

Tipps

Genügend zu trinken (1,5-2 Liter pro Tag) und eine abwechslungsreiche Ernährung kann für Ihren allgemeinen Gesundheitszustand und Ihre Haut hilfreich sein.

Rauchen kann die Nebenwirkungen der Strahlentherapie verstärken. Wenn Sie Unterstützung beim Rauchstopp wünschen, wenden Sie sich an einen Spezialisten und besuchen Sie die Website

- [«Home – stopsmoking.ch»](http://www.home-stopsmoking.ch)

Weitere Informationen zu diesem Thema

- [«Die Strahlentherapie»](#), Krebsliga Schweiz

Weitere Symptom Navi Flyer zum Thema

- Flyer [«Juckreiz»](#)
- Wenn die Mundschleimhaut betroffen ist: Flyer [«Entzündete Mundschleimhaut \(orale Mukositis\)»](#)
- Flyer [«Erschöpfung \(Fatigue\)»](#)



Bestrahlte Haut

Gut zu wissen

Bei einer Bestrahlung werden gezielt Strahlen auf das Tumorgebiet gerichtet. Teilen Sie dem Behandlungsteam alfällige vorbestehende Überempfindlichkeiten der Haut oder Allergien mit.

Die bestrahlte Haut kann sich röten, ähnlich wie bei einem Sonnenbrand. Es kann sich auch eine leichte Überwärmung oder Schwellung bemerkbar machen. Trockene Haut, Bildung von Hautschuppen und Juckreiz sind meist Folgesymptome. Je nach Bestrahlungsort kann auch die Schleimhaut (z.B. im Mund, Rachen oder Bereich des Darmausgangs) betroffen sein.

Setzen Sie die Empfehlungen zur Hautpflege der Fachärztin / des Facharztes für Strahlentherapie konsequent um. Die Haut sollte zum Zeitpunkt der Behandlung frei von Creme sein.

Es ist wichtig, die bestrahlte Hautregion während und bis ca. 4 Wochen nach der Strahlenbehandlung gut zu pflegen. Veränderungen der Haut können auch Wochen später noch auftreten. Deshalb ist es wichtig der bestrahlten Haut Aufmerksamkeit zu schenken und sie zu pflegen.

Die bestrahlte Hautregion wird eine höhere Empfindlichkeit gegenüber der Sonne behalten und muss immer geschützt werden. Lesen Sie die Empfehlungen der Stufe Grün.

Bestrahlte Haut

Sie fühlen sich...	Oder Sie stellen fest...	Was Sie selbst für sich tun können...
	<ul style="list-style-type: none"> Leichte Folgen der Bestrahlung : leichte Rötung mit trockenen Hautschuppen 	<ul style="list-style-type: none"> Tragen Sie bequeme, nicht einschnürende Kleidung aus natürlichen Materialien wie Baumwolle oder Seide (je nach bestrahlter Hautregion) Verwenden Sie zum Duschen milde Produkte, im Strahlenfeld nur lauwarmes Wasser. Tupfen Sie die Haut mit einem weichen Tuch trocken, ohne zu reiben. Achten Sie besonders auf die Haut in den Hautfalten. Pflegen Sie die Haut mit feuchtigkeitsspendenden Hautcremen die vom Behandlungsteam empfohlen werden. Benutzen Sie keine Parfüms (alkoholhaltig) auf der bestrahlten Haut. Deodorant nur auf intakter Haut auftragen. Reduzieren Sie die Häufigkeit der Rasur und verwenden Sie einen elektrischen Rasierapparat, um die Verletzungsgefahr zu mindern. Vermeiden Sie direkte Sonnenbestrahlung und rauhe Winde auf dem bestrahlten Hautfeld und decken Sie dieses mit einem Kleidungsstück ab. Tragen Sie Sonnencreme erst nach Abschluss der Behandlung auf. Benutzen Sie dann ein Produkt, welches gegen UVA- und UVB-Strahlen schützt (mindestens Lichtschutzfaktor 30). Benutzen Sie in der bestrahlten Hautregion keine Bettflaschen, Heizkissen, Eisbeutel oder sogenannte Hot Packs, resp. Cold Packs.
	<ul style="list-style-type: none"> Gerötete, überwärmte Haut Schwellung Feuchte Haut und Schuppenbildung Juckreiz Müdigkeit, die Sie bei Ihren täglichen Aktivitäten einschränkt (Einkäufe erledigen, Essen kochen, mit dem Hund spazieren gehen ...) 	<ul style="list-style-type: none"> Wenn Sie Juckreiz, rote, feuchte und warme Haut oder andere Veränderungen und Beschwerden bemerken, informieren Sie das Behandlungsteam über diese Symptome. Starke Hautreaktionen erfordern eine Beurteilung durch das Behandlungsteam und spezielle Behandlungen.
	<ul style="list-style-type: none"> Schnelle Verschlimmerung der im gelben Bereich aufgelisteten Symptome Entzündung oder Verletzung der Schleimhaut Blasenbildung Nässende und/oder schmerzende Hautstellen 	<ul style="list-style-type: none"> Nehmen Sie Kontakt mit dem Behandlungsteam auf.