

# あなたが生き生き過ごすために

## 放射線療法を受ける方へ ～放射線皮膚炎について～

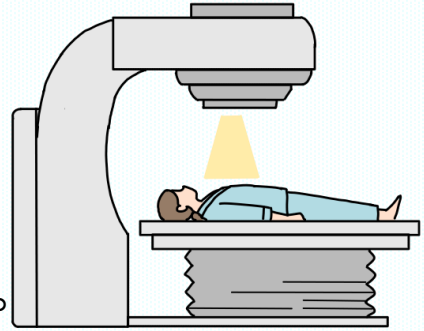
がんに対する放射線療法では、皮膚炎が生じることがあります。皮膚に近い部位の照射(乳がん、頭頸部がん、食道がんなど)でおきやすいです。放射線治療中は皮膚の清潔、保湿、刺激を避けた適切なケアを行うことが大切です。

説明動画はこちら



### 放射線治療って？

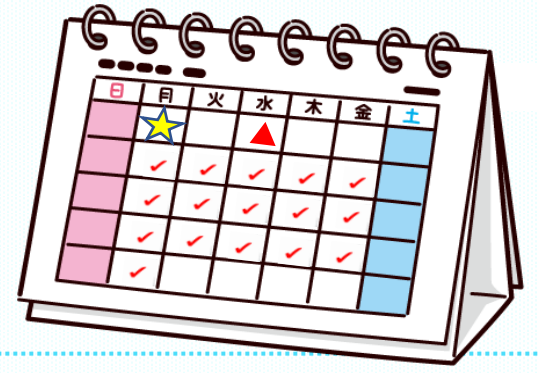
放射線治療は局所に対する治療です。放射線があたっても痛みや熱を感じることはありません。腫瘍を中心に炎症反応が起こります。放射線が当たる範囲を画像で確認できます。この画像を「線量分布図」といいます。線量分布図を放射線治療科の医師、看護師と一緒にみて、予想される副作用について確認しましょう。



### 放射線治療の流れ

初診日は放射線治療の説明と治療開始日を決めます。(初診日に治療は始められません) 治療準備:放射線治療を受ける体勢でCT撮影をし、皮膚にマジックで位置合わせの印(マーク線)が書かれます。放射線の照射:1回の治療は約10-20分です。平日に連続して治療します。治療期間は病状や治療目的によって様々です。

