

Radio-Onkologie-Zentrum KSA-KSB

# Körperpflege während der Strahlentherapie

Praktische Tipps



Wir sind  
für Sie da!



# Praktische Tipps zur Haut- und Körperpflege

Während einer Strahlentherapie benötigt die Haut in der bestrahlten Körperregion besonderen Schutz und Pflege.

## Vorbeugende Massnahmen

- Tragen Sie weiche und lockere Kleidung aus Naturfasern.
- Schützen Sie die bestrahlte Körperpartie konsequent vor der Sonne.
- Für täglichen Luftkontakt der betroffenen Region sorgen (mindestens 30 Minuten).
- Keine Heizkissen, Bettflaschen oder Eisbeutel (Cold-Packs) auflegen.
- Nur trocken rasieren.
- Keine Johanniskrautpräparate verwenden (erhöht die Strahlenempfindlichkeit).

## Pflegeprodukte

Bitte verwenden Sie während der Therapie möglichst keine eigenen Körperpflegeprodukte für die betroffene Körperregion (kein Déodorant, Aftershave, Cremes etc.). Dies kann zu verstärkten Hautreaktionen führen. Ihr Arzt oder Ärztin verschreibt Ihnen zum gegebenen Zeitpunkt ein entsprechendes Hautpflegeprodukt.

Nach Abschluss der Bestrahlung darf bei trockener Haut eine fetthaltige Lotion verwendet werden (z. B. Excipial U Lipolotio).

Tragen Sie vier Stunden vor dem Bestrahlungstermin keine Pflegeprodukte mehr im Bestrahlungsareal auf.





## Körperpflege / Duschen

- Körperwarmes Wasser verwenden und betroffene Region nicht direkt dem Duschstrahl aussetzen.
- Bei Bedarf zum Duschen milde Seife verwenden (z.B. Procutol oder Dermed).
- Bei Hautrötungen keine Seife oder Duschmittel für die betroffene Stelle verwenden.
- Reibung beim Abtrocknen vermeiden.
- Auf Vollbäder während der Therapie verzichten.
- Bei Bestrahlungen des Kopfbereichs: Babyshampoo zum Haare waschen verwenden und lauwarm föhnen.

## Besondere Tipps

### Bestrahlung im Intimbereich

- Gazekompressen in die Gesäss- und Leistenfalten legen und mit einem Netz- höschen fixieren (in der Drogerie erhältlich).
- Nach jedem Stuhlgang Intimbereich mit einem weichen und/oder feuchten, nicht alkoholhaltigen Tüchlein reinigen.
- Slipeinlage ohne Plastikschutz verwenden.

### Schmerzlinderung beim Wasserlösen

Bei Bestrahlungen im Intimbereich kann das Wasserlösen schmerzhaft werden. Linderung verschafft das gleichzeitige Bespülen mit Wasser während des Wasserlösens. Gerne können Sie bei uns eine entsprechende Spritzflasche beziehen.

### Feuchte Wickel zur Wärmeableitung

Fühlt sich Ihre Haut in der bestrahlten Region wärmer an als am Rest des Körpers, kann mit einem befeuchteten Waschlappen gekühlt werden. 2 bis 3 Mal täglich 2 Minuten kühlen und Haut zum Trocknen der Luft aussetzen oder abtupfen. Anschliessend Pflegeprodukt auftragen.

Bei Fragen können Sie sich jederzeit an unser Behandlungsteam wenden.

**Prof. Dr. med. Oliver Riesterer**

Radio-Onkologie-Zentrum KSA-KSB

**Dr. med. Kirsten Steinauer**

Radio-Onkologie-Zentrum KSA-KSB

**Kantonsspital Aarau AG**

Tellstrasse 25, CH-5001 Aarau

Telefon 062 838 54 08

radioonkologie@ksa.ch

**Kantonsspital Baden AG**

Im Ergel 1, CH-5404 Baden

Telefon 056 486 18 30

radioonkologie@ksb.ch

