



방사선 치료 동안의 피부관리

피부보호를 돕는 요령

이 인쇄물은 방사선 치료를 받는 사람들을 위한 것입니다. 이것은 피부를 보호하기 위한 요령과 치료를 받는 부분을 위한 구체적인 관리요령을 제공합니다.

방사선치료가 피부에 끼치는 영향?

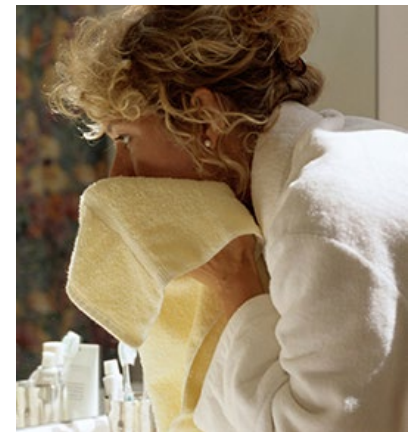
방사선 치료를 2-3 주일 받은 이후 치료를 받는 부분의 귀하의 피부는:

- 붉어지거나 성나 있거나 또는 햇빛에 탄 것처럼 보일 수도 있습니다.
- 건조하고 가렵거나 벗겨지기 시작할 수도 있습니다.

피부가 겹치는 모든 부분을 잘 살피십시오. 이것들은 목, 배, 겨드랑이, 유방 아래, 및 사타구니 또는 가랑이를 포함합니다. 이 부분들의 피부는 성이 날 가능성이 더 많습니다.

피부보호를 돕기 위한 요령들

- 방사선 치료에 의하여 영향을 받을 수도 있는 피부부위가 어디인지를 방사선 치료사에게 질문하십시오.
- 평상시대로 목욕하고 샤워하십시오. 하지만, 로손, 향수, 아니면 방취제가 들어있는 비누를 사용하지 **마십시오**. 시도할 일부 브랜드는 아이보리(Ivory), 민감성 피부용 도브(Sensitive Skin Dove), 베이스스(Basis), 또는 뉴트로지나(Neutrogena) 입니다.
- 피부를 각별히 조심스럽게 다루십시오.
- 치료부위에는 헐렁하고 부드러운 옷을 입으십시오.
- 치료할 부위를 꼭 면도해야만 할 경우, 전기 면도기**만** 사용하십시오. 일자 면도기 또는 안전 면도기는 사용하지 마십시오.
- 모자, 스카프, 또는 다른 옷으로 태양으로부터 피부를 보호하십시오.
- 치료받는 부위를 깨끗하고 건조하게 유지하십시오.



방사선 치료를 받는 동안, 피부를 각별히 부드럽게 다루십시오.

- 매번 방사선 치료를 받으러 오시기 전에 모든 크림과 로션을 부드럽게 씻어내십시오.
- 피부에 대한 질문이나 문제가 있을 경우 담당 방사선과 간호사와 상담하십시오.
- 피부에 변화를 발견하면 담당 간호사에게 알려십시오.

기본적인 관리

- 담당 의사나 간호사가 괜찮다고 말하지 않는 한, 향수, 면도 전이나 이후에 바르는 것, 탈취제, 헤어 컨디셔너, 또는 기타 스타일링 제품을 치료부위에 사용하지 **마십시오**.
- 산화 아연 연고를 포함한 알루미늄이나 아연과 같은 금속이 함유된 제품을 사용하지 **마십시오**.
- 치료 중에는 바셀린, 베이비 오일, 연고, 또는 비타민 E 오일과 같은 기름이나 석유를 원료로 한 제품을 사용하지 **마십시오**.
- 각 치료 전 2 시간 동안에는 젤, 로션, 또는 크림을 바르지 **마십시오**.
- 피부에 콘스타치 또는 파우더를 사용하지 **마십시오**. 이 제품들은 피부에 곰팡이 염증을 일으킬 수 있습니다.
- 치료받는 피부에 온찜질이나 냉찜질을 하지 **마십시오**. 히팅 패드, 전기담요, 탕파, 또는 얼음 팩을 사용하지 마십시오.
- 치료부위를 아주 뜨거운 물 샤워나 목욕, 사우나, 또는 한증실, 직사광선, 또는 에어컨에서 나오는 찬 공기와의 직접적인 접촉과 같이 극심한 열이나 냉기에 노출시키지 **마십시오**.
- 치료부위에 테이프나 반창고를 사용하지 **마십시오**.
- 수건으로 피부를 문질러 씻지 **마십시오**.
- 피부를 긁거나 문지르거나 비비지 마십시오.
- 치료부위에 꼭 끼는 옷을 입지 **마십시오**.

치료받는 부위에 대한 관리

두피

- 아기용 또는 뉴트로지나 샴푸를 사용하십시오.
- 컨디셔너, 컨디셔너가 들은 샴푸, 또는 스타일링 제품을 사용하지 **마십시오**.
- 실외에 있을 때는 모자를 쓰십시오.

얼굴과 목

- 화장품, 보습제, 자외선 차단제, 향수, 또는 에프터 셰이브를 사용하지 마십시오.
- 그 부위를 직사광선에 노출시키지 마십시오.

가슴

- 담당의가 사용해도 된다고 말하지 않는 한 탈취제를 사용하지 **마십시오**.
- 태양으로부터 가슴을 보호하는 옷을 착용하십시오.