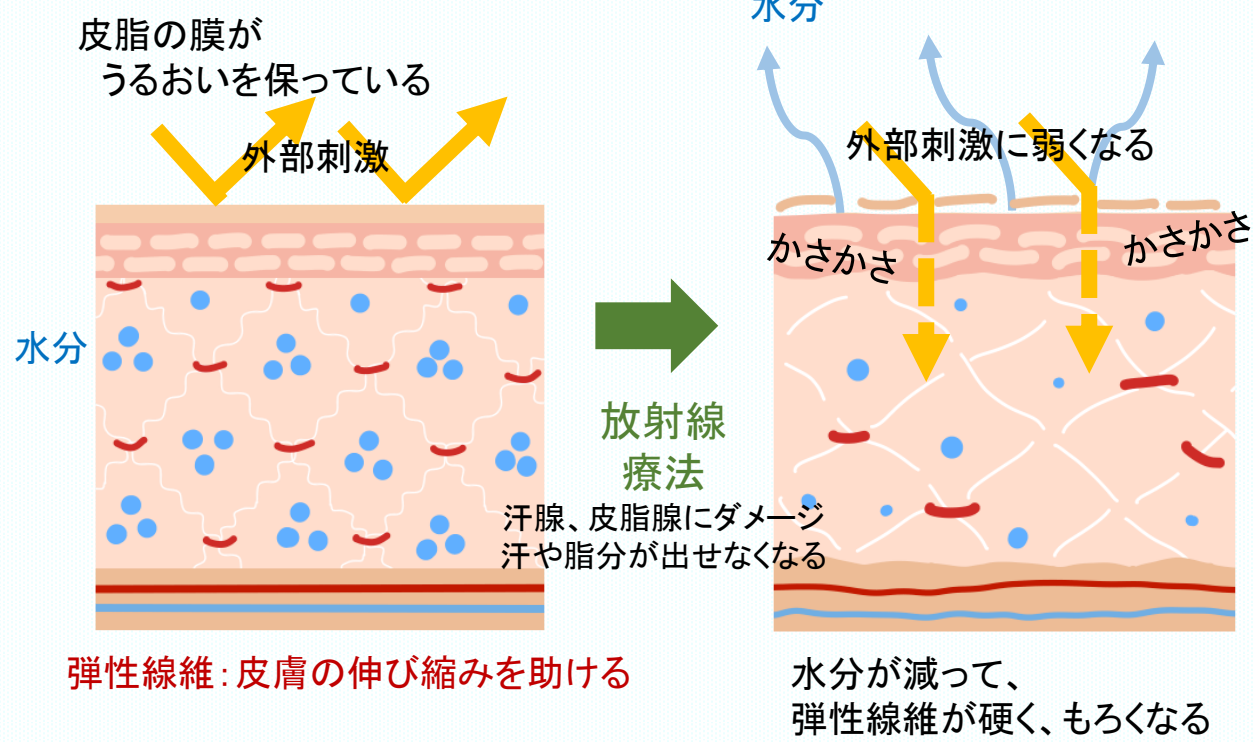
★ CT撮影 ▲ 計画 ✓ 照射日



### 放射線皮膚炎って

放射線があたった皮膚に炎症が起こります。皮膚炎の程度は放射線のあたりかたによって異なります。

最初の1-2週間は特に変化を感じませんが、皮膚の乾燥は少しずつ進んでいきます。照射開始2週間後から、照射部位に一致して皮膚炎が目立ってきます。赤み、かゆみ、ひりひり感などの症状がみられます。ひどくなると薄皮がむけたり、水疱ができたりすることがあります。**最も皮膚炎が強くなるのは治療完遂後1週間たった頃**です。



#### 急性期

(治療開始から終了後3か月以内)

#### 放射線皮膚炎

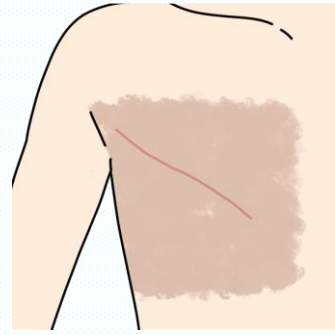
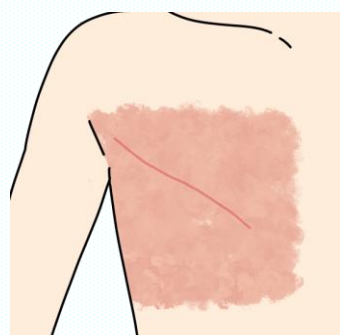
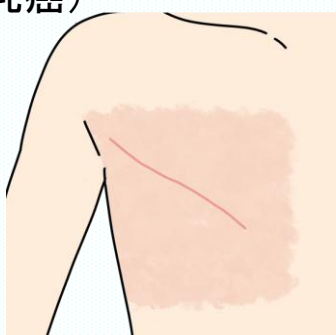
かさかさ 赤み、かゆみ、ひりひり

治療開始

2-3週間頃 皮膚炎出現

放射線治療終了

(例:乳癌)



