



Xạ trị có thể gây ra những thay đổi ở da bởi vì xạ trị có thể làm tổn thương các tế bào da khỏe mạnh ở chỗ điều trị. Điều này cũng tương tự như trường hợp phóng xạ từ mặt trời có thể làm cho da bị cháy nắng.

Tôi có thể lường trước những thay đổi da như thế nào?

Thay đổi ở da xảy ra khác nhau đối với mỗi người, tùy thuộc vào:

- bộ phận cơ thể quý vị được điều trị
- lượng xạ trị được sử dụng để điều trị cho quý vị
- quý vị có sử dụng một số loại thuốc nhất định cùng lúc đó hay không
- quý vị có bị chứng bệnh hoặc tình trạng gì khác như tiểu đường hay không

Thay đổi ở da có thể bao gồm:

- bị đổi màu (từ màu hồng sang màu đỏ tươi)
- sờ vào thấy ẩm
- da bị khô, ngứa, nổi vẩy hoặc nhạy cảm
- bị đau hoặc bị sưng
- da bị phỏng giộp, bị cháy nước

Những thay đổi này sẽ kéo dài bao lâu?

Thay đổi ở da thường bắt đầu diễn ra trong khoảng từ 10 đến 14 ngày sau khi bắt đầu xạ trị.

Thay đổi ở da có thể trở nên tệ hơn trong quá trình quý vị được điều trị.

Thay đổi ở da có thể là tệ nhất trong khoảng thời gian một tuần sau khi quý vị đã kết thúc điều trị.

Sau đó thông thường là da của quý vị sẽ bắt đầu cải thiện.

Khoảng từ 4 tới 6 tuần sau khi xạ trị kết thúc thì da chắc sẽ lành trở lại.

Quan trọng

Liên lạc với bác sĩ hoặc y tá của quý vị ngay lập tức nếu quý vị có:

- nhiệt độ cơ thể là 38°C hoặc cao hơn
- vấn đề tại chỗ da được điều trị, bao gồm
 - bị quá đau
 - da tiếp tục bị sưng lên, phỏng giộp, đỏ, chảy máu hoặc mủ
 - bị đau và da tiếp tục bị 'ướt' hoặc ẩm

Nếu không thể liên lạc được với bác sĩ hoặc y tá của quý vị, hãy tới khoa cấp cứu nơi gần nhất để được giúp đỡ.

Trong quá trình điều trị

Chuyên viên xạ trị và y tá xạ trị sẽ kiểm tra da quý vị trong quá trình điều trị và sẽ cho quý vị lời khuyên về cách kiểm soát phù hợp. Kiểm tra với họ trước khi quý vị sử dụng kem hoặc chất dưỡng ẩm cho vùng da trên cơ thể đang được xạ trị.

Chăm sóc vùng da đang được điều trị

Tôi nên chăm sóc vùng da đang được điều trị như thế nào?

Vùng da đang được điều trị có thể trở nên rất mỏng manh và dễ bị phản ứng trong thời gian điều trị.

- Nhẹ nhàng rửa vùng da đó bằng nước ấm với xà bông loại nhẹ không mùi.
- Xối nước thật kỹ sau khi rửa.
- Vỗ nhẹ cho da khô dần chứ không được chà xát da.
- Tắm vòi sen hoặc tắm bồn thật nhanh bằng nước ấm hoặc nước lạnh.
- Thử cách tắm bồn có pha nước muối nếu thấy bị ngứa da.
- Dưỡng ẩm cho vùng da đang được điều trị bằng các sản phẩm do nhóm chuyên viên điều trị đã khuyên là quý vị nên dùng.
- Bắt đầu dưỡng ẩm cho da ngay từ ngày điều trị đầu tiên và bôi chất dưỡng ẩm cho da ít nhất một ngày hai lần.
- Cố gắng giữ đồ dưỡng ẩm trong tủ lạnh để làm dịu cho da.
- Không bôi chất làm sạch da hoặc dưỡng ẩm cho da **trong vòng hai giờ trước khi điều trị.**

Có sản phẩm nào tôi không nên sử dụng ở vùng da đang được điều trị không?

