

# Behandlung der strahlenbedingten Hautveränderungen

Schauen Sie sich täglich den Bereich der bestrahlten Haut an. Verwenden Sie einen Spiegel oder bitte Sie eine weitere Person um Hilfe.

## Schwache Rötung, Überwärmung, Spannung oder Juckreiz

- Kühlung mit Kühlpack aus dem Kühlschranks (kein Eisfach!), eingebunden in ein dünnes Tuch, maximal drei-bis viermal täglich.
- Hautpflege mit einer Öl-Wasser-Emulsion ein- bis zweimal täglich nach der Strahlentherapie. Für Empfehlungen, welche Pflegelotionen geeignet sind, sprechen Sie uns gerne an.
- Bei Juckreiz, auf ärztliche Anordnung, Einsatz einer Hydrocortison-Creme, ein- bis zweimal täglich nach der Strahlentherapie, bevorzugt zur Nacht.

## Ausgeprägte Rötung mit Schwellung, Spannungsgefühl, keine oberflächlichen Wunden

- Maßnahmen wie oben beschrieben, zusätzlich nach ärztlicher Anordnung Einsatz von wirkstoffhaltiger Creme einmal täglich nach der Strahlentherapie.

## Zunahme der Symptome, trockene Abschuppung der Haut mit einzelnen oberflächlichen Wunden

- Feuchte Umschläge mit Tannolact® Bad, drei- bis viermal täglich für fünf bis zehn Minuten nach der Bestrahlung.
- Die oberflächlichen Wunden mit Tannolact® Lotion abtupfen, drei- bis viermal täglich nach der Bestrahlung.
- Bei Wunden im Bereich des Tracheostomas eine Metalline® Tracheo-Kompresse auflegen.

Bei Zunahme der Symptome sprechen Sie bitte mit dem behandelnden Ärzteteam. Wir beraten und unterstützen Sie gerne.

## Kontakt

Svenja Degener  
Leitung  
Wundmanagement Rüttenscheid  
Telefon 0201 434-41149  
svenja.degener@krupp-krankenhaus.de

Alfried Krupp Krankenhaus  
Rüttenscheid  
Alfried-Krupp-Straße 21  
45131 Essen



## Gesunde Haut Strahlentherapie Patienteninformation



# Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Patienten,

heutzutage ist die Strahlentherapie viel zielgenauer und verträglicher geworden und fortschrittliche Behandlungsmethoden haben das Ausmaß an Nebenwirkungen deutlich reduzieren können.

Nur noch in seltenen Fällen gehört die Haut zum Zielgebiet der Bestrahlung. Hautirritationen wie Rötung, Schuppung, Juckreiz oder oberflächliche Hautschäden können jedoch noch immer innerhalb weniger Tage oder Wochen nach Therapiebeginn auftreten. Diese klingen in der Regel zwei bis vier Wochen nach der letzten Bestrahlung wieder ab.

Damit die Folgen der Bestrahlung so wenig wie möglich belastend werden, möchten wir Ihnen hier einige nützliche Empfehlungen geben.

Für Ihre Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Ihr Behandlungsteam vom  
Wundmanagement

## Empfehlungen

### Körperpflege und Rasur

- Waschen oder Duschen mit lauwarmen Wasser, bis 35°C, nicht länger als zwei bis drei Minuten mit sanftem Wasserstrahl, Baden vermeiden (Aufweichen der Haut; dadurch wird die Hautschutzbarriere gestört). Eine Körperreinigung nur mit Wasser wirkt sich positiv auf die Hautschutzbarriere aus.
- Nach Rücksprache pH-neutrale Produkte zur Körperpflege (ohne Parfüm, Emulgatoren und Konservierungsstoffe) nutzen und mit der Hand auftragen (Waschlappen reizen die Haut).
- Abtupfen der Haut mit einem weichen Handtuch, Hautfalten gut trocknen. Ein Trockenföhnen der Haut mit kühler Luft wird häufig als angenehm empfunden. Markierungen schützen: Bestrahlungsmarkierungen auf der Haut nicht abwaschen.
- Chemische Reize vermeiden: Im Bestrahlungsfeld sollten folgende Produkte nicht eingesetzt werden: Deodorant, Alkohol, Parfüm oder Aftershave, Make-up, Desinfektionsmittel nur indikationsbezogen.

