



Für Patient:innen

Strahlen auf der Haut: Alles rund um die richtige Pflege

In interdisziplinärer Zusammenarbeit mit

Klinik für Dermatologie
Ambulanzzentrum des UKE
Klinik für Strahlentherapie und Radioonkologie



Hubertus Wald Tumorzentrum
Universitäres Cancer Center Hamburg

Liebe Patient:innen,

bei Ihnen ist eine Strahlenbehandlung vorgesehen. Trotz modernster Technik können während und nach der Bestrahlung Hautreaktionen auftreten. Inzwischen belegt eine Vielzahl an Studien, dass eine gute Hautpflege Nebenwirkungen an der Haut abmildern kann. Deshalb möchten wir Ihnen mit diesem Flyer Tipps geben, wie Sie Ihre Haut während der Behandlung unterstützen können. Bei Fragen sprechen Sie uns gern jederzeit an.

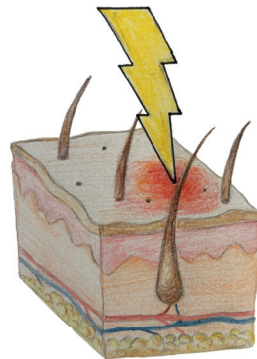
Wir wünschen Ihnen gute Besserung und alles Gute!

Ihr Team der Strahlentherapie

Wie reagiert die Haut auf die Bestrahlung?

Folgende Hautveränderungen können während der Bestrahlung (in der Regel frühestens ein bis zwei Wochen nach Therapiebeginn) in der bestrahlten Körperregion auftreten:

- Hautrötung und stärkere Pigmentierung der Haut
- Überwärmung der Haut
- Ausschlag und/oder Schuppenbildung
- Juckreiz
- die Haut kann sich trocken und gespannt anfühlen (wie bei einem Sonnenbrand)
- die Haut ist insgesamt empfindlicher



Was Sie beachten sollten

- Normale tägliche Körperreinigung ist während der Bestrahlung weiterhin zu empfehlen, verwenden Sie hierbei pH-neutrale Seifen und lauwarmes Wasser. Halten Sie den Wasserkontakt so kurz wie möglich.
- Verzichten Sie auf Bäder, langes Duschen sowie Schwimmbad- und Saunabesuche.
- Gehen Sie fürsorglich mit Ihrer Haut um: Benutzen Sie keine Bürsten, grobe Frottiertücher oder Massagen. Tupfen Sie die Haut trocken.
- Verzichten Sie auf Nassrasuren mit Rasierer und Rasierschaum in der Körperregion, die bestrahlt wird.

- Vermeiden Sie Parfüm, Deodorants und hautreizende Kosmetika in der betroffenen Körperregion.
- Verzichten Sie auf Wärmepflaster, Wärmflaschen, heiße Umschläge, direkte Sonneneinstrahlung in der betroffenen Körperregion.
- Vermeiden Sie Kleidung aus Kunstfasern und greifen Sie eher auf Kleidung aus Naturmaterialien (Baumwolle, Leinen, Seide) zurück. Die Kleidung sollte weit und locker sitzen.
- Beachten Sie bitte, dass sich die Kleidung durch die benötigten Hautmarkierungen dauerhaft verfärben kann. **Die Hautmarkierungen werden zur Lagerung während der Bestrahlung benötigt und sollten nicht abgewaschen oder entfernt werden.** Sollten sie verblassen, zeichnen wir sie im Rahmen der Bestrahlungssitzung wieder nach.

Wie Sie Ihrer Haut Gutes tun können

Pflegen Sie Ihre Haut vor und nach der Bestrahlung. **WICHTIG: Cremen Sie Ihre Haut** zwei Stunden **vor** der Bestrahlung nicht mehr ein.

Nutzen Sie **milde, feuchtigkeitsspendende, ureahaltige Basiscremes oder Lipolotion**. Vermeiden Sie folgende Inhaltsstoffe in der Hautpflege:

- Alkohol
- Duftstoffe (allergisierend)
- Pflanzliche Inhaltsstoffe (allergisierend)

Die Haut kann sich nach der Strahlentherapie weiterhin empfindlich anfühlen. Setzen Sie die Hautpflege auch über das Ende der Bestrahlung fort, wenigstens bis zur ersten Nachsorgeuntersuchung bzw. bis sich die Hautreaktionen zurückgebildet haben. Die Haut wird nach Abschluss der Bestrahlung empfindlicher gegenüber Sonnenstrahlen sein, also denken Sie auch an einen hohen Lichtschutzfaktor (mind. 30), und setzen Sie die Haut in den ersten Monaten nach der Bestrahlung möglichst keiner längeren direkten Sonneneinstrahlung aus (kein Sonnenbaden).

Falls Sie Fragen etwa zu passenden Hautpflegeprodukten haben oder sich unsicher in der Durchführung der Hautpflege fühlen, wenden Sie sich bitte an das Team der Strahlentherapie.

Unsere Kontaktdaten

Ambulanzzentrum des UKE
Klinik und Poliklinik für
Strahlentherapie und Radioonkologie
Haus Ost 26 (O26) Sockelgeschoss
Martinistraße 52, 20246 Hamburg
Telefon: 040 7410 - 53832
Fax: 040 7410 - 52846
E-Mail: anmeldung.strahlentherapie@uke.de