

## **Hud och slemhinnor vid cytostatikabehandling**

Besvär med hud och slemhinnor är vanliga biverkningar vid cytostatikabehandling. Prata med din kontaktsjuksköterska eller läkare om du får besvär. Om du får besvär finns det både läkemedel och andra sätt att lindra.

Huden blir ofta torrare och mindre elastisk och det kan ta längre tid för sår att läka. Huden blir även mer känslig för sol under behandlingen och cirka ett år efter, så att du till exempel lättare får pigmentfläckar.

Slemhinnorna i kroppen blir ofta torra under en behandling eftersom slemhinnornas celler inte hinner nybilda sig tillräckligt snabbt. Det är vanligt med besvär som muntorrhet, torra ögon, illamående, diarré, urinvägs- och ändtarmsbesvär. Slemhinnorna i underlivet kan bli sköra och lättblödande och det kan göra ont vid samlag. Du kan behöva kissa oftare, det kan göra ont att kissa och ibland kommer det blod i urinen. Kontakta vården om det kommer blod i urinen.

### **Råd vid besvär med hud och slemhinnor**

#### Huden

- Smörj huden regelbundet med mjukgörande kräm.
- Skydda huden mot solen. Använd solskyddsmedel, heltäckande kläder och hatt.
- Smörj de områden som inte täcks av kläder med solskyddsmedel med hög solskyddsfaktor.
- Sitt om möjligt i skuggan när solen är som starkast.
- Använd rakapparat i stället för hyvel för att undvika skärsår.

#### Munnen

- Skölj munnen med kolsyrat vatten eller koksaltlösning.
- Borsta tänderna med en mjuk tandborste.
- Använd salivstimulerande sugtablett, gel eller sprej som kan köpas på apotek.
- Att smörja munnen med en neutral olja kan lindra besvär.

#### Näsan

Använd nässpray med olja eller koksaltlösning om du har torr näsa. De kan köpas på apotek.

#### Ögonen

Använd ögondroppar om du har torra ögon. De kan köpas på apotek.

#### Underlivet

- Underlivet kan tvättas med ljummet vatten och tvättolja.
- Vid torrhet i slidan kan du smörja in dig runt slidöppningen. Använd fuktlotioner för vaginal användning som kan köpas på apotek eller handeln. Det går också bra använda olja, såsom oliv-, mandel- eller barnolja. Vaginal gel utan hormoner eller lokal östrogenbehandling kan behövas. Vid samlag kan du använda glidmedel.
- Använd gärna vida underkläder och byxor för att undvika skav.

#### Urinvägarna

Om det svider i urinröret kan det hjälpa att dricka mycket, upp till 1,5 liter per dygn. Prata med din läkare eller kontaktsjuksköterska om du har besvär med urinvägarna. Du kan behöva lämna prov för urinvägsinfektion.