

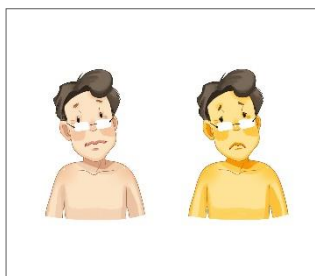
피부건조증 및 소양증(가려움증) 자가관리

03 의료진에게 알려야 하는 경우



증상 악화

- 가려움증이 호전되지 않고 더 심해지는 경우
- 손과 발이 갈라져 통증을 유발하는 경우



동반 증상

- 가려움증과 함께 황달이 동반된 경우

MEMO

항암화학요법 자가관리 피부건조증 및 소양증(가려움증)

ASAN MEDICAL CENTER
PATIENT FAMILY EDUCATION GUIDE

서울아산병원 | 암병원 | 암교육정보센터



서울아산병원 암교육정보센터

서울특별시 송파구 올림픽로 43길 88 (05505)

대표전화 : 1688-7575

홈페이지 : www.cancer.amc.seoul.kr

피부건조증 및 소양증(가려움증) 자가관리

01 증상은 왜 나타나나요?

항암제를 주사로 맞거나 복용할 경우 항암제 종류에 따라 피부 건조증 및 가려움증이 발생할 수 있습니다. 이러한 증상들은 전신에 발생할 수 있고 신체의 일부에서만 나타날 수도 있습니다.

항암제로 인한 가려움증은 일시적인 증상이며 치료가 끝나면 서서히 완화됩니다. 증상이 심하지 않을 경우 지켜보거나 대증적인 요법을 사용할 수 있지만, 증상이 심해서 일상생활에 지장을 준다면 관리가 필요합니다.

특히 가려운 부위를 긁어 피부가 손상되면 이차 감염의 가능성이 있으므로 가려움을 줄이고 건강한 피부를 유지하는 것이 중요하겠습니다.



피부건조증 및 소양증(가려움증) 자가관리

02 대처 방안



가려운 부위를 긁지 않습니다. 부드러운 면봉으로 꾹꾹 누르거나 냉찜질을 하면 가려움증이 덜해져 피부를 보호할 수 있습니다.



뜨거운 물로 샤워나 목욕을 하면 가려운 증상을 악화시킬 수 있으므로 미지근한 물을 사용합니다.



피부가 건조하면 가려움증이 심해질 수 있으므로 따로 금지된 것이 아니라면 물이나 음료를 충분히 마십니다.



보습력이 좋은 로션과 목욕 제품을 사용하여 피부를 촉촉하게 유지합니다. 보습제는 샤워 후 3분 이내에 바르는 것이 가장 효과적입니다.



자신도 모르게 가려운 부위를 긁다 보면 피부가 손상되고 염증이 생길 수 있으므로 손톱을 짧게 자르고 잠을 잘 때 장갑을 착용하도록 합니다.



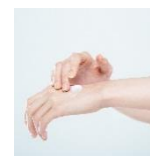
증상이 심할 경우 의료진과 상의하여 증상을 완화할 수 있는 로션이나 크림을 바르거나 약을 복용합니다.



가습기 등을 이용하여 실내 습도를 적정수준으로 유지합니다.



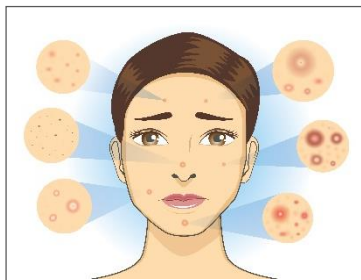
약산성이나 중성 비누를 사용하고 목욕 시 때를 밀지 않도록 합니다.



손가락, 발가락, 발뒤꿈치가 갈라지는 증상이 있으면 비타민 A나 유리아가 함유된 크림을 바르고 장갑과 같은 보호장비를 착용합니다.

여드름성 발진 자가관리

03 의료진에게 알려야 하는 경우



증상 악화

- 증상이 호전되지 않고 더 심해지는 경우
- 증상으로 인한 불편감으로 견디기 힘든 경우

MEMO

항암화학요법 자가관리 여드름성 발진

ASAN MEDICAL CENTER PATIENT FAMILY EDUCATION GUIDE

서울아산병원 | 암병원 | 암교육정보센터



서울아산병원 암교육정보센터

서울특별시 송파구 올림픽로 43길 88 (05505)

대표전화 : 1688-7575

홈페이지 : www.cancer.amc.seoul.kr



여드름성 발진 자가관리

01 증상은 왜 나타나나요?



