Thay đổi trên da do xạ trị: Những điều nên biết trước

Các thay đổi trên da do xạ trị thường xảy ra ở vùng đang được điều trị. NCI mô tả làn da có thể trở nên khô, bong tróc, ngứa, đỏ hoặc sẫm màu hơn, đau, sưng, hoặc ẩm ướt trong các phản ứng nặng hơn. Hướng dẫn chăm sóc da khác nhau tùy theo vùng điều trị, liều lượng, thời điểm và các yếu tố nguy cơ của từng người, vì vậy hãy hỏi đội ngũ xạ trị của bạn nên dùng gì và cần báo cáo gì.

Trang này dành cho những người bắt đầu xạ trị và muốn biết sẽ có những thay đổi nào trên da và cách chăm sóc vùng được điều trị.

Câu trả lời ngắn gọn

Các thay đổi trên da do xạ trị thường chỉ xảy ra ở vùng được điều trị, không phải khắp cơ thể. Da có thể trở nên khô, ngứa, đỏ hoặc sẫm màu hơn. Da có thể trông như bị cháy nắng, hoặc có cảm giác sưng và đau khi chạm vào. Một số phản ứng trở thành phản ứng ướt, với các vết loét ướt và đau.

Vì sao vùng điều trị lại quan trọng

Bức xạ làm tổn thương các tế bào da nằm trên đường đi của chùm tia. Nếu vùng được điều trị có các nếp gấp da, NCI khuyên nên giữ chúng sạch và khô để giúp phòng ngừa nhiễm trùng. Hãy hỏi đội ngũ của bạn khi nào các thay đổi có thể bắt đầu và có thể kéo dài bao lâu.

Chăm sóc da trong khi điều trị

Các bước chăm sóc da thường gặp gồm:

- Chỉ dùng loại xà phòng dịu nhẹ mà đội ngũ xạ trị của bạn khuyên dùng.
- Tránh dùng túi chườm nóng, túi chườm đá và băng quấn chặt trên vùng được điều trị.
- Nếu cần loại bỏ lông ở đó, hãy hỏi về việc dùng dao cạo điện hoặc cạo ít thường xuyên hơn.
- Thoa loại kem dưỡng ẩm cụ thể mà đội ngũ của bạn khuyên dùng, tốt nhất là khi da còn hơi ẩm sau khi tắm. Hãy hỏi nên tránh những sản phẩm nào, như phấn bột hoặc chất chống tiết mồ hôi, trước khi điều trị.
- Bảo vệ vùng da khỏi ánh nắng bằng quần áo hoặc loại kem chống nắng mà đội ngũ của bạn đồng ý.

Khi nó trở thành phản ứng ướt

Một số phản ứng tiến triển thành tình trạng mà bác sĩ gọi là bong vảy ướt (moist desquamation), khi da trở nên ướt, trợt và đau. Tình trạng này cần được chăm sóc khác với da khô, còn nguyên vẹn, vì vậy hãy báo cho đội ngũ của bạn ngay khi nhận thấy thay đổi này thay vì tự điều trị.

Khi nào nên tìm sự giúp đỡ sớm hơn

Giữ vùng da sạch và khô, đồng thời làm theo hướng dẫn của đội ngũ chăm sóc, giúp ngăn nhiễm trùng phát triển. Tuy vậy, một số thay đổi vẫn cần được báo nhanh.

- **Gọi 911 hoặc đến khoa cấp cứu nếu** bạn bị lú lẫn, thở nhanh, hoặc không thể tỉnh táo, kèm theo nhiệt độ từ 100.4°F (38°C) trở lên.
- **Gọi ngay cho đội ngũ chăm sóc của bạn, dù ngày hay đêm, nếu** nhiệt độ của bạn đạt từ 100.4°F (38°C) trở lên, hoặc bạn bị ớn lạnh run rẩy, trong khi bạn cũng đang hóa trị — CDC nói hãy gọi ngay (cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html), vì nhiễm trùng trong khi hóa trị có thể đe dọa tính mạng. Nếu không ai trả lời nhanh, hãy đến khoa cấp cứu và nói rằng bạn đang hóa trị.
- **Gọi đội ngũ chăm sóc của bạn trong ngày nếu** vùng đỏ đang lan ra ngoài vùng được điều trị, hoặc da nóng, sưng, rỉ mủ hoặc có mùi hôi.
- **Gọi đội ngũ chăm sóc của bạn trong ngày nếu** da trở nên ướt, trợt hoặc phồng rộp trên một vùng rộng, hoặc cơn đau khó kiểm soát.
- **Gọi đội ngũ chăm sóc của bạn trong vòng một hoặc hai ngày nếu** tình trạng ngứa, bong tróc hoặc đau nhức đang nặng hơn, hoặc thói quen chăm sóc da thông thường của bạn không còn giúp ích nữa.

Nên hỏi đội ngũ của bạn điều gì

- Những sản phẩm nào an toàn để dùng trên da của tôi trong khi điều trị?
- Phản ứng trên da của tôi có phải là điều được dự kiến ở giai đoạn này không, hay cần được kiểm tra?
- Phản ứng ướt trông như thế nào, và tôi sẽ làm gì nếu nó xảy ra?
- Có những vùng da có nếp gấp nào tôi nên theo dõi kỹ hơn không?
- Sau khi kết thúc điều trị bao lâu thì các thay đổi trên da được kỳ vọng sẽ cải thiện?

Nguồn

- National Cancer Institute — Skin and Nail Changes during Cancer Treatment (cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/skin-nail-changes)
- National Cancer Institute — Radiation Therapy Side Effects (cancer.gov/about-cancer/treatment/types/radiation-therapy/side-effects)

- Centers for Disease Control and Prevention — Fever during cancer treatment (cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html)

Dựa trên một nguồn đáng tin cậy

Đây là bản dịch bằng ngôn ngữ đơn giản của nội dung giáo dục dựa trên National Cancer Institute - Skin and Nail Changes During Cancer Treatment. Vui lòng đọc nguồn gốc để có thông tin đầy đủ và cập nhật. Chỉ mang tính giáo dục — không phải lời khuyên y tế. Hãy luôn trao đổi với đội ngũ chăm sóc của bạn.

National Cancer Institute - Skin and Nail Changes During Cancer Treatment: cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/skin-nail-changes

Cập nhật lần cuối: 2026-09-29

Bạn có quyền được cung cấp thông dịch viên miễn phí. Tại Hoa Kỳ, các bệnh viện và phòng khám nhận tài trợ liên bang phải cung cấp thông dịch viên đủ trình độ mà bạn không phải trả tiền. Bạn có thể yêu cầu tại quầy tiếp nhận hoặc trước buổi hẹn. Bạn không cần đưa người thân hoặc trẻ em đi để phiên dịch.

Trực tuyến: cancerexplained.org/languages/vi/radiation-skin-changes-what-to-expect

Dịch từ bài viết tiếng Anh trên cancerexplained.org. Bản tiếng Anh là bản đã được đối chiếu với nguồn.

Chỉ là thông tin giáo dục, không phải lời khuyên y tế. Một hệ thống biên tập có hỗ trợ AI đã giúp soạn trang này. Chưa có người thẩm định y khoa nào được nêu tên đã xem xét trang này, trừ khi có nêu tên.

Được in, sao chép và chia sẻ miễn phí nếu giữ nguyên nội dung. Không cần xin phép. Vui lòng không thay đổi nội dung y khoa. Trích dẫn: cancerexplained.org. Thông tin giáo dục, không phải lời khuyên y khoa.