



## 乳房放射治療皮膚照顧

1. 照射區域避免直接曝曬強烈陽光超過 30 分鐘，可使用帽子或傘以遮陽光、避雨。
2. 穿著棉質寬鬆的衣服，不可穿著有鋼圈的內衣。
3. 皮膚溫水沖洗，毛巾輕壓水份吸乾(不可使用洗澡巾搓揉)，冬天不可洗過熱的水。
4. 照射區域皮膚會像曬傷，引起皮膚發癢時，以清水輕拭、拍打，不可用指甲抓癢，以免破皮，不可自行塗抹任何藥膏。
5. 皮膚破皮時，請先讓主治醫師診治，如有開藥，僅可使用醫師處方的藥品並於放射治療後使用。
6. 照射區域不可使用化妝品、香水、乳液、乳膏、油膏等化學性刺激物。
7. 治療後約第 3 週起腋下皺折處較易發紅，請保持乾燥，走路時請手插腰勿摩擦。
8. 預防淋巴水腫合適的運動，如：爬牆、梳髮、擴胸運動等。勿提重物及用力甩手。
9. 療程全部結束第二週後，變黑之皮膚可用嬰兒油、乳液等輕抹，變黑之皮膚即會漸脫皮且修復。
10. 治療期間內會較易疲倦，請多休息。