

## 標靶藥物治療的皮膚照護

根據統計，接受上皮生長因子接受體抑制劑類標靶藥物的病人，約有八成以上可能產生一連串皮膚組織反應的副作用，這些副作用並不會造成病人生命的危險，但會降低日常生活品質，嚴重時甚至會導致標靶藥物治療的中斷，進而影響治療效果。因此，病人的自我照顧學習是很重要的。透過正確的照護，降低副作用的影響，以利完成原本的治療。

### 一、標靶藥物治療後常見的皮膚副作用：

#### (一)丘疹膿疱疹(Pustular rash):

1. 開始時間:開始標靶藥物治療的 1~2 週內發生。
2. 以紅色丘疹及膿皰呈現,好發於大量皮脂腺與毛囊分布區域,常見於臉部,頭皮及胸背部為多。
3. 表皮生長因子訊息傳遞路徑被標靶藥物阻斷，毛囊周圍的角質細胞出現分化及代謝異常，造成角質堆積，阻塞毛孔，形成丘疹膿疱疹，包括紅斑，丘疹和膿疱，嚴重程度跟劑量有關。

#### (二)皮膚搔癢(Pruritus)

1. 開始時間:使用標靶藥物 2-3 週後開始。
2. 標靶藥物影響會使表皮分化異常，障蔽功能不佳，導致皮膚太乾燥，或是因為肥大細胞釋放組織胺所引起。

#### (三)皮膚乾燥(Xerosis)

1. 開始時間:標靶治療 6 個月後，百分之百發生皮膚乾燥。
2. 表皮生長因子受體抑制會直接抑制皮膚角質細胞生長使得基底細胞生長停滯與分化不完全，角質層明顯變薄，角質細胞無法緊密接合，導致角質細胞層無法保持水分，影響角質層保水功能，進而形成皮膚乾燥。
3. 皮膚乾燥對患者的影響，是持續且長時間的，通常是大面積的分佈在身體各處，包括四肢軀幹都可見，若皮膚乾燥沒獲得良好的照顧或控制，將可能進展成皮膚龜裂與疼痛，常發生於手指、腳趾、足踝及其周圍皮膚，手背指關節表皮等處。

#### (四)甲溝炎(Paronychia)

1. 起始時間:通常在服藥 6 至 7 週後。
2. 手腳指甲周圍出現腫脹疼痛,出血結痂或增生性肉芽組織
3. 表皮生長因子受到抑制，指(趾)甲旁的組織會變薄日益脆弱，使得指(趾)甲變長後非常容易穿入周圍組織，誘發異物反應而導致發炎。

### 二、皮膚副作用的居家照護建議：

#### (1)頭皮清潔：

1. 使用寬齒梳子梳理頭髮。
2. 避免使用刺激頭皮的產品，如含有乳化劑、介面活性劑、薄荷等成分，應使用溫和洗髮精。
3. 避免頻繁的洗頭髮，一般建議 2-3 日洗一次頭髮即可，切忌因頭皮發炎滲液會癢就每天洗頭，這樣往往會加重頭皮發炎。
4. 用藥期間不建議燙染頭髮。

#### (2)身體清潔:

1. 避免泡熱水澡或長時間的沖澡，同時應避免過熱或過冷的水。
2. 使用不含皂的沐浴乳或沐浴油，或不含香精的溫和滋潤肥皂。
3. 特別加強對生殖部位、肛門口及皮膚皺摺處的清潔。

#### (3)保濕護理

1. 洗澡後的 15 分鐘內可全身擦拭無酒精、無香料保濕劑。
2. 可依照皮膚乾燥之情形，適度的增加塗抹次數。
3. 預防因鼻孔的過度乾燥導致出血，使用凡士林以保持潤滑。
4. 避免暴露於劇烈溫差的地方，如極冷、過於乾燥、很熱的場所。
5. 龜裂部位可以貼人工皮保護。
6. 維持皮膚完整性：當病人發生皮膚癢症狀時，應避免抓癢的行為，可使用輕拍或按壓的方式來塗抹乳膏或醫師開立的類固醇藥膏來緩解皮膚癢症狀，避免皮膚破損造成感染。

#### (4)防曬護理

1. 穿著寬鬆之長袖衣物，防止直接曝曬於陽光下，若無法避免，需使用防曬系數 (SPF)大於 30 的防曬乳。
2. 選擇物理性防曬乳較佳；內含氧化鋅 (Zinc oxide) 或二氧化鈦 (Titanium Dioxide) 較天然。

#### (5)手指及腳趾日常照護:

1. 開始使用標靶藥物就要保護指甲周邊的皮膚，可預防性的塗抹凡士林或其他保濕產品。
2. 平時應該避免手指及腳趾摩擦及刺激，例如：長時間泡水或接觸含有皂鹼的強力清潔產品。
3. 不要穿太緊鞋子，可穿著涼鞋或拖鞋；避免施過大壓力在指甲周圍，例如：跑步、重量訓練等運動。
4. 正確修剪指(趾)甲可減輕發生機率，修剪方式：宜平剪，勿剪太短。
5. 工作時穿戴棉質手套保護手指，若要接觸水或清潔劑，請在棉質手套外加戴防水手套。