

---

## Hautpflegeanleitung bei Bestrahlung der Brust/Brustwand

### *Hinweise zur Vermeidung von Nebenwirkungen während der Bestrahlung*

- Sie sollten **keine einengende**, sondern weite und weiche Kleidung tragen. Da die Striche abfärben können, wäre es außerdem sinnvoll ältere bzw. dunklere Kleidung anzuziehen. Eventuelle Abfärbungen gehen beim Waschen zu meist wieder raus.
- Bitte kein BÜGEL-BH tragen.
- Waschen und Duschen ist grundsätzlich während der Bestrahlung erlaubt:
  - den bestrahlten Hautbereich nur mit lauwarmem Wasser waschen
  - Haut anschließend vorsichtig trocken tupfen, nicht reiben, um unnötige Hautirritationen zu vermeiden
  - Hautfalten bitte sauber und trocken halten
  - während der Bestrahlung sollten Sie bitte NICHT BADEN!
  - Verwenden Sie bitte eine **parfümfreie Waschlotion** (pH 5,5).
- Um eine Austrocknung der bestrahlten Haut zu vermeiden, besorgen Sie sich bitte eine möglichst **parfümfreie Körperlotion**.
  - Cremen Sie nach dem Duschen (bei Bedarf auch ein- bis dreimal täglich) dünn ein. Damit die Pflegelotion gut einziehen kann, sollte zwischen dem Cremen und der Bestrahlung mindestens **2 Stunden Abstand** liegen.
  - Versuchen Sie bitte die **Striche auszusparen**.
- Sollte die Anzeichnung verblasen, ist dies aufgrund der Tätowierungspunkte nicht schlimm und rekonstruierbar.
- **Nach Möglichkeit viel Luft an die bestrahlte Haut lassen.**
- VERMEIDEN Sie bitte chemische, thermische und mechanische Reize im Bestrahlungsbereich:
  - Deo, Parfüm
  - parfümiertes Duschgel, parfümierte Seife, parfümierte Bodylotion
  - einschnürende Miederware (Body)
  - Rasur/Haarentfernung
  - Pflaster
  - Sonneneinstrahlung, Sauna, Solarium
  - Schwimmbad
- Zur Linderung der geröteten Haut können Sie Kühlpacks verwenden. Diese aber bitte nicht direkt (in ein Tuch einwickeln) und zu lange auf der Haut belassen.

***Gesundheitliche Beschwerden, insbesondere etwaige Nebenwirkungen, melden Sie bitte am Bestrahlungsgerät. Die MTRA vereinbaren gerne einen Termin beim zuständigen Arzt.***