

# 光化性角化病：护理说明 - [ Actinic Keratosis: Care Instructions ]

## 您的护理说明

光化性角化病属于由于太阳晒伤而产生的皮肤生长。它可转化为皮肤癌，但这并不常见。光化性角化病也称为日光性角化症，表现为红色、褐色或皮肤色的小块鳞状斑。最常见于面部、颈部、手和前臂。

医生可通过冷冻或刮除或通过敷药将这些生长斑块移除。

后续护理是治疗和保障安全的关键环节。一定要约定诊疗时间并接受所有诊疗；如有任何问题，请打电话给您的医生进行咨询。最好了解一下检查结果，并保留一份您所服用药物的清单。

## 在家如何自我护理？

- 如果医生告诉您如何护理切口，则遵照医生的指示。如果医生没有指示，遵照以下一般建议：
  - 每天用清水冲洗切口周围 2 次。请勿使用双氧水 (hydrogen peroxide) 或酒精，这会减缓伤口愈合。
  - 您可以在伤口上涂一层薄薄的凡士林，然后用不粘绷带包扎好。
  - 根据需要使用更多的凡士林软膏并更换绷带。

## 预防光化性角化病

- 总是在裸露的皮肤处涂防晒霜。确保使用防晒系数 (SPF) 为 30 或更高的广谱防晒霜。每天都涂，即使阴天也涂。
- 如果打算长时间在户外，穿长衫和裤子并戴上帽子。
- 避免在上午 10 点到下午 4 点间晒太阳，此时段紫外线光最强。
- 不要使用晒黑机或太阳灯。

## 应何时打电话寻求帮助？

密切关注健康状况的变化，如果出现以下情况，请务必与医生联系：

- 出现感染症状，例如：
  - 疼痛加剧、肿胀、发热或者红肿。
  - 出现源自受伤部位的红色条纹。
  - 受伤部位流脓。
  - 发烧。

## 从哪里了解详细信息？

转到 <http://kp.org/health>

输入 **L364** 在搜索框中了解有关以下内容的更多信息 "光化性角化病：护理说明 - [ Actinic Keratosis: Care Instructions ]。"

最新修订日期: 2019年4月1日