



## 肺癌標靶藥物之皮膚照護

文／臺中榮總腫瘤醫學中心腫瘤個案管理護理師 紀妍菲

平均每 10 分 7 秒就有一人因癌症死亡，『肺癌』更是連霸 43 年癌症死亡之首，肺癌以腺癌為大宗，晚期肺腺癌約有八成帶有表皮生長因子受體（EGFR）的突變，可藉由口服標靶藥物達到良好的治療效果，但有七成的病人使用藥物期間會出現皮膚相關副作用，如丘疹膿疱樣疹、皮膚乾燥搔癢、甲溝炎，及頭皮疹嚴重時甚至會出現掉髮等症狀，造成外觀改變及日常生活的困擾，故在開始使用標靶藥物時若可以做到以下建議事項，可有效減輕不適及嚴重程度，提升治療中的生活品質。



### 1 清潔

1. 使用溫和的沐浴產品，如嬰兒用的沐浴產品，避免肥皂。
2. 使用溫水清潔臉部、身體及頭皮，避免過度清潔，一天一次即可，避免過熱的水及泡溫泉。
3. 頭皮避免指甲摳抓，洗後用溫風吹乾，建議一周可使用一次溫和保濕去屑洗髮產品。
4. 沐浴完後用毛巾輕拍皮膚把水拭乾，避免過度摩擦，立即塗抹保濕乳液。

### 2 保養

1. 早晚各一次全身塗抹乳液。
2. 選擇溫和保濕產品乳液，避免含香精、美白及酒精等。
3. 依據天氣變化調整保濕乳液產品的使用，例如：夏天可選擇清爽型乳液，冬天則可使用霜狀乳液保濕。



4. 隨身攜帶護手霜及護脣膏，洗手後立即使用護手霜，護脣膏需要時使用。
5. 定期正確修剪指甲，指甲邊緣須超出甲溝處，切勿修剪過短。

### 3 其他注意事項

1. 外出須做好防曬，塗抹 SPF30 以上的防曬乳，並且使用雨傘、寬圓帽及外套等遮陽工具。
2. 減少過度的手部的工作，及減少碰水、接觸清潔劑（如洗碗精）或酒精等刺激物。
3. 穿舒適合腳的鞋子，避免長時間行走或過度的活動，造成指甲周圍皮膚受傷，導致發炎加劇。
4. 皮膚乾燥搔癢時，以輕拍或按壓代替抓癢。
5. 勤換床單、被套及枕頭套，保持乾淨。
6. 配合醫師的醫囑按時服藥及擦藥。