Có một số sản phẩm có thể làm cho bất cứ vùng da bị tổn thương nào trở nên tệ hơn nếu quý vị sử dụng những sản phẩm đó trong khi đang được xạ trị.

Bao gồm:

- các loại chất thơm để tẩy mùi có chứa chất nhôm
- bột phấn rôm
- nước bôi sau khi cạo râu
- mỹ phẩm trang điểm
- thuốc bôi lên vết thương hoặc các loại kem có thành phần kim loại hoặc dầu mỏ
- chất chống nắng

Hãy nói chuyện với nhóm điều trị nếu quý vị không biết chắc việc sử dụng một sản phẩm nhất định nào đó là có an toàn hay không.

Quý vị vẫn có thể lại sử dụng được một số sản phẩm như thế sau khi việc điều trị đã hoàn tất.

Tôi có nên tránh làm gì nữa không?

Tại vùng da trên cơ thể đang được xạ trị, quý vị nên tránh:

- chà xát da
- mặc quần áo bó sát
- cạo râu bằng dao cạo (nên dùng máy cạo râu chạy điện)
- dùng các loại sáp nhổ lông hoặc kem nhổ lông
- dùng bất cứ loại miếng dán da nào (kể cả miếng dán chống đau)
- dùng băng keo (như là để băng vết thương)

Cùng nhau làm việc để giảm tác động của ung thư

Cancer Institute NSW PO Box 825, Alexandria, NSW 1435

Điện thoại: +61 (0)2 8374 5600 Điện thư: +61 (0)2 8374 3600 Địa chỉ email: information@cancerinstitute.org.au

www.cancerinstitute.org.au

- để cho vùng da trở nên quá nóng hoặc lạnh (như là dùng bao chườm nóng hoặc chườm lạnh)

Những câu thường hỏi

Tôi nên làm gì sau khi xạ trị?

Điều quan trọng là phải tiếp tục chăm sóc da khi da đang lành lại.

- **Nếu vùng da bị khô, đỏ hoặc ngứa và da không bị rách**, hãy tiếp tục bôi chất dưỡng ẩm cho da nhiều lần một ngày cho đến khi da lành lại.
- **Nếu vùng da bị rách và có những chỗ ẩm ướt**, nhóm chuyên viên chăm sóc của quý vị sẽ cho lời khuyên về cách chăm sóc vùng da bị ảnh hưởng.

Khi ra ngoài trời thì sao?

Quý vị nên chống nắng tự bảo vệ mình trong thời gian điều trị và sau khi điều trị.

- Đội mũ.
- Mặc quần áo rộng rãi, làm bằng vải bông.
- Dùng kem chống nắng có độ bảo vệ chống nắng cao (nhưng không được bôi loại kem này lên chỗ da đang được điều trị trong thời gian điều trị).
- Cố gắng ở trong bóng râm.

Những vùng da bị phản ứng trong khi xạ trị sẽ luôn luôn nhạy cảm hơn và có nguy cơ bị tổn thương dưới ánh nắng mặt trời hơn ngay cả khi đã hoàn tất việc điều trị. Quý vị sẽ luôn cần phải bảo vệ những chỗ da đó không để bị phơi nắng.



Những điều hỏi bác sĩ hoặc y tá của quý vị

- ✓ Liệu tôi có bị phản ứng da hay không?
- ✓ Tôi có thể làm gì để giảm bớt vấn đề tổn thương da?
- ✓ Tôi có thể đi bơi được không?

Số điện thoại liên lạc:

Ban ngày:

Ban đêm/cuối tuần:

Từ vựng

Phản ứng da (Skin Reaction) = da thay đổi do bị thương hoặc bị tổn thương

Ban đỏ (Erythema) = da ửng đỏ, bị đỏ lên, có thể cảm thấy ngứa – giống như bị cháy nắng

Tróc vảy (Desquamation) = tổn thương trên bề mặt da

Tróc vảy khô (Dry desquamation) = da khô, da nổi vảy

Tróc vảy ẩm (Moist desquamation) = bề mặt da bị rách, sưng và ẩm

