



Radzenie sobie z kosmetycznymi następstwami leczenia nowotworu złośliwego

Jakie są następstwa kosmetyczne leczenia nowotworu złośliwego?

Leczenie nowotworu może spowodować przejściowe zmiany wyglądu. Częste następstwa kosmetyczne takiej terapii to:

- wypadanie włosów,
- problemy skórne,
- przyrost lub utrata wagi (masy ciała).

Warto zapamiętać, że te skutki uboczne nie będą trwać wiecznie. Wkrótce po zakończeniu leczenia większość z nich przemija.

Dopóki tak się nie stanie, może warto poświęcić trochę czasu i własnej kreatywności, aby pomóc dziecku w radzeniu sobie z tymi następstwami. Oto kilka wskazówek dotyczących radzenia sobie z najczęstszymi skutkami ubocznymi tworzącymi problemy kosmetyczne.

Wypadanie włosów

Przerzedzenie włosów lub ich wypadanie jest często jednym z pierwszych rzeczywistych zewnętrznych objawów choroby. Może się to zdarzyć na całym ciele lub tylko na głowie, w zależności od rodzaju chemioterapii lub radioterapii.

Niektóre dzieci nie przejmują się wypadaniem włosów, ale dla innych jest to traumatyczne doświadczenie. W większości przypadków włosy odrosną. Jednak czasami po zabiegu przeszczepienia i/lub radioterapii głowy, włosy nie odrastają lub pozostają tylko małe kępki włosów. Ponadto włosy, które odrastają, mogą mieć inną budowę i nieco inny kolor.

Kiedy włosy zaczynają wypadać, dzieci mogą zacząć nosić czapkę bejsbolową, kapelusz, bandanę, turban lub szal. Niektóre dzieci noszą peruki, z których większość jest zrobiona z włosów oddanych przez organizacje takie jak *Locks of Love*, która jest grupą non-profit wykorzystującą „końskie ogony” dawców do tworzenia peruk dla osób chorych na nowotwory.

Jeszcze zanim włosy zaczną wypadać, niektóre dzieci decydują się na ich zupełne zgolenie. Może być to dla nich ułatwieniem, kiedy włosy rzeczywiście zaczną wypadać, a także stanowi bardzo potrzebne i przynoszące wiarę we własne siły poczucie własnej kontroli nad tym, co dzieje się z ich ciałem.

Inne dzieci (szczególnie młodsze dzieci, które są mniej wrażliwe na wygląd) decydują się nie golić głów lub niczego na nich nie nosić - jest to śmiały i odważny ruch, który może również przynieść im wiarę we własne siły. Łysina nie przeszkadza w niczym domu, ale gdy wychodzą na zewnątrz, dzieci powinny zakrywać wrażliwą skórę kapeluszem lub posmarować kremem z filtrem przeciwsłonecznym.

Problemy skórne

Leki chemioterapeutyczne są częstą przyczyną wysypki, zaczerwienienia oraz innych rodzajów podrażnienia skóry - zwłaszcza, jeśli wcześniej dziecko przeszło naświetlania. Samo naświetlanie może powodować podobne objawy (wraz z tworzeniem się pęcherzy, łuszczeniem się i obrzękiem skóry) w miejscu leczenia.

Noszenie luźnej, miękkiej bawełnianej odzieży może pomóc w zwalczeniu dyskomfortu. Lekarz może również zalecić lub przepisać kremy albo maści pomocne w leczeniu podrażnionej skóry. Prawidłowa pielęgnacja skóry jest ważna nie tylko dla dobrego wyglądu, ale także dla zapobiegania zakażeniom, które mogą być poważne u dzieci z chorobą nowotworową.

Porady dla dzieci o wrażliwej skórze:

- Wybieraj łagodne mydła lub szampony. Unikaj mydeł i szamponów z barwnikami, środkami zapachowymi lub alkoholem. W szczególności unikaj mydeł i płynów dla cery trądzikowej, które mogą nasilać problemy poprzez dalsze wysuszenie skóry.
- I porady dla rodziców: należy kąpać dziecko (w wannie lub pod prysznicem) w letniej a nie gorącej wodzie.
- Należy nawilżać skórę dziecka zaraz po kąpieli za pomocą hipoalergicznego kremu nawilżającego.
- Należy zniechęcać dziecko do „wyciskania pryszczu” lub drapania swędzących miejsc, bo może to spowodować infekcję.

