

Допомога при змінах шкіри

Getting Help for Skin Changes - Ukrainian

Рак та лікування раку можуть спричинити такі зміни шкіри, як висипання, сухість шкіри, зміна кольору та свербіж.

Зміни шкіри є частиною нормальної реакції організму на лікування. Якщо зміни шкіри відбуваються дуже швидко, поки ви приймаєте ліки для лікування раку, це може бути ознакою того, що у вас алергія на ці ліки.

Дуже важливо повідомляти лікаря або медсестру про будь-які зміни шкіри. Якщо їх не лікувати, їх стан може погіршитися, а деякі можуть спричинити інфікування.

На які поширені зміни шкіри мені треба звертати увагу?

Висип є поширеним побічним ефектом деяких типів лікування раку. Ризик виникнення висипу та ступінь його тяжкості залежить від виду раку та типу лікування, яке ви отримуєте. Висип може з'являтися на шкірі голови, обличчі, шиї, грудях, верхній частині спини, а іноді і на інших частинах тіла. Він може свербіти, пекти, жалити або боліти.

Сухість шкіри – це один побічний ефект деяких лікувальних процедур. Шкіра може стати дуже сухою, грубою, червоною і іноді болючою. Можуть навіть виникнути тріщини. Це може бути саме по собі або може супроводжуватися висипом. Суха шкіра може спричинити свербіж.

Свербіж може спричинятися деякими видами раку, лікуванням раку, ліками, що

вживаються для лікування раку, сухістю шкіри, висипом або інфекцією. Часте дряпання шкіри може призвести до кровотечі або інфікування шкіри, особливо у разі її пошкодження.

Долонно-підшовний синдром (ДПС) може бути викликаний багатьма протираковими препаратами. Біль, чутливість, поколювання та оніміння є ранніми симптомами ДПС. Потім на долонях рук і підшвах ніг починається почервоніння та набряк. Це почервоніння дуже схоже на сонячний опік, і на ньому можуть утворюватися пухирі. У тяжких випадках пухирі можуть розірватися і стати виразками. Шкіра також може стати сухою, може лущитися і тріскатися.

Зміна кольору шкіри може бути побічним ефектом деяких видів лікування раку, зростання пухлини або наслідком перебування на сонці. Деякі зміни кольору шкіри можуть з часом змінитися на краще. Інші зміни кольору можуть тривати довше.

2 найважливіших аспекти для вас - це добре дбати про шкіру і негайно повідомляти свого лікаря про будь-які зміни шкіри, які у вас можуть бути.

Що ви можете зробити, щоб допомогти запобігти змінам шкіри або контролювати їх

- Пийте багато рідини, якщо вам сказали, що це дозволено.
- Використовуйте м'яке мило, засоби для миття тіла, шампуні, лосьйони та креми, які не містять спирту, ароматизаторів або барвників. Запитайте, якими товарами або брендами вам рекомендовано користуватися.
- Мийтеся не гарячою, а теплою або холодною водою. Купайтеся короткий час і промокайте тіло рушником замість розтирання шкіри.
- Зволожуйте шкіру протягом дня. Найкраще це робити відразу після купання, поки шкіра ще волога.
- Голіться рідше або припиніть голитися при болючості шкіри. Електрична бритва допоможе уникнути порізів під час гоління.
- Не користуйтеся пральними засобами з сильними запахами.
- Бувайте на сонці якомога менше. Якщо ви виходите на вулицю, вживайте бальзам для губ і сонцезахисний крем із SPF не менше 30. Носіть також одяг з довгими рукавами та головний убір.

Що ви можете зробити, щоб покращити зміни шкіри

- Не обробляйте шкіру безрецептурними препаратами, поки не поспілкуєтеся зі своєю медичною бригадою.
- Чутливість підшов можна полегшити гелевими вставками для взуття.
- Деякі бренди косметики можуть замаскувати висип, не погіршуючи його. Запитайте, якими товарами чи брендами ви можете користуватися.
- М'який, вільний одяг часто приємніше носити, ніж обтягуючий.
- Не проводьте час на вулиці в дуже спекотну чи холодну погоду.
- Якщо ваш лікар прописує вам ліки, приймайте їх згідно з рекомендацією і починайте прийом відразу ж.

Говоріть зі своєю медичною бригадою

Багато змін шкіри можна лікувати, і ви можете багато чого зробити для їх запобігання. Повідомте свою бригаду онкологічної допомоги про наявні зміни шкіри. Розкажіть їм коли ви помічаєте їх і що погіршує чи полегшує ці зміни. Зміни шкіри можна і потрібно лікувати якомога раніше.

Щоб отримати інформацію про рак, щоденну допомогу та підтримку, відвідайте веб-сайт Американського онкологічного товариства за адресою **cancer.org** або зателефонуйте за номером **1-800-227-2345**.

Ми до ваших послуг, коли це вам потрібно.



Every cancer. Every life.

UKRAINIAN
©2022, American Cancer Society, Inc.
No. 214300 Rev. 10/22
Models used for illustrative purposes only.



bbb.org/charity