



يمكن أن يؤدي العلاج الإشعاعي إلى تغيّرات في الجلد لأنه يمكن أن يتلف خلايا الجلد السليمة في المنطقة الخاضعة للعلاج. وهذا مشابه للطريقة التي يمكن بها لأشعة الشمس أن تؤدي إلى حروق الشمس.

ما هي التغيّرات التي يمكن أن أتوقعها في الجلد؟

تختلف التغيّرات الحاصلة باختلاف الأشخاص وذلك تبعاً لما يلي:

- منطقة جسمك الخاضعة للعلاج
- كمية الإشعاع المُعطاة
- ما إذا كنت تتعاطى أنواعاً معيّنة من الأدوية في ذات الوقت
- ما إذا كانت لديك أمراض أو حالات أخرى، مثل السكري

يمكن أن تشمل تغيّرات الجلد ما يلي:

- تغيّرات في اللون (وردي إلى أحمر فاقع اللون)
- الشعور بسخونة الجلد عند لمسه
- جفاف الجلد أو الشعور بالحكة فيه أو تقشّره أو حساسيته
- الألم أو الورم
- البثور والتسرّب

كم ستدوم أية تغيّرات؟

تبدأ تغيّرات الجلد عادة بعد حوالي 10 أيام إلى 14 يوماً من بداية العلاج الإشعاعي.

وقد تسوء هذه التغيّرات خلال دورة العلاج.

ويمكن أن تكون التغيّرات في أسوأ مرحلة لها بعد حوالي أسبوع من انتهاء العلاج.

يبدأ جلدك عادةً في التحسّن بعد ذلك.

وبعد 4 إلى 6 أسابيع من نهاية العلاج الإشعاعي يجب أن يُشفَى جيداً.

أمور هامة

اتصل بطبيبك أو ممرّضك فوراً إذا حصل لك أي من الأمور التالية:

- ارتفاع حرارتك إلى 38 درجة مئوية أو أكثر
- مشاكل في منطقة العلاج، بما في ذلك
- الألم الحاد
- الورم أو البثور أو الاحمرار أو النزف أو القيح باستمرار
- القروح ومناطق "رطبة" على الجلد

إذا كنت لا تستطيع الاتصال بطبيبك أو ممرّضك توجّه إلى قسم الطوارئ في أقرب مستشفى لطلب المساعدة.

Q خلال العلاج

يستطيع اختصاصيو وممرّض العلاج الإشعاعي فحص جلدك خلال العلاج وتقديم المشورة حول كيفية التحكّم المناسب. استشرهم قبل استخدام أية كريمات أو مواد ترطيب على جلدك في منطقة الجسم التي تخضع للعلاج الإشعاعي.

الاعتناء بالمنطقة التي تخضع للعلاج

كيف أعني بالجلد في منطقة العلاج؟

يمكن أن يصبح جلدك في المنطقة التي تتلقى العلاج ضعيفاً جداً وسهل الإثارة خلال العلاج.

• نظّف المنطقة برفق بماء دافئ وصابون خفيف غير معطر.
• اشطفها جيداً بعد غسلها.

• اربت برفق على الجلد لتشيّفه بدلاً من دعه.

• خذ حماماً أو استحّم تحت الدش لمدة قصيرة بماء دافئ أو بارد.

• جرّب الاستحمام في مغطس بماء مع الملح إذا كنت تشعر بحكّة.

• رطبّ الجلد في منطقة العلاج باستخدام منتجات يوصي بها فريق العلاج.

• ابدأ استخدام مواد الترطيب من أول يوم للعلاج واستخدمها مرتين في اليوم على الأقل.

• حاول إبقاء مواد الترطيب في جهاز التبريد (البزّاد، ليس الثلجة) لتهدئة الجلد.

• لا تستخدم مواد تنظيف أو ترطيب الجلد خلال ساعتين قبل العلاج.