복부나 골반

- 로션, 파우더, 또는 크림을 사용하지 **마십시오**.
- 대변을 본 이후 뒤를 잘 닦으십시오.
- 피부를 자연건조시키거나 헤어 드라이어를 찬 바람이 나오게 한 다음 가까운 거리에서 말리십시오. 피부가 성나 있을 경우 문지르거나 수건으로 말리지 **마십시오**.

팔, 손, 손가락, 다리, 발, 또는 발가락

- 로션, 크림, 또는 자외선 차단제를 사용하지 **마십시오**.
- 헐렁한 옷을 입으십시오.
- 발가락과 발에 충분한 공간을 제공하는 신발을 신으십시오.

태양으로부터 피부를 안전하게 보호하십시오

치료부위의 피부는 방사선 치료 이후 여러해 동안 태양에 아주 민감할 것입니다. 피부를 주의해서 다루어야 할 것입니다. 화상은 피부가 방사선에 반응했던 것과 같은 반응을 야기할 수도 있습니다.

치료로부터 피부가 치유된 이후:

- 바깥에 나갈 때마다 자외선 차단제(SPF 30 이나 그 이상)를 바르십시오.
- 치료부위가 장시간 직사광선에 노출되지 **않도록** 하십시오.

문의사항?

귀하의 질문은 중요합니다.
질문이나 우려되는 것이 있을
경우 담당 의사나
의료제공자에게 전화하십시오.

UW 메디컬 센터 방사선
종양학과: 206.598.4100

Skin Care During Radiation Therapy

Tips to help protect your skin

This handout is for people having radiation treatments. It offers tips to protect your skin and specific care tips for the area being treated.

How will radiation therapy affect my skin?

After 2 to 3 weeks of radiation treatment, your skin in the area being treated may:

- Look red, irritated, or sunburned
- Be dry and itchy or begin to peel

Closely watch all places with skin folds. These include your neck, stomach, armpits, under your breast, and in your groin or crotch. The skin in these areas is more likely to become irritated.

Tips to Help Protect Your Skin

- Ask your radiation therapist what area of your skin may be affected by your radiation therapy.
- Bathe and shower as normal. But, do **not** use soaps that contain lotions, perfumes, or deodorants. Some brands to try are Ivory, Sensitive Skin Dove, Basis, or Neutrogena.
- Be extra gentle with your skin.
- Wear loose, soft clothing over the treated area.
- If you must shave in the treated area, use **only** an electric razor. Do not use straight-edge or safety razors.
- Protect your skin from the sun with a hat, scarf, or other clothing.
- Keep the treatment area clean and dry.



Be very gentle with your skin while you are having radiation treatments.

- Gently wash off all creams and lotions before each radiation treatment.
- Talk with your radiation nurse if you have any questions or problems with your skin.
- Tell your nurse when you notice changes in your skin.

Basic Care

- Do **not** use perfume, pre-shave or aftershave, deodorant, hair conditioner, or other styling products on the area being treated, unless your doctor or nurse says it is OK to do so.
- Do **not** use products that contain metals like aluminum or zinc, including zinc oxide ointment.
- Do **not** use oil- or petroleum-based products such as Vaseline, baby oil, ointments, or vitamin E oil during your treatment.
- Do **not** apply any gel, lotion, or cream to your skin for 2 hours before each treatment.
- Do **not** use cornstarch or powder on your skin. These products can lead to fungus on your skin.
- Do **not** apply heat or cold to your treated skin. Do not use heating pads, electric blankets, hot water bottles, or ice packs.
- Do **not** expose the treatment area to extreme heat or cold, such as very hot showers or baths, saunas or steam rooms, direct sunlight, or cold air direct from an air conditioner.
- Do **not** use tape or Band-Aids on the treatment area.
- Do **not** scrub your skin with a washcloth.
- Do **not** scratch, scrub, or rub your skin.
- Do **not** wear tight clothing over the treatment area.

Care for the Area Being Treated

Scalp

- Use baby shampoo or Neutrogena.
- Do **not** use conditioners, shampoo with conditioners, or styling products.
- Wear a hat when you are outside.

Face and Neck

- Do **not** use makeup, moisturizer, sunscreen, perfume, or aftershave.
- Keep the area shaded from the sun.

Chest

- Do **not** use deodorant, unless your doctor says it is OK to do so.
- Wear clothes that protect your chest from the sun.

Belly or Pelvis

- Do **not** use lotion, powder, or cream on the area.
- Clean your bottom well after bowel movements.
- Allow your skin to air dry, or dry it with a hair dryer on the cool setting at a short distance. If your skin is irritated, do **not** scrub or towel dry.

Arms, Hands, Fingers, Legs, Feet, or Toes

- Do **not** use lotion, cream, or sunscreen.
- Wear loose clothing.
- Wear shoes that do give your toes and feet plenty of room.

Keep Your Skin Safe from the Sun

Your skin in the treatment area will be very sensitive to the sun for years after radiation treatment. You will need to treat your skin carefully. Sunburn may cause your skin to have the same reaction it did to the radiation.

After your skin heals from treatment:

- Use sunscreen (30 SPF or higher) every time you go outside.
- Do **not** let the treatment area be in direct sun for long periods.

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

UW Medical Center Radiation Oncology: 206.598.4100