

## Được giúp đỡ đối với các thay đổi về da

Getting Help for Skin Changes - Vietnamese

Ung thư và điều trị ung thư có thể gây ra những thay đổi về da như phát ban, khô da, thay đổi màu sắc và ngứa.

Những thay đổi về da là một phần trong phản ứng bình thường của cơ thể quý vị đối với việc điều trị. Nếu những thay đổi trên da xảy ra rất nhanh trong khi quý vị đang nhận một loại thuốc dùng để điều trị ung thư thì chúng có thể là dấu hiệu cho thấy quý vị bị dị ứng với loại thuốc đó.

Điều rất quan trọng là cần phải báo cho bác sĩ hoặc y tá của quý vị biết về bất kỳ thay đổi nào trên da. Nếu không được điều trị thì chúng có thể trở nên tệ hơn và một số có thể dẫn đến nhiễm trùng.

### Tôi nên theo dõi những thay đổi phổ biến nào trên da?

**Phát ban** là tác dụng phụ phổ biến của một số phương pháp điều trị ung thư. Nguy cơ bị phát ban và mức độ nghiêm trọng của nó phụ thuộc vào loại ung thư và loại điều trị mà quý vị nhận được. Phát ban có thể xuất hiện trên da đầu, mặt, cổ, ngực, lưng trên và đôi khi trên các bộ phận khác của cơ thể. Chúng có thể ngứa, rát, đau nhức hoặc rất đau.

**Da khô** là một tác dụng phụ khác của một số phương pháp điều trị. Da có thể trở nên rất khô, có vảy, sần sùi, đỏ và đôi khi đau đớn. Da thậm chí có thể bị nứt ra. Điều này có thể xảy ra một mình hoặc kèm theo phát ban. Da khô có thể gây ngứa ngáy.

**Ngứa** có thể do một số bệnh ung thư, phương pháp điều trị ung thư, thuốc được sử dụng trong quá trình điều trị ung thư, da khô, phát ban hoặc nhiễm trùng gây ra. Gãi da nhiều có thể khiến da chảy máu hoặc nhiễm trùng, đặc biệt nếu da bị trầy xước.

**Hội chứng bàn tay - bàn chân** (Hand-foot syndrome hay HFS) có thể do nhiều loại thuốc điều trị ung thư gây ra. Đau, nhạy cảm, ngứa ran và tê là những triệu chứng ban đầu của HFS. Sau đó, tình trạng đỏ và sưng bắt đầu ở lòng bàn tay và lòng bàn chân. Vết đỏ này trông giống như bị cháy nắng và có thể phồng rộp. Trong trường hợp xấu, vết phồng rộp có thể vỡ ra và trở thành vết loét. Da cũng có thể trở nên khô, bong tróc và nứt nẻ.

**Thay đổi màu da** có thể xảy ra do tác dụng phụ của một số phương pháp điều trị ung thư, sự phát triển của khối u hoặc do tiếp xúc với ánh nắng mặt trời. Một số thay đổi màu sắc có thể đỡ hơn theo thời gian. Những thay đổi màu sắc khác có thể kéo dài lâu hơn.

2 điều quan trọng nhất quý vị có thể làm là chăm sóc da thật tốt và báo cho bác sĩ biết ngay về bất kỳ thay đổi nào trên da mà quý vị có thể gặp phải.

## Những điều quý vị có thể làm để giúp ngăn ngừa hoặc kiểm soát những thay đổi về da

- Uống nhiều nước nếu bác sĩ cho phép làm vậy.
- Sử dụng xà phòng, sữa tắm, dầu gội đầu dịu nhẹ, kem dưỡng da và kem bôi không chứa cồn, nước hoa hoặc thuốc nhuộm. Hỏi xem quý vị nên sử dụng những sản phẩm hoặc thương hiệu nào.
- Tắm rửa bằng nước ấm hoặc mát, không dùng nước nóng. Tắm trong thời gian ngắn và dùng khăn thấm khô người thay vì chà xát lên da.
- Dưỡng ẩm cho làn da của quý vị trong ngày. Thời điểm tốt nhất để làm điều này là ngay sau khi quý vị tắm, khi da vẫn còn ẩm.
- Ít dùng dao cạo hơn hoặc ngừng dùng dao cạo nếu da quý vị bị đau. Dao cạo điện có thể giúp quý vị không cắt vào da khi cạo.
- Không sử dụng xà phòng giặt có mùi hương mạnh.
- Tránh nắng càng nhiều càng tốt. Nếu quý vị phải ra ngoài, hãy sử dụng son dưỡng môi và kem chống nắng có chỉ số SPF ít nhất là 30. Mặc quần áo dài tay và đội mũ.

## Điều quý vị có thể làm để cho những thay đổi về da được cải thiện

- Không điều trị da bằng các loại thuốc mua tự do trước khi trao đổi với nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị.
- Miếng lót giày bằng gel có thể hữu ích nếu lòng bàn chân của quý vị bị đau.
- Một số thương hiệu mỹ phẩm có thể giúp che vết phát ban mà không làm cho nó trở nên tệ hơn. Hỏi xem quý vị có thể sử dụng những sản phẩm hoặc thương hiệu nào.
- Quần áo mềm, rộng rãi thường tạo cảm giác dễ chịu hơn quần áo bó sát.
- Đứng ở ngoài trời trong thời tiết quá nóng hoặc quá lạnh.
- Nếu bác sĩ cho quý vị dùng thuốc thì hãy sử dụng chúng theo cách họ chỉ dẫn và bắt đầu dùng ngay.

## Trao đổi với nhóm chăm sóc sức khỏe cho quý vị

Nhiều thay đổi về da có thể được điều trị và có những điều quý vị có thể làm để cố gắng ngăn chặn chúng. Báo cho nhóm chăm sóc ung thư biết về những thay đổi trên da của quý vị. Nói cho họ biết khi quý vị nhận thấy những thay đổi và điều gì làm cho những thay đổi trở nên tệ hơn hoặc được cải thiện. Những thay đổi về da có thể và nên được điều trị càng sớm càng tốt.

Để biết thông tin về bệnh ung thư, sự trợ giúp hàng ngày và nguồn hỗ trợ, hãy truy cập trang web của Hiệp hội Ung thư Hoa Kỳ (American Cancer Society) tại **cancer.org** hoặc gọi chúng tôi theo số **1-800-227-2345**. Chúng tôi luôn ở đây khi quý vị cần.



Every cancer. Every life.

VIETNAMESE  
©2022, American Cancer Society, Inc.  
Số 214300 Sửa đổi 10/22  
Người mẫu chỉ dành cho mục đích minh họa.

