

Hautpflege bei Strahlentherapie

Informationen für Patientinnen und Patienten

Susanne Sester

Vor dem Beginn einer Strahlentherapie brauchen die Patienten Informationen darüber, wie sich die Bestrahlung auswirken wird. Besonders in Bezug auf Hautreaktionen können prophylaktische Massnahmen viel dazu beitragen, diese zu verringern oder gar zu verhindern.

Prophylaktische Massnahmen sind nicht nur wegen der Lebensqualität des Patienten wichtig – sie tragen auch dazu bei, einen Therapieunterbruch wegen schwerer Hautreaktionen zu vermeiden, was die Heilungschancen vermindern kann. Die Reak-

tionen der Haut auf eine Bestrahlung sind abhängig von Dosis, Bestrahlungstechnik, Strahlenfeldgrösse, individueller Hautbeschaffenheit und dem Allgemeinzustand des Patienten (Ernährungszustand, chronische Krankheiten etc.). Besonders empfindlich ist die Haut von Kopf und Hals, in den Achselhöhlen, im Bereich der Brust, in den Leisten und im Urogenital-/Analbereich – an diesen Stellen treten oft stärkere Akutreaktionen auf. Dank der verbesserten Strahlentechniken kommt es heute oft nur zu milden Strahlenreaktionen.

Information ist Teamwork

Eine gute interprofessionelle Zusammenarbeit ist unabdingbar, um die Patienten individuell begleiten zu können. Informationen über die Therapie und die zu erwartenden akuten Strahlenreaktionen und Spätfolgen vermittelt der Radioonkologe vor Therapiebeginn. Die Pflegefachperson informiert über Körper- und Hautpflege und klärt noch offene Fragen. Die Erfahrung zeigt, dass eine einmalige Information oft nicht ausreicht und Wiederholungen nötig sind. Als zusätzliche Informationsquelle werden

Tabelle 1: Empfehlungen für die Hautpflege im Strahlenfeldbereich

Kleidung	<ul style="list-style-type: none"> > weiche Kleidung tragen (z. B. Baumwolle/Seide) > mehrmals gewaschene Kleidungsstücke sind angenehmer, da weicher > keine eng anliegende Kleidung (Hemdkragen, Büstenhalter etc.) > bestrahlte, intakte Haut möglichst oft unbedeckt lassen, da sich Luft positiv auf strapazierte Haut auswirkt
Körperpflege	<ul style="list-style-type: none"> > Haut mit körperwarmem Wasser abdschen/waschen > aufs Baden verzichten > milde, unparfümierte, ph-neutrale Seife verwenden > beim Duschen Haut im Strahlenbereich mit den Händen einseifen > bei Bestrahlung im Kopfbereich: mildes Shampoo verwenden (z. B. Babyschampoo), Föhnen vermeiden > abtrocknen mit einem weichen Tuch, Reibung vermeiden > auf Sauna, Dampfbad oder Solariumbesuche verzichten > kein Rasieren im Strahlenfeld (Achselhöhlen, Intimbereich, Brust/Gesicht bei Männern), höchstens allenfalls mit Elektrorasierer > Deodorant ohne Zusatz von Aluminium darf auf intakter Haut angewendet werden
Hautpflege	<ul style="list-style-type: none"> > unparfümierte Feuchtigkeitscreme mit geringem Fettanteil verwenden > geeignet sind Cremes ohne allergisierende Substanzen, aber mit 3–5% Urea (z. B. Excipial® U Hydro lotion) > die persönlichen Hautpflegemittel sollten keine Inhaltsstoffe wie Metalle, Alkohol, Menthol oder Phenol enthalten > keine parfümhaltigen Produkte, Aftershaves oder Make-up
Pflaster / Verbände	<ul style="list-style-type: none"> > keine Pflaster auf bestrahlter Haut (ausser Fixierung der Markierungen) > Fixation von Verbänden z. B. mit Krüllbinde, um die Haut vor Klebstoffen zu schützen
Sonnenlicht, Wärme, Kälte	<ul style="list-style-type: none"> > die bestrahlten Körperregionen durch Kleidung vor Sonnenlicht schützen (Hut, Seidenschal, Sonnenschirm) > nach Bestrahlungsende bleibt die bestrahlte Haut empfindlich auf Sonnenlicht, sie sollte lebenslang mit Sonnencreme geschützt werden (hoher Lichtschutzfaktor >30, Schutz vor UVA- und UVB-Strahlung) > keine externen Wärme- oder Kältequellen auf bestrahlter Haut anwenden (Heizkissen, Bettflaschen, Eisbeutel etc.)

Auszüge aus «Evidenzbasierte Handlungsanleitung für PatientInnen, die bestrahlt werden», Inselspital Bern (2019), in Anlehnung an die Hautpflegeempfehlungen der IG Pflege RAO-OPS (2016); Literatur bei Bedarf einsehbar

gezielt Broschüren abgegeben, z.B. klinikinterne Patienteninformationen und/oder Broschüren der Krebsliga Schweiz.

Anleitung zur selbstständigen Kontrolle der Haut

Die Patienten werden ihren Möglichkeiten entsprechend zur selbstständigen Hautpflege und zu vorbeugenden Massnahmen angeleitet (Tab. 1). Allgemein gilt, während der Bestrahlungszeit möglichst kein Nikotin und keinen Alkohol zu konsumieren oder den Konsum zumindest einzuschrän-

ken. Es ist wichtig, dass die Patienten das Strahlenfeld täglich kontrollieren und Symptome wie Überwärmung, Spannung oder Juckreiz erkennen und diese dem betreuenden Radio-Onkologen resp. der zuständigen Pflegefachperson melden.

Eine gute interprofessionelle Zusammenarbeit ist unabdingbar.

Nach Abschluss der Strahlentherapie sollten die vorbeugenden und pflege-

rischen Massnahmen weitergeführt werden, bis die akuten Reaktionen abgeklungen sind. Die Markierungskleber auf der Haut müssen nach Therapie vorsichtig gelöst werden, da die Haut sehr fragil ist und es zu Hautverletzungen kommen kann.

> Susanne Sester,
Inselspital Bern
Präsidentin IG Pflege
RAO-OPS
Susanne.Sester@insel.ch

ONKOLOGIEPFLEGE KONGRESS
CONGRÈS SOINS EN ONCOLOGIE
CONGRESSO CURE ONCOLOGICHE
2020

SAVE THE DATE

2020

03	04	05	06	07	08
MO	DI	MI	DO	FR	SA
02	03	04	05	06	07
09	10	11	12	13	14
16	17	18	19	20	21
23	24	25	26	27	28
30	31				

SEE YOU IN 2020!

Onkologiepflege Schweiz
Soins en Oncologie Suisse
Cure Oncologica Svizzera

www.onkologiepflege.ch · www.soinsoncologiesuisse.ch