여드름성 발진이란 여드름의 형태로 나타나는 피부의 변화를 의미합니다.

항암치료를 받는 동안 항암제의 종류에 따라 여드름성 발진이 생길 수 있습니다.

특히 표적치료제를 사용하는 경우 치료 기간 중 지속적으로 나타날 수 있습니다. 일반적으로 여드름성 발진은 치료 기간에 일시적으로 발생하며 치료 종료 후 2주 정도가 지나면 증상이 사라집니다.



여드름성 발진 자가관리

02 대처 방안

- 01 평소 피부를 청결하게 유지하고 처방된 약을 바르거나 복용합니다.
- 02 순한 비누를 사용하고 자극이 적은 로션이나 크림을 사용합니다.
- 03 향수나 향기가 나는 로션은 사용하지 않습니다.
- 04 지나친 화장은 증상을 악화시킬 수 있으므로 피해야 합니다.
- 05 여드름이 생긴다고 항암제 복용을 임의로 중단해서는 안 됩니다.
- 06 피부가 건조해지지 않도록 알코올이 들어가지 않은 보습제를 사용합니다.
- 07 처방전 없이 약국에서 구매한 여드름 연고는 증상을 악화시킬 수 있으므로 임의 사용을 금합니다.
- 08 외출 시 모자, 긴소매 옷, 자외선 차단제(SPF 30 이상)를 사용하여 직사광선을 피합니다.
- 09 가려움이 있는 경우 냉찜질 등으로 증상을 완화시킬 수 있습니다.
- 10 밴드, 파스와 같은 접착력이 있는 제품을 사용하지 않습니다.
- 11 이차 감염과 피부 손상을 예방하기 위해 긁거나 문지르지 않습니다.
- 12 증상이 심해진다면, 가까운 피부과 전문의의 진료를 받도록 합니다.

피부발진, 피부암, 부종 자가관리

03 의료진에게 알려야 하는 경우

증상 악화

- 처방받은 약으로 증상이 호전되지 않는 경우
- 피부염이 심해 견디기 힘든 경우
- 오랜 시간 피부발진이 지속되는 경우
- 손과 발, 눈 등에 부기(부종)가 심한 경우

MEMO

항암화학요법 자가관리 피부발진, 피부암, 부종

ASAN MEDICAL CENTER PATIENT FAMILY EDUCATION GUIDE

서울아산병원 | 암병원 | 암교육정보센터



서울아산병원 암교육정보센터

서울특별시 송파구 올림픽로 43길 88 (05505)

대표전화 : 1688-7575

홈페이지 : www.cancer.amc.seoul.kr



피부발진, 피부암, 부종 자가관리

01 증상은 왜 나타나나요?

피부발진 및 피부암



항암치료를 받는 동안 일시적으로 피부에 울퉁불퉁하고 붉은 발진이 나타날 수 있습니다. 발진은 개인마다 차이가 있을 수 있습니다. 만약 심각한 피부발진이 생기면 의료진은 항암치료를 중단하고 피부발진이 회복된 이후 용량을 줄여 투약하거나, 다른 약으로 변경할 수 있습니다.

그러나 임의로 약 복용을 중단하거나 용량을 줄여서는 절대 안 됩니다. 피부 손상 정도가 심하지 않으면 치료는 계획대로 진행합니다.

넥사바, 젤보라프, 라핀나 등의 항암제를 사용하는 경우, 피부에 사마귀 모양의 발진이 생길 수 있습니다. 오랜 시간 지속되는 피부발진이 있는 경우 피부과 검진 및 조직검사 등을 받아야 하며 피부암으로 진단되면 완전히 절제하는 치료를 받아야 합니다. 그러나 피부암이 발생한다고 해서 항암치료 약제의 용량을 줄이거나 중단할 필요는 없습니다.

부종

눈 주위가 붓거나 중력에 의해 영향을 받는 신체 부위가 붓는 증상이 발생합니다.

