

Hautveränderungen als Folge der Strahlentherapie

Information

Die Haut wird während der Bestrahlung stark beansprucht und es kann im bestrahlten Gebiet zu Veränderungen kommen. Hautveränderungen können sich als Hautrötung, Schwellung, Juckreiz oder trockener Hautschuppung äußern. Zunehmende Bestrahlungsdosen führen zu Verfärbungen (Hyperpigmentierungen), zu Haarausfall und zu verstärkter Schuppung des betroffenen Hautbereiches. Die Kopfhaut, der Nacken und der Rücken sind relativ unempfindlich gegenüber der Bestrahlung. Dagegen reagieren die vorderen Halsweichteile, die Ellenbeuge und die Kniekehle sowie die Leisten- und Analregion sehr empfindlich auf Strahlen. Empfindlich sind auch die betroffenen Gefäße, weniger betroffen sind Nervenzellen und Muskelzellen. Die auftretenden Hautschäden können durch den Hauttyp, das Alter und äußere Reize begünstigt sein. Nach der Strahlenbehandlung kann sich die Haut fast vollständig erholen (mit Ausnahme von anhaltenden Pigmentstörungen, Haarausfall sowie Funktionsverlust der Talg- und Schweißdrüsen bei hohen Bestrahlungsdosen).

Auf was muss ich während der Strahlentherapie achten?

Halten Sie Ihre Haut so lange wie möglich geschmeidig und intakt.

Was kann ich selbst tun?

Allgemeine Hinweise zur täglichen Körperpflege:

- Eine gute Hautpflege vor Beginn der Strahlenbehandlung kann helfen, mögliche auftretende Strahlenschäden zu vermeiden oder zu mindern. Cremes oder Lotionen, sowie Shampoo und Duschgel dürfen maximal 4 Stunden vor der Bestrahlung benutzt werden.
- Kontrollieren Sie täglich die Haut an der Ein- und Austrittsstelle, um mögliche Veränderungen frühzeitig zu erkennen und ihnen entgegenzuwirken.
- Es gilt generell, die bestrahlte Haut immer sauber und trocken zu halten.
- Die Markierungen des Bestrahlungsfeldes sollten beim Duschen erhalten bleiben. Wannenbäder sollten vermieden werden.

- Entweder mit klinikeigenen Hautpflegeprodukten die Haut maximal zweimal täglich eincremen, z. B. mit Urea Lotion 3 %, 5 % Harnstoff-Basiscreme, O/W Präparaten, Lotionen mit Omega-Fettsäuren oder Ringelblumenextrakt.
- Vermeiden Sie das Pudern der Haut. Puder hat zwar einen austrocknenden und kühlenden Effekt (verbessert die Wärmeableitung), führt aber in schwitzenden Körperfalten und auf gereizter Haut zur Krümelbildung, die eine mechanische Reibung bewirkt (Vorsicht! Haut muss intakt sein! Sonst ist die Haut ein idealer Nährboden für Pilze und Infektionserreger).
- Tupfen Sie die Haut trocken, und rubbeln Sie sie nicht mit dem Handtuch ab.
- Halten Sie Hautfalten mit eingelegten Kompressen (Baumwolle, Seide) trocken.
- Bei Bestrahlungen im Genital- und Analbereich empfehlen wir Kompressen mit Kamillenblütensud (10 g Kamillenblüten auf 2 l heißem Wasser, gut abkühlen lassen, lauwarmen oder kalten Sud auf Kompressen geben, für etwa zwei bis fünf Minuten auf die betroffenen Hautareale legen, anschließend die Haut an der Luft trocknen, der Sud kann auch als Spülung verwendet werden) und ein Schwarztee-Salbeisud (10g getrocknete Salbeiblätter und zwei Beutel. Schwarztee mit heißem Wasser aufgießen, gut abkühlen lassen). Bei ersten Rötungen oder Schwellungen im Bestrahlungsfeld wenden Sie die Spülung mindestens zweimal täglich an.
- Tragen Sie bequeme und lockere Kleidung (keine einengende, scheuernde Kleidung, keine BHs mit Metallbügel) aus glatter Baumwolle, Seide, Leinen (gefährdet ist dünne Haut, z.B. über den Schlüsselbeinen oder unter der Achselhöhle).
- Lassen Sie häufig Luft an Ihre bestrahlte Haut, insbesondere in den Hautfalten.
- Vermeiden Sie Nassrasuren und Rasierwasser, Schmuck und Heftpflaster.
- Bringen Sie betroffene Hautstellen nicht mit Kosmetika, Parfüm, Deodorant und Desinfektionsmitteln in Berührung.
- Meiden Sie direkte Sonneneinstrahlung, Temperaturextreme, wie Heiz- oder Körnerkissen, Wärmflaschen, Haarföhn, kalte Außentemperaturen.
- Schwimmen Sie nicht im chlorierten Wasser oder Salzwasser. Verwenden Sie Sonnenschutzmittel mit Lichtschutzfaktor > 15.
- Meiden Sie Kratzen oder starke Massagen.

Spezielle zusätzliche Hinweise bei auftretenden Hautveränderungen:

- Wenden Sie bei leichten Rötungen (Erythem) Quarkauflagen an (kein direkter Kontakt, nicht länger als 20–30 Minuten auflegen).
- Tragen Sie bei trockener, entzündeter oder sich schälender Haut vorsichtig Creme oder Lotion mit Vitamin D und E auf.
- Vermeiden Sie Sonnenbestrahlung bis zur kompletten Abheilung der akuten Hautreaktion.

- Bei starken Rötungen und trockenen Abschuppungen ist ein Wärmestau zu vermeiden, z.B. durch dickes Auftragen stark fetthaltiger.
- Beruhigen Sie stark juckende Haut durch lauwarme Bäder mit zugesetztem Maismehl, Natron, Hafermehl oder gemahlene Sojabohnen oder Kamille.
- Behandeln Sie einzelne juckende Stellen mit kalten, feuchten Packungen oder einem Eiswürfel (kein direkter Hautkontakt, mit Stoff umhüllen).
- Tragen Sie bei starkem Juckreiz auf Anordnung des Arztes Creme oder Spray mit Kortison auf. Vermeiden Sie auf jeden Fall das Kratzen (z.B. durch das Tragen von Baumwollhandschuhen).
- Spülen Sie bei Bestrahlungen von Tumoren im Genital- und Analbereich nach jeder Ausscheidung mit Kamille bzw. Salbei.

Wann informiere ich Pflegende/Ärzte?

Wenn die Hautveränderungen für Sie ein Problem darstellen, wenden Sie sich an die Pflegenden der Strahlentherapie oder an Ihren behandelnden Radiologen.