

## 皮肤反应

治疗部位的皮肤发红（红斑）是有可能的。这不会立刻发生，但一般会在整个治疗过程逐渐出现，并且通常在治疗结束后 2-4 周开始消退。



逐渐变得更粉红或更深的颜色



觉得干燥或紧绷，和痛



出现皮疹和觉得痒

不能预防皮肤反应，但是您可以做一些让您觉得舒服些的事。

请把您的日常护肤习惯告诉您的放射治疗师或护士。他们会给您建议是否需要作出任何改变。

### 您可以

如果您的皮肤没有起泡或掉皮，您可以去游泳。之后最好立刻淋浴冲洗掉氧化物，然后涂润肤露。如果皮肤受刺激，请停止游泳。

### 您可以

穿宽松的衣服会觉得更加舒适

### 请避免

暴露于阳光中并且避免阳光直射治疗部位

## 卫生和润肤

- 如有需要，在治疗期间我们的护士会给您润肤露使用。如果您有更喜爱的润肤露，请把它带来给我们的护士看
- 每天使用润肤露数次。在治疗之前，不要立刻去涂
- 如果您的皮肤出现过敏，起泡或掉皮，请停止使用。



### 清洗和洗澡

确保水不会太热；用您平常使用的产品轻柔地清洗皮肤并且轻轻地拍干



### 除臭剂/喷雾

请像往常一样继续使用除臭剂，除非这对您的皮肤有刺激；如果您的皮肤有起泡或掉皮，请停止使用

### 治疗部位不要这样做

请避免...



搓擦治疗部位



使用粘性的创可贴



使用蜡，乳霜或激光



刮毛

## 作呕

更有可能受呕吐影响的是化疗和放疗结合在一起做的人们。

如果有作呕问题，请见我们的肿瘤科护士。

如果您有呕吐，您可能是脱水。请确保您喝充足的液体/水，并且咨询我们的治疗小组。

## 疼痛和肿胀

治疗部位可能会出现一些肿胀引起不适和疼痛。请按需服用止痛药，例如扑热息痛。如果疼痛持续，请与治疗小组讨论。

参考文献

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

Illustrated panels from the above reference

eviQ— Patient and carers, patient information sheets, managing side effects, inflammation of the food pipe, ID: 1929 v.3, eviQ Cancer treatments Online, Cancer Institute NSW, viewed 31 December 2020., <https://www.eviq.org.au/patients-and-carers/patient-information-sheets/managing-side-effects/1929-oesophagitis-inflammation-of-the-food-pipe>

# Chest 胸部的放射治疗： 副作用

## 概述

放射治疗会在治疗部位引起副作用，因每个病人而异。在给出同意的过程中，放射肿瘤科医生已经与您讨论过潜在的短期和长期副作用。

本份小册子解释的是短期的副作用。这些症状可能会从放射治疗期间就开始，并且在治疗期完成后的 1-2 周甚至达到最高峰。在治疗的大约 6 周后，这些症状应该能消退。

肿瘤科护士会在您的第 1 天或第 2 天治疗与您见面讨论您的任何疑虑或问题。在这时候可以安排进一步评估。

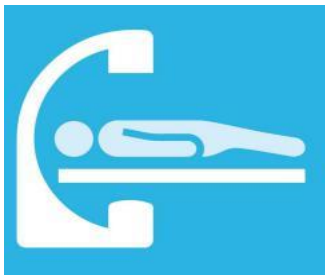
Welcome Haere Mai | Respect Manaaki  
Together Tūhono | Aim High Angamua

## 最常见的副作用

- 疲劳
- 食管炎 – 食物管道的炎症
- 喉咙干涩或痛以及/或咳嗽
- 皮肤反应
- 作呕
- 疼痛和肿胀

## 我们在这帮忙!

放射治疗师每天都会问您感觉如何。请不要犹豫提出任何疑虑。如果您有任何这些副作用（不仅限于这列表），我们可以把您转介到我们的肿瘤科护士以作进一步讨论。



## 联系信息

区域血液和癌症服务

奥克兰市区医院 8 号楼 4 层

奥克兰地区卫生局

电话: 09 307 4949

前台分拨号 22631

护士分拨号 22837

肿瘤急症科分拨号 23826 (周一到周五 8-4pm)

## 疲劳

引起疲劳的成因有很多:

- 治疗对正常细胞的影响
- 与您的疾病相关的压力
- 每天出行前往治疗
- 您的治疗以外的生活平衡

## 建议:

- 确保您饮食均衡（**不建议**额外的补充剂，除非您的肿瘤科小组给您开处方药）
- 喝大量液体/水（除非有限制喝液体/水）
- 休息和做平和的运动（步行）
- 关爱自我（帮助您放松的个人技巧）
- 接受他人的帮助

## 食管炎 – 食物管道的炎症

在胸部放射治疗期间，食管（食物管道）可能会发炎或受刺激。不是所有的病人都会出现这个情况。

需要注意的征状包括:

- 掉体重
- 当进食和喝东西时感到疼痛 – 吞咽痛
- 吞咽困难 – 吞咽障碍
- 烧心
- 喉咙后面有酸味
- 味蕾改变
- 感染
- 作呕和呕吐
- 流血（罕见）

如果您出现任何这些副作用，请告诉您的治疗小组。

## 我可以做些什么来处理这些情况?

- 您的医生或护士推荐的常规止痛药
- 止痛药例如扑热息痛

## 改变饮食:

- 少食多餐
- 在进食完竖着坐以帮助消化
- 饮食均衡并且确保您喝大量的液体/水
- 吃软的或湿的食物例如米饭，土豆泥，炒鸡蛋和酸奶 – 用肉汁和调味汁

## 避免:

- 脆的，酸性和辣的食物
- 非常烫或冷的食物和饮品
- 不要喝酒或酸果汁

**在您的放射治疗期间，我们有营养师可以提供建议和给您帮助。**

## 喉咙干涩/痛

有时喉咙和气管会在治疗区。这可能会引起粘膜发炎。

- 我们的护士可以建议用什么漱口水或缓解疼痛
- 喝大量液体/水

## 咳嗽:

- 请咨询我们的护士的建议
- 在治疗期间和治疗后的 2 周避免喝酒和吸烟