

پس از پرتو درمانی ممکن است پوست دچار واکنش های التهابی شده ، تغییر رنگ دهد؛ و یا بثورات جلدی بروز می کند؛ و گاهی فلسی شکل می شود؛ که در این حالت پوست فلسی و مرطوب شده و دچار پوسته ریزی می شود.

توصیه های مراقبتی

- از به کارگیری صابون، مواد آرایشی، عطر، پودر، لوسیون پماد و روغن ها بر روی ناحیه پرتودرمانی خودداری شود.
- بعضی از این مواد حاوی فلزات سنگین هستند و در هنگام رادیوتراپی اشعه به آنها ضربه وارد کرده و این فلزات سنگین مثل آینه های کوچک بر روی پوست عمل می کنند و منجر به پراکنده شدن اشعه از روی پوست می شوند؛ در نتیجه صدمات شدید را به پوست وارد می کنند.
- مواد حاوی الکل نیز می توانند باعث التهاب پوست شوند. بهتر است از دئودورانت، صابون های معطر و عطر استفاده نکنید.
- ممکن است از ضد بوهائی که اساس آلومینیومی ندارند در پوست سالم استفاده شود. از وارد شدن صدمه به نواحی پوستی آسیب دیده اجتناب می نماید.



- از تراشیدن، پوشیدن لباس های تنگ و تحریک کننده پوست، حرارت های زیاد یا کم و استفاده از چسب نواری روی پوست خودداری کنید. این مواد ممکن است باعث درد، آسیب و تحریک پوست شوند.
- پوست خود را روزانه مورد بررسی قرار دهید و تغییرات پوستی را فوراً گزارش دهید.
- از آب ولرم برای استحمام استفاده گردد. استفاده از آب با درجه حرارت بالا درد، تحریک و آسیب پوستی اضافی ایجاد می کند.
- شما ممنوعیتی از نظر استحمام ندارید؛ و می توانید جهت انجام آیین های مذهبی مثل وضو و غسل اقدام نمایید.
- از مالش یا خاراندن پوست خودداری شود چون منجر به تحریک پوستی بیشتر، آسیب و افزایش خطر عفونت می شود.
- از تراشیدن مستقیم پوست با تیغ خودداری شود. استفاده از تیغ ممکن است به تحریک بیشتر و از هم گسیختگی پوستی و افزایش خطر عفونت منجر شود.
- کیسه ی آب گرم، پدهای گرم کننده و یخ مستقیماً روی نواحی به کار برده نشود.
- از پوشش با ضخامت مناسب جهت کیسه های آب گرم، سرد یا یخ استفاده کنید.
- از قرار گرفتن در معرض نور خورشید یا هوای سرد اجتناب گردد؛ ممکن است منجر به درد یا آسیب پوستی شود .
- از لباس نخی استفاده شود. پوشیدن لباس نخی گشاد موجب گردش هوا در نواحی آسیب دیده میشود.
- از پماد ویتامین آ + د (A&D) استفاده گردد. ممکن است به بهبود زخم کمک کند.
- از پزشکانتان بخواهید یک لوسیون مناسب به شما معرفی کند.



- برای کاهش شیوع فلسی شدن مرطوب از کرم کالندولا یا هیالورونیک اسید استفاده کنید.
- کرم کالندولا در کاهش شیوع فلسی شدن مرطوب، کمک کننده است در موقع خارش پوست به مقدار کمی روی ناحیه قرمز شده باسر انگشتان مالیده شود

در صورت وقوع فلسی شدن مرطوب؛ نواحی ترک خورده ترشح دار مستعد عفونت باکتریال هستند برای جلوگیری از عوامل بیماری زا مراقبت شدید به اجرا در آید .

- ✚ تاول های تشکیل شده را پاره نکنید. پاره کردن تاول های پوستی تمامیت پوست را از بین برده و ممکن است منجر به افزایش خطر عفونت شود .
- ✚ از شستشوی مکرر نواحی صدمه دیده اجتناب گردد. شستشوی مکرر ممکن است منجر به افزایش تحریک و آسیب پوستی و در نتیجه افزایش خطر عفونت شود .
- ✚ تاول زدن پوست نشان دهنده آسیب پوستی است.
- ✚ هر گونه تاول زدگی را باید به پزشک معالج و پرستارتان را اطلاع دهید.
- ✚ سعی کنید از نواحی تاول زده یا ترک خورده پوست به خوبی مراقبت مناسب داشته باشید؛ تا هیچ گونه عفونتی در نواحی تاول زده یا ترک خورده به وجود نیاید.
- ✚ فقط از کرم ها یا پمادهای تجویز شده استفاده گردد. این امر بر کاهش تحریک و التهاب و ارتقای بهبود ناحیه مبتلا کمک می کند .

