

*W razie  
zauważenia  
jakichkolwiek  
zmian skórnych  
należy  
poinformować  
o tym lekarza lub  
pielęgniarkę*

## Pielęgnacja skóry podczas radioterapii

Podczas radioterapii może dojść do wystąpienia zmian na skórze w obszarze poddawanyemu leczeniu. Skóra może ulec:

- Powolnemu zaczerwienieniu lub zmianie barwy na ciemniejszą.
- Wyschnięciu i złuszczeniu.

Dyskomfort można złagodzić, a dalszym podrażnieniom skóry można zapobiec, wykonując opisane poniżej czynności. W trakcie leczenia:

- Czyścić obszar mydłem do skóry wrażliwej. Sugerowane mydła to np.: Basis® do skóry wrażliwej, Dove® do skóry wrażliwej lub Neutrogena® bezzapachowe. Należy unikać mydeł silnie perfumowanych lub antybakteryjnych.
- Obszar należy zmywać letnią wodą. Gorąca woda może drażnić skórę.
- Skórę należy osuszyć poprzez dociskanie ręcznika; obszaru zabiegu nie należy pocierać.
- Nie należy golić włosów z leczonych obszarów.
- Skrajne temperatury mogą prowadzić do uszkodzeń leczonej skóry. W obszarze nie należy stosować poduszek rozgrzewających ani zimnych okładów.

Lekarz lub pielęgniarka może również zasugerować krem nawilżający, taki jak np. Miaderm® lub Aquaphor®. **Nie należy nanosić na skórę jakichkolwiek kremów na 2 godziny przed zabiegiem, ponieważ zwiększyłoby to jej wrażliwość na działanie promieniowania.** Na leczony obszar można 2 do 3 razy dziennie nanosić krem nawilżający.

Jeśli do identyfikacji docelowego obszaru leczenia użyto markerów i plastrów przykrywających znaki, należy zachować szczególną ostrożność podczas mycia. Nie należy zdejmować plastra ani usuwać wykonanych na skórze znaków. Jeśli znaki zaczną blaknąć, należy poinformować o tym lekarza. Nie należy próbować samodzielnie odtwarzać znaków. W przypadku alergii na plaster należy poinformować o niej lekarza lub pielęgniarkę.

Niektóre włókna, na przykład wełna, mogą wywoływać podrażnienia. Zaleca się stosowanie ubrań z bawełny i innych miękkich dzianin. W miejscach, w których pozostawiono znaki wykonane przy użyciu markera należy nosić łatwą do prania odzież.

W miejscu leczenia może dojść do obrzęku. Aby opanować obrzęk, należy:

- Unikać spania na boku, w obrębie którego prowadzona jest terapia.
- Zmniejszyć spożycie soli.