- Na zewnątrz dziecko powinno nosić kapelusz i nasmarować się kremem z filtrem przeciwsłonecznym o wartości SPF (współczynnik ochrony przed słońcem) wynoszącej co najmniej 30, ponieważ skóra jest szczególnie wrażliwa na słońce podczas leczenia nowotworów.
- Aby ukryć pryszcze, wysypki lub inne skazy skóry, lekarz może zalecić stosowanie specjalnego makijażu lub korektorów. Należy się tylko upewnić, że Pana/Pani dziecko nigdy nie dzieli się makijażem z nikim innym, ponieważ może to zwiększyć ryzyko nabycia zakażenia.

Przyrost lub utrata wagi (masy ciała)

U wielu dzieci leczonych przeciwnowotworowo obserwuje się przyrost lub utratę wagi (masy ciała). W przypadku pacjentów przyjmujących sterydy często obserwuje się zwiększony apetyt i przybór na wadze w nietypowych miejscach, takich jak policzki lub kark. U innych dzieci apetyt jest zmniejszony ze względu na przyjmowane leki lub problemy z utrzymaniem pokarmów w przewodzie pokarmowym z powodu działań niepożądanych, takich jak nudności i wymioty.

Jeśli jest Pan/Pani tym zaniepokojony/-a, proszę porozmawiać z lekarzem, jak pomóc dziecku utrzymać prawidłową wagę w zależności od jego potrzeb medycznych. Dietetyk może również doradzić, jak zachować zdrową (prawidłową) wagę. Czasami pomocne jest spożywanie małych, częstych posiłków i pożywnych przekąsek.

Jeśli stare ubrania już nie pasują, proszę rozważyć szybki wypad na zakupy, co na pewno podniesie dziecko na duchu. Jeśli nowe ubrania nie wchodzą w grę, to można ewentualnie pożyczyć je od przyjaciół lub krewnych, odwiedzić komis lub magazyny odzieży albo nawet kreatywnie przerobić stare ubrania w zabawny i pomysłowy sposób.

I proszę przypomnieć dziecku, że zmiany wagi są tylko tymczasowe. Po zakończeniu leczenia większość dzieci wraca do poprzedniej wagi.

Jak mogę pomóc mojemu dziecku?

Radzenie sobie z kosmetycznymi następstwami leczenia nowotworu może być dodatkowym ciosem dla dziecka, które już walczy z poważną chorobą. Godny zapamiętania jest fakt, że są one częścią koniecznego leczenia, które ostatecznie pomoże Pana/Pani dziecku. Tak więc, kiedy Pana/Pani dziecko może teraz czuć się źle, to dzieje się również coś dobrego - dziecko otrzymuje to, co jest potrzebne do walki z nowotworem.

W tym czasie proszę postarać się otaczać swoje dziecko przyjaciółmi i członkami rodziny, którzy wspierają i podnoszą je na duchu. Jeśli zauważy Pan/Pani, że uczucie skrępowania swoim wyglądem sprawia, że dziecko chce wycofać się z relacji towarzyskich lub innych przyjemnych aktywności, proszę znaleźć terapeutę lub psychologa, który pomoże dziecku przepracować te trudne emocje.

Zweryfikowane przez: Joanne Quillen, MSN, PNP, BC

Data sprawdzenia: Czerwiec 2018 r.

Uwaga: Wszystkie informacje są przeznaczone wyłącznie do celów edukacyjnych. W celu uzyskania szczegółowych zaleceń lekarskich, rozpoznania i leczenia należy skonsultować się ze swoim lekarzem.

© 1995-2019 The Nemours Foundation/KidsHealth®. Wszystkie prawa zastrzeżone. Używanie dozwolone po uzyskaniu licencji.

Tłumaczenie: Advocate Aurora Health

Ilustracje udostępnione przez: The Nemours Foundation, iStock, Getty Images, Veer, Shutterstock i Clipart.com.



[Znajdź lekarza](#)

Uwaga: Ten odnośnik przeniesie Pana/Pana na stronę internetową dostępną tylko w języku angielskim.