色素沈着、乾燥

必ず禁煙しましょう。副作用が強くなります。

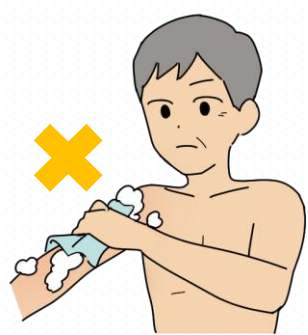


# 放射線治療中 スキンケアが大切です

放射線が当たる皮膚は治療が始まる前からケアしましょう。  
どこに皮膚炎が出るのか、医療者に聞いてみましょう！

## 皮膚を清潔に保つ

“ゴシゴシ”せずに、泡で優しく洗いましょう。  
水分をふき取る時は、柔らかいタオルを軽く押し当てて



“ゴシゴシ”は肌を傷つけて  
しまうことがあるので、  
泡で優しく洗いましょうね！



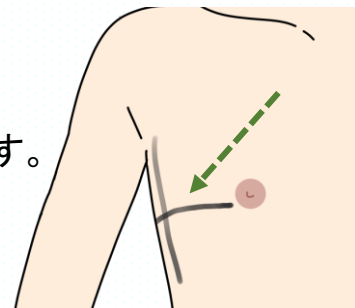
○  
手につく泡で十分  
泡たっぷりではなくてOK



自分で書き足さないように  
お願いします！

## スキンマーク線

放射線が当たる範囲に  
マジックでマーク線が書かれます。  
皮脂などで自然に薄くなります。  
油が入っていないフォーム剤で  
保湿をしましょう。



マーク線が服に色移りすることがあるため、  
気にならない服で通院して下さい。

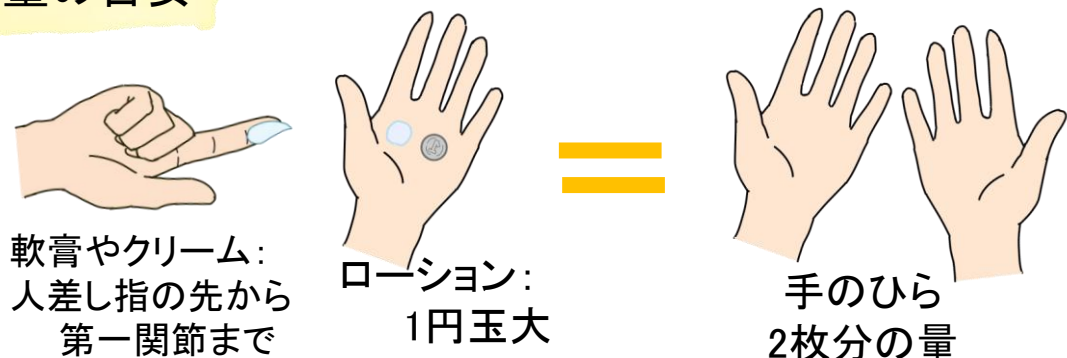
## 保湿する

皮膚炎を予防するために、しっかり保湿しましょう。  
放射線が当たる皮膚の範囲を丁寧に手のひらを使って、  
こすらずに優しく保湿しましょう。

治療開始から終了後1か月程度までは、  
皮膚炎の状態によって適切な塗り薬(炎症を抑える薬や  
保湿剤)が処方されます。

皮膚炎がひどい場合には、  
医師や看護師にご相談ください。

## 保湿剤量の目安



背中もしっかり保湿  
一人でできないときは、  
便利グッズもありますよ



テカッと光って  
ティッシュが張り付くぐらい

## 刺激を避ける

### 温泉は？ サウナは？

### 紫外線を避けましょう

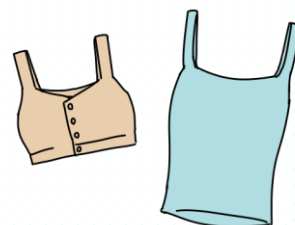


外にでるときは、  
日が当たる部分は日焼け止めや  
帽子、日傘などを活用しましょう。



熱いお湯での入浴、天然温泉、岩盤浴、  
サウナは避けましょう

治療中～終了1か月は長湯や入浴剤は避けましょう。  
放射線療法を受けていない部分は温泉につかって大丈夫です。  
皮膚が安定すれば、今まで通り、  
天然温泉、サウナ、岩盤浴OKです。

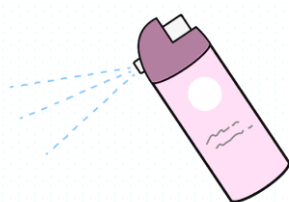


肌に刺激の少ない柔らかい、圧迫やすれの少ない  
ゆったりした衣類/下着を選びましょう。

塩素が刺激になります。  
放射線療法からしばらく経過して  
皮膚の赤みが取れてきたらOK

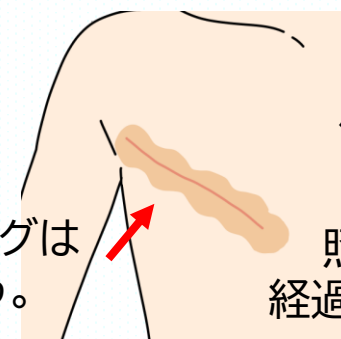


プールはお休み  
しましょう。



治療中の脱毛、毛ぞりは控えましょう。  
制汗剤の使用を避けましょう。

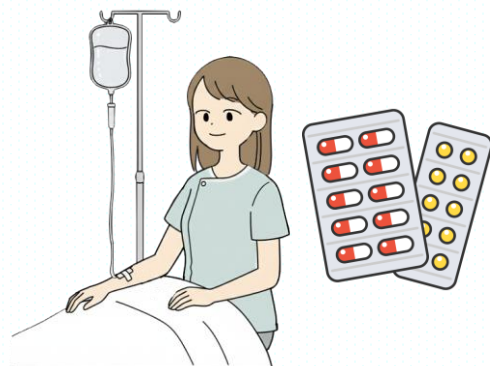
術後の傷のテーピングは  
お休みしましょう。



皮膚がむけて  
しまいます！

照射終了後、1か月程度  
経過してから再開しましょう。

## 放射線治療後すぐ 薬物療法を始めるとき



皮膚炎が改善した後でも、  
薬物治療により皮膚炎が  
再燃することがあります。  
(リコール現象)  
薬物療法の開始時期は  
主治医にご相談ください。

## 放射線治療後 時間がたってから

放射線があたった皮膚の  
発汗障害が起き、  
乾燥しやすくなり、  
体温調整が難しくなります。



治療が終了して時間がたってても、  
長期間のんびりとスキンケアを続けましょう。

Homepageはこちら



リーフレットに関する  
ご意見、ご感想はこちら

