



# 确诊皮肤癌后



如果您被告知患有皮肤癌，您可能已经接受过检查和活检（提取一些组织来检查是否存在癌症）。还可能对癌细胞进行其他检测，以检查某些被称为生物标志物的蛋白质和基因变化。可能还会根据您的皮肤癌的类型进行扫描或测试。这些检查有助于医生了解哪些治疗方法可能对您的病情有帮助。

## 皮肤癌的类型

皮肤癌有很多种。了解您所患皮肤癌的类型以知晓注意事项，这一点很重要。

基底细胞皮肤癌和鳞状细胞皮肤癌是最常见的两种皮肤癌。这两种皮肤癌通常并不严重，因为它们一般不会扩散到身体的其他部位。这两种皮肤癌对治疗的反应通常也良好。

- 基底细胞皮肤癌始于皮肤下层。
- 鳞状细胞皮肤癌始于皮肤的表层。

黑色素瘤是一种不太常见的皮肤癌。它始于赋予皮肤颜色（色素）的细胞。黑色素瘤更严重，因为它更有可能扩散到身体的其他部位。黑色素瘤几乎导致所有皮肤癌患者死亡，因为它可以迅速扩散。

## 皮肤癌的治疗

如果及早发现，大多数皮肤癌都可以在医生办公室通过小手术切除。其他治疗方法有时可以直接作用于皮肤。对于已经扩散的皮肤癌，可以使用放射线和药物质量，例如化疗、靶向药物治疗或免疫疗法。

治疗方法取决于皮肤癌的类型及其所处的阶段。您的治疗方案还取决于癌细胞检测结果、您的健康状况以及您的个人偏好。医生会帮助您决定哪种治疗方法最适合您。

## 请务必询问：

- 治疗的目标是什么？
- 我患有哪种类型的皮肤癌？

- 我的皮肤癌处于哪个阶段？
- 您们从我的检查结果中还了解到什么？
- 我需要手术吗？如果需要手术，手术后这些皮肤区域会是什么样子？
- 我还需要做更多检查吗？

## 治疗前和治疗期间的注意事项

大多数皮肤癌的治疗方法为皮肤科医生（肤科医生）执行小手术或实施皮肤治疗。有些皮肤癌需要在癌症中心接受治疗，尤其是在需要更多治疗或癌症已经扩散到身体其他部位的情况下。您的医生及其团队将为您解释治疗方法以及如何实施。他们将帮助您做好准备工作，跟踪您的状况并帮助您管理任何副作用。

并非每个接受皮肤癌治疗的患者都有相同的副作用。例如，皮肤手术的副作用与化疗、靶向药物治疗、免疫疗法或放疗的副作用不同。接受相同治疗方法的患者也可能会有不同的副作用。

## 请务必询问：

- 除了手术，我还需要其他治疗吗？
- 是否有针对我这种癌症的临床试验？
- 我可能会有哪些副作用，我该怎么办？
- 我们如何知道治疗是否有效？
- 我多长时间接受一次治疗？治疗将持续多久？
- 我去哪里接受治疗？我能自己开车吗？
- 我还能继续从事平时的活动吗，比如工作和锻炼？
- 我的皮肤会有疤痕吗？我的外貌或感觉会有所不同吗？
- 我是否应该特别注意避免阳光暴晒？

## 治疗后的注意事项

治疗后，医生会密切观察您的状况。您将定期接受皮肤检查，以查看癌症是否复发，或您身体的其他部位是否有新的癌症。他们还会帮助您控制任何副作用。

对于某些患者，癌症可能不会完全消失。这些患者可能会继续接受治疗，并且仍然需要进行测试以查看治疗效果。

治疗后，您的身体可能会发生变化。根据癌症的大小、类型和位置，您的皮肤可能会出现疤痕或其他变化。请务必询问医生您会有哪些状况，如果您有任何问题，请告知医生。

患过皮肤癌的人患另一种皮肤癌的风险更高。即使您在结束治疗后感觉良好，也要向您的医生询问定期复查的时间安排，以检查您的皮肤癌是否复发。

### 请务必询问：

- 我在哪里可以获得我的治疗总结副本？
- 我需要多久见一次您？我应该何时以及如何联系您？
- 我是否需要做检查来查看我的癌症是否复发，或者检查治疗是否出现问题？
- 治疗后我需要后续复查计划吗？
- 我是否应该注意治疗的后期或长期副作用？
- 治疗后在哪里可以找到我的病历？

## 保持健康

如果任何治疗副作用没有消失或出现任何新症状，一定要告诉医生。在治疗期间和治疗后，您可以采取一些措施来保持身体健康。经常检查皮肤的变化非常重要。让朋友或家人帮您查看自己难以看到的皮肤区域。如果发现任何异样，请告诉医生。外出时一定要保护好皮肤。尽可能待在阴凉处。使用防晒霜并覆盖裸露的皮肤。记住，一年四季在户外都要这样做。也要避免使用日光浴床。良好的饮食、达到并保持健康的体重、不吸烟、喝足够的水、多运动也有助于保持健康。

## 控制情绪

患上皮肤癌可能会让您感到恐惧、悲伤或紧张。有这些感觉是正常的，有一些方法可以帮助您应对这些情绪。

- 不要试图独自面对您的感受。不管是什么感受，都要说出来。
- 偶尔感到悲伤或沮丧没问题，如果您的这种情绪超过几天，请告知您的医生。
- 如果您的医生认为没问题，请继续做您喜欢的事情，例如在户外活动、看电影、参加体育赛事或外出就餐。
- 寻求烹饪和清洁等工作方面的帮助。

您可能需要向朋友、家人、宗教领袖或团体寻求帮助。心理咨询也会有所帮助。有些人认为与有同样经历的人交谈会有所帮助。支持小组可以提供这一点。请告诉医生您的感受。他们可以帮助您找到合适的支持。



如需更多信息和支持，请访问美国癌症协会网站 [cancer.org/chinese](http://cancer.org/chinese) 或致电 **1-800-227-2345** 联系我们。我们随时为您提供帮助。