هل هناك منتجات يجب أن أتجنب استخدامها على منطقة العلاج؟

يمكن أن تزيد بعض المنتجات من سوء تلف الجلد إذا استخدمتها أثناء تليّك العلاج الإشعاعي.

تشمل هذه المنتجات ما يلي:

• مزيلات الروائح المحتوية على الألمنيوم

• بودرة التلك

• كولونيا ما بعد الحلاقة

• مستحضرات الماكياج

• الضمادات والكريمات المحتوية على معادن أو بترو

• كريمات الوقاية من الشمس

تحدّث مع فريق علاجك إذا لم تكن متأكّداً ممّا إذا كان من المأمون أن تستخدم منتجاً معيّنًا.

وقد يمكنك استخدام بعض هذه المنتجات ثانيةً بعد انتهاء علاجك.

هل هناك أي شيء آخر يجب أن أتجنبه؟

في منطقة جسمك التي تتلقى العلاج، يجب أن تتجنّب ما يلي:

• حكّ الجلد

• لبس ثياب ضيّقة

• الحلاقة بشفرة (استخدم آلة حلاقة كهربائية)

• استخدام الشمع أو كريمات إزالة الشعر

• استخدام أية لصقات (بما فيها لصقات تخفيف الألم)

• استخدام شرائط لاصقة (كما في الضمادات)

• ترك المنطقة تصبح شديدة الحرارة أو البرودة (مثلاً الكمادات الحارة أو الباردة)

أسئلة عامة

ما الذي يجب أن أفعله بعد العلاج الإشعاعي؟

من المهم متابعة الاعتناء بجلدك خلال مرحلة شفائه.

• إذا كانت المنطقة جافة أو حمراء أو تثير الحكاك ولم يكن جلدك متشقّقاً، استمر في استخدام مادة ترطيب عدة مرات في اليوم إلى أن تُشفى.

• إذا كان جلدك متشقّقاً وكانت هناك مناطق رطبة، سيشير عليك فريق علاجك بشأن كيفية الاعتناء بالمنطقة المتأثرة.

وماذا عن الخروج من المنزل؟

عليك حماية نفسك من الشمس خلال العلاج وبعده.

• البس قبّعة.

• البس ثياباً قطنية فضفاضة.

• استخدم كريماً واقياً من الشمس ذا عنصر وقاية مرتفع (لكن لا تستخدمه على منطقة العلاج خلال مرحلة العلاج)

• حاول البقاء في الظل.

سوف تكون مناطق جلدك التي تكون فيها ردّة فعل خلال العلاج الكيميائي أكثر حساسية وأكثر إمكانية للتضرّر من الشمس حتى وإن كان علاجك قد انتهى. وستكون دائماً بحاجة لحماية هذه المناطق من الشمس.

أمور يجدر أن تسأل طبيبك أو ممرّضك عنها

✓ هل ستكون هناك ردّة فعل على جلدي؟

✓ كيف يمكن أن أقلل الضرر على جلدي؟

✓ هل يمكنني السباحة؟

أرقام للاتصال:

في النهار:

في الليل/نهاية الأسبوع:

مسرد المصطلحات

ردّة فعل جلدية (Skin Reaction) = كيفية تعيّر الجلد بسبب الإصابة أو الضرر

حمامي (Erythema) = دفء الجلد واحمراره، وقد يكون مثبّراً للحكاك - أشبه بحرق الشمس

التوسّف (Desquamation) = تلف يصيب سطح الجلد

التوسّف الجاف (Dry desquamation) = جفاف الجلد وتقشره

التوسّف الرطب (Moist desquamation) = تشقّق سطح الجلد وانتفاخه ورطوبته



نعمل معاً لتخفيف تأثير السرطان

Cancer Institute NSW PO Box 825, Alexandria, NSW 1435

هاتف: +61 (0)2 8374 5600 فاكس: +61 (0)2 8374 3600 بريد إلكتروني: information@cancerinstitute.org.au

www.cancerinstitute.org.au