QR 코드를 스캔하시면, 관련 교육자료를 볼 수 있습니다

항암화학요법
자가관리



피부 관리
애니메이션



피부발진, 피부암, 부종 자가관리

02 대처 방안

피부발진 및 피부암

01

평소 피부를 청결하게 유지합니다. 피부가 민감한 경우 비누를 사용하지 않거나 순한 비누를 사용합니다.

02

보습효과가 좋은 로션이나 크림을 사용합니다. 향수나 향기가 나는 로션은 사용하지 않습니다.

03

면 종류의 헐렁한 옷을 입고 지나치게 딱 끼는 옷은 피하도록 합니다. 피부에 밴드, 파스와 같은 접착력이 있는 제품을 사용하지 않습니다.

04

피부발진이 생긴다고 항암제 복용을 임의로 중단해서는 안 됩니다.

05

처방받은 약과 연고만 사용합니다.

06

가려움이 있는 경우 냉찜질 등으로 증상을 완화할 수 있습니다. 이차 감염과 피부 손상을 예방하기 위해 긁거나 문지르지 않습니다.

07

외출 시 자외선 차단제(SPF 30 이상)를 바릅니다.

08

피부발진이 계속되는 경우 피부과 검진 및 조직검사 등을 받도록 합니다.

부종

01

심하지 않으면 치료가 필요하지 않지만 범위가 넓고 심한 경우 저염식을 하면서 이뇨제를 사용합니다.

02

눈 주위가 붓는 증상이 나타나면 안약을 사용해볼 수 있습니다.

피부착색 자가관리

03 의료진에게 알려야 하는 경우



증상 악화

- 피부착색으로 일상생활이 어려운 경우
- 심리적 스트레스로 견디기 힘든 경우

MEMO

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

항암화학요법 자가관리 피부착색

ASAN MEDICAL CENTER
PATIENT FAMILY EDUCATION GUIDE

서울아산병원 | 암병원 | 암교육정보센터



서울아산병원 암교육정보센터

서울특별시 송파구 올림픽로 43길 88 (05505)

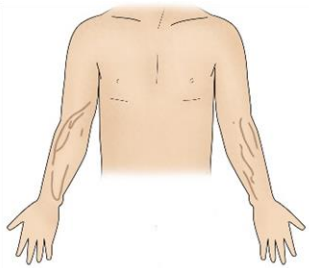
대표전화 : 1688-7575

홈페이지 : www.cancer.amc.seoul.kr



피부착색 자가관리

01 증상은 왜 나타나나요?



일부 항암제는 항암치료를 받는 환자들의 피부를 검게 만들 수 있습니다. 특히 손톱과 구강 점막, 혀, 손바닥과 발바닥이나 정맥 혈관을 덮고 있는 피부가 검게 변할 수 있습니다.

피부착색은 치료에 영향을 줄 정도로 심각한 부작용은 아닙니다. 따라서 피부가 검게 된다고 해서 항암치료를 중단하거나 항암제의 용량을 줄이지는 않습니다. 대부분의 환자에게서 피부착색은 항암치료가 끝나면 수개월에 걸쳐 점차 없어지거나 없어지지만, 개인에 따라 영구적으로 남기도 합니다.

QR 코드를 스캔하시면, 관련 교육자료를 볼 수 있습니다

항암화학요법
자가관리



피부 관리
애니메이션



피부착색 자가관리

02 대처 방안

- 01 피부착색이 될 수 있는 항암제로 치료를 받는 경우 직사광선을 피합니다.
- 02 햇빛이 강한 오전 10시부터 오후 4시까지는 외출을 삼갑니다.
- 03 흐린 날이더라도 낮 동안에는 직사광선에 노출될 수 있으므로 주의합니다.
- 04 낮에 외출할 때는 노출되는 신체 부위에 자외선 차단제를 바릅니다.
- 05 외출 시 자외선 차단 효과가 있는 입술 보호제를 입술에 발라줍니다.
- 06 외출 시 긴소매 옷과 긴 치마, 바지를 입습니다.
- 07 햇빛을 반사할 수 있는 흰색이나 밝은색의 옷을 입습니다.
- 08 장갑이나 양말, 챙이 넓은 모자를 착용합니다.
- 09 햇빛을 가릴 수 있는 양산을 사용합니다.

