標靶治療副作用日常保養須知

標靶治療可以針對性地抑制癌細胞生長同時也減少對正常細胞的損害，最常見的皮膚副作用為痤瘡樣皮疹（67.2%～76.3%），其次是搔癢和皮膚乾燥（47.5%～63.4%），發生率最低的為甲溝炎（9.8%～39.8%），影響病人的日常生活，皮膚反應嚴重時，病人需要暫停或停止治療。

一、皮疹（丘疹膿疱疹）

在標靶治療的兩週內會發生，主要發生於皮脂分泌旺盛部位，如：臉部、頭皮，紅疹會發生於下半身、軀幹、臀部等部位；皮疹有時會合併搔癢感、燒灼感、甚至刺痛感，一般停止標靶藥品後約四週皮疹會消失，其護理：

1.適當的防曬措施，使用 SPF≧30 之防曬乳液，因為紫外線照射會加重症狀。

2.使用保濕乳霜，禁用含酒精的化妝品或護膚用品。

3.標靶治療開始，就養成自我保養的好習慣、熱水泡澡、避免油炸食物和飲酒。

4.搔癢感可以口服抗組織胺、止吐藥物等來舒緩不適。

二、甲溝炎

在使用標靶治療的四到八週後發生，可能發生於手指頭或腳趾頭，開始時會造成指甲根部的紅、腫、疼痛，之後兩側甲溝會產生化膿性的肉芽組織變化，類似指甲內嵌，其護理：

1.正確修剪指甲，末端要修剪平整，白色的遠端建議留 0.1 公分。

2.去除指甲旁邊的翻起小皮要用剪刀，勿用手撕而造成傷口。

3.使用凡士林或保濕乳霜。

4.在治療期間應該少碰水、少做需要手指施力的家事，原患有甲溝炎者若經常碰水，可能加重病情。因為自來水並非無菌，甲溝炎會在皮膚表面造成傷口，可能在碰水時受到感染，加上指甲溝不斷沖水，會造成保護膜蒸發，加重發炎程度。

標靶治療副作用日常保養須知

5.採低溫療法，可以在化療開始前持續戴低溫手套和鞋套到化療結束，透過降低手腳溫度，使血管收縮，使化療藥物到達手腳的濃度降低，可以大幅降低指甲副作用。

三、手足症候群（毒性紅斑）

標靶治療後約六週會發生，在發病前一、二週先出現觸痛感及感覺異常，手掌或腳掌出現紅斑和刺麻的感覺，衍生到為發熱、腫脹、疼痛、脫屑及水泡的情形。

1.**手部護理**：

(1)避免讓手部執行繁重的工作；

(2)維持皮膚的濕潤，以無香精清潔劑洗手；

(3)洗手時力道應輕柔；

(4)每次洗手後，可塗抹凡士林、綿羊油、尿素藥膏等滋潤產品。

2.**足部護理**：

(1)要小心過度運動導致腳底、腳趾、腳趾甲受到過多撞擊；

(2)在角質化區域每日塗抹去角質乳霜；

(3)建議穿舒適的鞋子，減少足部的壓力，可使用鞋墊或氣墊鞋保護。

四、皮膚乾燥

在標靶治療開始後約 2～3 週會出現。皮膚乾燥分布在身體各處，若病人有乾癬或濕疹之病史或很快出現丘疹膿疱疹之症狀者，發生皮膚乾燥的時間則可能提前；在接受標靶治療六個月後，100%的病人會出現皮膚乾燥可能進展成皮膚龜裂與疼痛，最常發生在手指節關節、腳趾、足踝及其周圍皮膚，其護理：

1.避免暴露於極冷、過於乾燥場所，避免直接暴露於陽光。

2.沐浴時建議使用溫水，鼓勵溫水淋浴方式。

3.使用無香精、無酒精之滋潤保濕乳液。

4.使用凡士林或醫療級皮膚保濕產品，保濕乳液可在皮膚表層形成一層封閉性的油膜，阻止水分從皮膚表面蒸發。

標靶治療副作用日常保養須知

5.洗澡後 10 分鐘是「保濕黃金救援期」，因這時候肌膚柔軟、水氣未散，可以更好地吸收護膚成分，將水分鎖住。因此，洗完後輕抿水滴，快快塗上乳液，是重要且必要的保養動作。

五、皮膚龜裂

因為沒有控制皮膚乾燥而演變的結果，常出現在標靶治療後 30～60 天，部位如：手指、腳趾頭、手指關節處，皮膚裂傷可能有出血且不易癒合，因此形成開放傷口而引發感染風險；最好的預防方法，是在使用標靶藥物第一天（或是施打藥前）就開始持續使用保濕產品，其護理：

1.皮膚龜裂周圍的角質皮膚可使用保濕軟膏以保持滋潤。

2.針對傷口處可依醫師建議用藥。

參考資料

邱足滿（2020）・癌症治療常見的皮膚不良反應・*彰基醫療健康防治季刊，(39)*，34-38。

張艾琳、張清貿（2025）・中西醫整合在肺癌治療中的應用－中藥介入緩解標靶藥物引起的皮膚副作用・*臨床醫學月刊，95*(2)，77-79。

蔡明儒、王照元（2025）・智慧醫療的新時代：從大數據到精準醫療・*澄清醫護管理雜誌，21*(1)，4-10。