✓ اگر ناحیه ترشح داشت از پانسمان جاذب غیر چسبنده استفاده کنید؛ چون راحت تر برداشته شده و زمانی که ترشحات خشک شود و به پانسمان بچسبید؛ برداشتن آن با درد و صدمه ی کم تری همراه است.





یامن اسمہ دواء و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

پرتودرمانی

و

سرطان

کد محتوا: ۳۲۹

<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

• لقمه های کوچک داشته باشید.

۷. بی اشتهايي، تهوع، استفراغ و اسهال همراه با تحريك ناحیه معده یا کولون (به پمفلت شماره ۳۲۶ و ۳۲۷ مراجعه کنید).

۸. کم خونی، لکونی، ترومبوسیتوپنی

۹. تا زمانی که شمارش گلبولی به حد طبیعی نرسد، بیماران با افزایش خطر انواع عفونت ها و خونریزی ها روبرو خواهند بود.

• بهتر است طی دوره ی درمان از انجام ورزشهای سنگین رزمی پرهیز کنید.

• بهداشت دهان را رعایت کنید.

• روزانه دو تا سه بار از محلول دهانشویه استفاده کنید.

• شب پس از صرف شام با مسواک نرم مسواک کنید و سپس از محلول دهانشویه استفاده کنید؛ پس از آن به مدت یک ساعت آب ننوشید.

• در صورت ایجاد زخم با قرار دادن یک پوشش تمیز روی آن به مراکز درمانی جهت انجام پانسمان استریل مراجعه کنید.

۱۰. کم خونی مزمن در این بیماران شایع است.

• برای کنترل و درمان کم خونی به پزشک مراجعه کنید.

• سعی کنید رژیم غذایی کامل داشته باشید.

• از بیوست پیشگیری کنید.

• روزانه دو تا سه نوبت به مدت ده دقیقه نرمش کنید یا پیاده روی داشته باشید.

• از آسیب های پوستی و خونریزی پیشگیری کنید.

تهیه کننده: اکرم یزدانی "کارشناس آموزش سلامت"

منبع: درسنامه پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث ۲۰۱۸

مشاور علمی: دکتر علی حاجی غلامی "فوق تخصص انکولوژی"

طراحی و تدوین: محمودنصرافهانی "سوپروایزر آموزش سلامت"

سلامت"

بروزرسانه، دفتر آموزش، سلامتالزهر(س)، بهمن، ۱۳۹۹



✓ اگر ناحیه ترشح نداشته باشد از پانسمان نفوذپذیر نسبت به بخار و رطوبت مانند هیدروکلئید ها و هیدروژل ها بر روی ناحیه غیر عفونی استفاده نمائید.

✓ این پانسمان ها باعث ارتقای بهبودی می شود پانسمان های هیدروکلئید به وضوح باعث افزایش راحتی بیمار میشوند.

✚ اگر اسکار بر روی زخم(خشکی روی زخم) تشکیل شده است با پرستار ارائه دهنده مراقبت های پوستی یا پزشک مشورت نمائید.

✚ اسکار (خشکی روی زخم) باید برداشته شود تا اجازه ترمیم زخم را داده و مانع عفونت شود.

✚ پرستار ارائه دهنده مراقبت های پوستی باید در مراقبت از زخم مهارت داشته باشد.

✚ نباید افزایش یافت اسکار در زخم مشاهده شود.

عوارض ثانویه پرتودرمانی

۱. التهاب مخاط دهان (استئوماتیت)

• از مصرف غذای خشک خودداری کنید.

• رژیم غذایی نرم داشته باشید.

۲. خشکی دهان

• قبل از اینکه تشنه شوید آب بنوشید.

• جرعه جرعه آب میل نمایید تا دهانتان مرطوب بماند.

۳. تغییر و کاهش طعم دهان

• آدامس طعم دار بدون اسانس محرک استفاده کنید.

۴. کاهش بزاق

• از اسپری مرطوب کننده دهان استفاده کنید.

۵. تحریک مری همراه با درد سینه

• در حالت نشسته غذا میل کنید.

۶. اشکال در بلع غذا

• به آرامی غذا میل کنید.