### Hautpflege

- Schon vor der geplanten Strahlentherapie ist es sinnvoll, die Widerstandskraft der Haut mit einer geeigneten Pflege lotion zu stärken. Wir beraten Sie gerne.
- 2x täglich Anwendung einer Öl/Wasser-Emulsion für empfindliche Haut (feuchtigkeits-spendend, pH-neutral, parfüm-frei, hypoallergen). Sparen Sie den Bereich der Markierungen aus.
- Kein Auftragen von stark fetthaltigen Salben oder Emulsionen (führt zu Wärmestau).
- Am Bestrahlungstag vor der Strahlentherapie und zwei Stunden danach soll das Bestrahlungsfeld frei von Pflegeprodukten sein.
- Im ersten Jahr nach der Bestrahlung ist bei trockener Haut eine Wasser/Öl-Emulsion (fettreichere Emulsion) sinnvoll.
- In Zonen mit Hautfalten treten vermehrt Hautirritationen auf (Hals, Brust, Achsel, Bauchfalte, Leistenbereich, Gesäßfalte), gegebenenfalls Vlieskompressen einlegen.

### Kleidung

- Vermeiden von mechanischer Reizung durch Unterwäsche aus synthetischen Fasern (Hitzestau), Nähte, Gummizüge oder einengende Kleidung. Ein auf links gewendetes T-Shirt verhindert ein Reiben der Innennähte über die Haut.
- Im Bestrahlungsfeld empfehlen wir das Tragen von lockerer Kleidung aus reiner Baumwolle oder Seide.
- Bei Bestrahlung im Brust oder Rückenbereich: BH ohne Bügel, gegebenenfalls über einem T-Shirt getragen.
- Bei Bestrahlung im Halsbereich: Keinen Halsschmuck, Krawatten, Kragenhemden oder -blusen. Ein Seidenschal bietet Schutz vor Reibung im Halsbereich.
- Kleidung mit Waschmittel für Allergiker waschen oder mehrere Spülgänge durchführen (die Kleidung sollte frei von Waschmittelresten sein).

### Hitze und Kälte

- Keine direkte Sonneneinstrahlung während der Behandlungsdauer und vier bis sechs Wochen danach.
- Haut durch Abdecken mit geeigneter Kleidung, Hüten oder Caps schützen.
- Nach Ende der Strahlentherapie und nach Abklingen der akuten Hautreaktion ist ein Sonnenschutzpräparat (sensitiv) mit Lichtschutzfaktor 30 bis 50 zu wählen.
- Temperaturextreme vermeiden: Kein Solarium, Saunabesuche nur nach Abklingen der Hautreaktion und unter Beachtung der Lokalisation der Hautschäden.
- Keine Wärme (Heizkissen, Kirschkernkissen) oder Kälte.

### Ernährung

Liegt eine Mangelernährung oder eine Beeinträchtigung der Nahrungsaufnahme vor, ist eine Ernährungsberatung sinnvoll. Keine zusätzliche Einnahme von Selen oder hochdosiertem Vitamin C während der Strahlentherapie.

### Verhalten und Lebensführung

Bewegung bzw. körperliche Aktivität und gezielte, sportliche Betätigung wirken sich günstig auf den Heilungserfolg aus. Bei oder nach einer Strahlentherapie müssen spezielle Gegebenheiten berücksichtigt werden. Starkes Schwitzen, reibende Kleidung oder Chlorwasser (Schwimmbad) können die Haut zusätzlich reizen.