

Hautveränderungen als Folge der Strahlentherapie

Information

Die Haut, auch wenn diese meistens nicht das Zielorgan der Bestrahlung ist, wird während und nach einer Strahlentherapie stark beansprucht. Es können Hautveränderungen wie Hautrötung, Schwellung, Juckreiz oder trockene Hautschuppung auftreten.

Die Kopfhaut, der Nacken und der Rücken sind relativ unempfindlich gegenüber der Bestrahlung. Dagegen können die vorderen Halsweichteile, die Ellenbeuge und die Kniekehle sowie die Leisten- und Analregion sehr empfindlich auf eine Strahlenbehandlung reagieren. Die auftretenden Hautschäden können durch den Hauttyp, das Alter und äußere Reize begünstigt sein. Nach der Strahlenbehandlung kann sich die Haut wieder vollständig erholen. Bei sehr hoher Dosierung der Bestrahlung kann es zu dauerhaften Pigmentstörungen, Haarausfall oder Funktionseinschränkungen der Talg- und Schweißdrüsen kommen.

Auf was muss ich während der Strahlentherapie achten?

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

Grundsätzlich gilt:

- Eine gute Hautpflege vor Beginn der Strahlenbehandlung kann helfen, mögliche auftretende Strahlenschäden zu vermeiden oder zu mindern.
- Bringen Sie die Haut im Bestrahlungsfeld oder veränderte betroffene Hautstellen nicht mit Kosmetika, Parfüm, fetthaltigen Cremes, ätherischen Ölen oder mit

Desinfektionsmitteln in Berührung.

- Lassen Sie sich vom Behandlungsteam zur individuellen Hautpflege beraten.
- Tägliches kurzes Duschen/Waschen wird empfohlen, achten Sie darauf die Markierungen/Einzeichnungen nicht abzuwaschen. Eventuelles Nachzeichnen darf nur in Bestrahlungsposition durch Fachpersonal erfolgen.
- Die bestrahlte Haut sollte sauber und trocken gehalten werden.
- Nutzen Sie alkoholfreie Deodorants nur auf intakter Haut.

Allgemeine Hinweise zur täglichen Körperpflege

- Kontrollieren Sie täglich die Haut im Bestrahlungsfeld, um mögliche Veränderungen frühzeitig zu erkennen.
- Tupfen Sie die gereinigte Haut vorsichtig mit einem Handtuch trocken.
- Halten Sie Hautfalten mit eingelegten Kompressen (Baumwolle, Seide) trocken.
- Tragen Sie bequeme und lockere Kleidung aus glatter Baumwolle, Seide oder Leinen.
- Verzicht auf BHs mit Metallbügel.
- Lassen Sie häufig Luft an Ihre bestrahlte Haut, insbesondere in den Hautfalten.
- Vermeiden Sie Nassrasuren und Rasierwasser, Schmuck und Heftpflaster im Bestrahlungsfeld.
- Meiden Sie direkte Sonneneinstrahlung, Temperaturextreme wie Heiz- oder Körnerkissen, Wärmflaschen, Föhn oder Solarium.
- Verzicht auf Wannenbäder.

- Schwimmen Sie nicht in chloriertem Wasser oder Salzwasser.
- Meiden Sie Kratzen oder starke Massagen.

Spezielle zusätzliche Hinweise bei auftretenden Hautveränderungen:

- Ihre Haut benötigt nun vielleicht spezielle Pflegeprodukte. Bitte sprechen Sie das Pflegepersonal in der Strahlentherapie an.
- Wenden Sie bei leichten Rötungen (*Erythem*) Quarkauflagen (*kein direkter Kontakt, nicht länger als 20–30 Minuten aufliegen*) oder ein mit kaltem schwarzen Tee durchtränktes Handtuch (*maximal 10 Minuten mehrmals pro Tag möglich*) auf dem Hautareal an.
- Behandeln Sie einzelne juckende Stellen mit kalten, feuchten Packungen oder einem Eiswürfel (*kein direkter Hautkontakt, z.B. 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).
- Bei empfindlicher, gereizter Schleimhaut während Bestrahlungen im Genital- und Analbereich können Sitzbäder oder Spülungen mit Kamillen- bzw. Salbeisud lindernd wirken.

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.