲜红或疼痛区域
- 皮肤破损、出血或起水疱
- 一周内未消退的瘀伤
- 皮肤或眼白泛黄
- 伴有渗出物、脓液或其他恶臭体液的皮肤问题

请告知您的癌症治疗团队哪些因素会使症状好转或恶化。皮肤病变应尽早治疗。若未及时处理，症状可能恶化，部分病变甚至可能引发感染。



何时应拨打 911 或前往急诊室

出现以下过敏反应征兆时立即拨打 911 或前往急诊室：

- 面部、喉咙或口腔周围肿胀
- 呼吸困难（可能伴随皮肤苍白或嘴唇/口腔发青）
- 咳嗽或喘息
- 呼吸急促且浅短
- 心跳过速或心律不齐
- 胸痛或不适
- 出汗或皮肤冰冷潮湿
- 荨麻疹、风团或皮肤瘙痒

或伴随感染迹象的皮肤变化，例如：

- 发热或寒战
- 呼吸急促
- 心跳过速或心律不齐
- 低血压
- 新发或加重的意识模糊
- 无尿或仅排出极少量深橙色或棕色尿液



要了解更多信息并获得支持，请访问美国癌症协会网站 cancer.org/chinese 或致电 **1-800-227-2345**。我们随时为您提供帮助。