



씻고 목욕하기

물이 너무 뜨겁지 않은지 확인하세요: 평소에 사용하던 제품으로 피부를 부드럽게 씻고 가볍게 두드려 말리세요.



데오도란트(탈취제)/스프레이

피부에 자극이 생기지 않는 한 평소에 쓰던 탈취제를 사용하세요: 피부에 수포가 생기거나 벗겨지면 사용을 중단하세요

치료부위에 하지 말아야 할 것 피해야 할 것



문지르기



끈적한 테이프 사용

{치료 부위에 밴드 같은 것 붙이기}



면도

덜리 지시되지 않은 한 면도를 줄이세요.



왁스, 크림이나 면도기 사용

치료 부위나 주변에 제모



화장품 사용

치료 부위 또는 주변에 염색약, 향수와 면도 후 바르는 크림

치료가 끝난 후에...

상태가 개선 되기 전까지 부작용 반응이 10-14일 정도 악화 될 수 있습니다.

대부분의 환자들은 치료 후 약 4주 후에 피부가 개선되는 것을 느낍니다.

만약 피부에 수포가 생기거나 벗겨 졌다면 치유 되는데 시간이 더 오래 걸릴 수 있습니다.

치료 부위는 방사선 치료를 마친후에도 피부의 나머지 부분 보다 특히 열과 햇빛에 더욱 민감 합니다.

통증과 부기

치료 부위에 약간의 부종이 발생하며 불편함과 통증을 유발 할 수 있습니다. 필요에 따라 파라세타몰과같은 진통제를 복용하십시오. 파라세타몰을 복용하는 동안에도 통증이 계속되면 치료팀과 상의하십시오.

연락처

지역 혈액 및 암 서비스

Building 8, Level 4, 오클랜드 시내 병원

오클랜드 보건지국

전화 : 09 307 4949

리셉션 ext 22631

간호사 ext 22837

Acute Oncology(급성 종양과) ext 23826 (Mon-Fri 8-4pm)

References

SCoR—The Society and College of Radiographers, 2021. <https://www.scor.org/news/scor-updates-radiation-dermatitis-guidelines>

Illustrated panels from the above reference

방사선치료의 일반적인 부작용

General

방사선 치료는 치료부위에 부작용을 일으킬 수 있으며, 이는 환자 마다 다르게 나타날 수 있습니다. 방사선 종양 전문의가 동의서를 받는 동안, 단기 및 장기로 발생할 수 있는 부작용에 대해 설명을 해 드릴 것입니다.

이 소책자에 단기 부작용에 대한 설명이 있습니다. 이러한 증상은 방사선 치료가 진행되는 동안에 나타날 수 있으며 치료 과정이 끝난 후 1-2 주 시점에서 최고조에 달할 수 있습니다. 증상들은 치료 후 약 6 주 후에 완화 될 것입니다.

치료 1 일 또는 2 일 차에 환자의 염려되거나 궁극한 사항에 대해서 종양과 간호사와 같이 논의 할 시간을 갖게 됩니다. 이때 필요에 따라 추가적인 검사가 이루어질 수도 있습니다.

가장 흔하게 발생하는 부작용

- 피로감
- 피부 반응
- 치료부위의 통증과 부종

Haere Mai Welcome | Manaaki Respect
Tūhono Together | Angamua Aim High

저희가 도와 드리겠습니다.!

매일 방사선 치료사가 환자의 상태에 대해 질문합니다. 어떤 문제라도 주저하지 말고 말씀하십시오. 부작용 (리스트에 국한되지 않음)이 발생했을 시에는 중앙학 간호사에게 의뢰하여 의논할 수 있도록 해드립니다.

피로감

.피로를 유발하는 요인은 여러가지가 있습니다.

- 치료가 정상세포에 미치는 영향
- 질병과 관련된 스트레스
- 매일 치료 받으러 가는 일
- 치료 이외의 일상의 균형
- 재정적 염려

제안 사항 :

- 균형 잡힌 식사 (중앙학 팀으로 부터 권장되지 않은 보충제는 지양하십시오)
- 충분한 수분 섭취-수분제한이 없는 한
- 휴식과 가벼운 운동 (예: 걷기)
- 자기 관리 연습 (스스로 편안함을 줄 수 있는 개별적 방법)
- 타인의 도움을 수용하기.

피부 반응

방사선 치료 중이나 치료 후에 피부 반응이 나타날 수 있습니다. 피부 관리 방법에 관한 내용을 참고 하십시오.

피부 반응은 치료 받은 부위에만 나타납니다. 추가 로 질문이 있는 경우에는 방사선 치료사나 중앙학 간호사에게 문의하십시오.

피부가 치료에 어떻게 반응 할까?

방사선 치료와 관련된 피부 반응은 대부분의 환자에서 나타나는 증상입니다. 즉각적으로 나타나는 것은 없지만 치료 기간 동안 점차적으로 나타나는 경향이 있으며, 대체로 치료가 끝난 뒤 2-4 주 후에 안정되기 시작합니다.

방사선 치료 기간 동안 피부 반응이 나타날 수 있으며 본인이 느낄 수 있습니다:



서서히 연붉게 되거나
질게 됨
환자의 피부색에 따라
다름



건조하거나 조이는
느낌과 통증



발진과 가려움
따뜻하거나
더우면 더 악화 될
수 있음.



수포와 벗겨짐
이 경우 드레싱이나
젤이 필요하므로
추가로 조언을
받으시기 바랍니다.

피부 관리에 관한 조언

피부 대한 반응을 예방 할 수 는 없지만 좀 더 편하게 느낄 수 있도록 할 수 있는 방법이 있습니다.

방사선 치료사나 간호사에게 본인의 피부 관리 일상에 대해 말씀하십시오. 혹시 환자의 피부를 좀 더 편안하게 느끼게 하기 위하여, 바뀌어 할 내용이 있으면 조언을 해 드릴 것입니다.



피부에 수포가 생기거나 벗겨지지 않으면 수영을 해도 됩니다.
염소와 소금기를 즉시 씻어내고
보습제를 바르는 것이 최선입니다.
피부가 자극을 받으면 수영을 중단
하세요.



헐렁한 옷을 입는 것이 좀 더 편안 할
것입니다. 면이나 실크 같은
천연 소재로 된 옷



치료 부위를 보호하기 위하여 직사광선을 피하세요.
챙이 있는 모자를 쓰거나 옷으로 가리세요. 치료를 마친 후 적어도 1년 동안 피부가 민감하므로 햇빛으로부터 보호하세요.
SPF50 선크림 (자외선 차단 지수 50) 권장.

참고 : 치료 중에는 자외선 차단제 사용을 금지

위생과 보습

- 필요하면 간호사에게 보습제를 요청하여 치료 기간 동안 사용할 수 있습니다. 선호하는 제품이 있으면 가지고와서 간호사에게 보여 주십시오.
- 보습제를 하루에 여러 차례 사용 하도록 하십시오. 치료 시작 직전에는 사용을 삼가하십시오.
- 피부가 자극을 받거나, 물집이 생기고 벗겨지면 사용을 중단 하십시오.

가렵거나 갈라진 피부 : 소금물 용액

방사선 치료사나 중앙학 간호사가 방사선 치료로 인하여 가렵거나 뜸 피부에 소금물로 목욕하도록 권장 할 수 있습니다 :

- 시작하기 전에 비누와 물로 손을 꼼꼼하게 씻으세요.
- 용액 만들기 : 끓여서 식힌 물 한 컵당 소금 1/2 티스푼.
- 매일 신선한 용액을 사용 하세요 .
- 자세한 내용은 중앙학 간호사와 상담 하세요.