

掉头发 – 斑秃

头皮的放射治疗只会引起特定治疗部位的掉发。这通常从开始治疗的 10-14 天发生。

治疗结束后可能会继续掉头发。如果有掉头发，这是逐渐发生的。这会变得稀疏并且之后会变得分布不均。通常来说头发会长回来，但可能会更稀疏，发质和/或发色会有不同。

某些的掉发可能是永久的，这挺难的。请与我们的护士讨论关于进一步的支持。癌症协会对在假发选择上有很好的资源，和一个叫“看起来更好感觉更棒”的课程。

作呕，呕吐和头痛

放射治疗或肿瘤可能会引起炎症和肿胀。按在您头颅的压力是引起作呕，呕吐和头痛的原因。这可能会从治疗开始就发生或者在您的手术后您可能已经有这样的经历。

如有需要，可能会给您开处地塞米松（类固醇），以帮助控制这些症状。

地塞米松

- 如果您没有在服用地塞米松，在开始放射治疗前或当头部压力的症状发生时，可能会给您开处地塞米松。
- 请在餐后服用这个药物，因为它可能会使您肚子痛。
- 如果您的肿瘤科小组没有给您建议，请不要调整或停止药物。
- 在治疗期间，您的药剂量可能需要增加以帮助控制您的症状。
- 一旦您感觉够好的话，肿瘤科小组就会建议您逐步减少药剂用量。

地塞米松常见的暂时副作用可能包括：

- 食欲增加
- 体重增加
- 脸部肿胀/库欣综合征面容
- 水肿 – 双脚和脚腕肿胀
- 血糖水平上升伴随小便增多
- 难以入睡
- 肌肉无力
- 腿抽筋
- 情绪改变

耳炎-耳朵受刺激/发炎

注意：只当治疗区域包括耳朵部位的时候（如果不确定的话请咨询您的治疗小组）。

放射可能会引起耳炎炎症或感染。
您可能会注意到这些症状：

- 听力有改变
- 耳鸣声
- 耳朵痛
- 耳闷胀感
- 耳朵有分泌物

如果您有以上这些症状请告诉您的治疗小组。

根据新西兰交通局的规定，在没有进一步通知下，您不能开车，除非获得肿瘤科医生的批准。

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

Brain 脑部的放射治疗： 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

在您的治疗期间最常见的治疗/肿瘤副作用

- 疲劳
- 皮肤反应
- 掉头发 - 斑秃
- 作呕/呕吐/头痛
- 耳朵受刺激/发炎
- 抽搐
- 神经系统症状变得更糟糕

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。

更多信息请参见这个在线资源：

www.braintumoursupport.org.nz

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)

专科护士- 0212415030

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
- 经济压力

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（例如步行）
- 关爱自我（帮助您放松的个人技巧）
- 接受他人的帮助

皮肤反应

在您的头部的治疗部位可能会出现皮肤反应。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



起泡或掉皮

护肤建议

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氯化物，然后涂润肤露。如果皮肤受刺激，请停止游泳



请避免

暴露于阳光中并且避免阳光直射治疗部位

注意:在治疗期间请不要用防晒霜

卫生和润肤

- 继续如往常一样用温和的洗发水洗头/淋浴（推荐使用宝宝洗发产品）。
- 如果您的头发发红或变痒，请见我们的肿瘤科护士开润肤露。



清洗和洗澡

确保水不会太热；用您平常使用的产品轻柔的清洗皮肤并且轻轻地拍干

治疗部位不要这样做

请避免...



搓擦治疗部位



使用粘性创口贴



刮毛



使用蜡，乳霜或激光



使用化妆品