**ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УХОДУ ЗА КОЖНЫМИ ПОКРОВАМИ**

**ВО ВРЕМЯ ЛЕЧЕНИЯ ИНГИБИТОРАМИ EGFR**

**Российское общество клинической онкологии (RUSSCO)**

Проявления со стороны кожных покровов, волос и ногтей ‒ это важный̆ клиническиӗ фактор, предсказывающий ответ на лечение ингибиторами рецептора эпидермального фактора роста (EGFR). Кожные реакции являются временными, исчезают при отмене лечения и очень редко угрожают жизни. **Симптомы кожной токсичности управляемы и не требуют отмены терапии ингибиторами EGFR.** Степень выраженности кожных реакций в ходе лечения меняется. Правильный̆ уход за кожными покровами позволяет уменьшить выраженность кожных реакций и сделать лечение более комфортным.

**Памятка для пациентов, получающих лечение анти-EGFR препаратами**

**Правила гигиены:**

* Рекомендуются максимально щадящие гигиенические процедуры: умывание теплой (не горячей) водой душ вместо ванны, с использованием масла для душа, мягкого мыла, шампуня для ежедневного применения с увлажняющим и противомикробным действием.
* При выраженном кожном зуде и сухости кожи необходимо ограничить водные процедуры, исключить мыло.
* Ограничивать частоту и длительность принятия ванн/душа.
* Не использовать жирные мази в острой фазе угревой сыпи, поскольку они могут блокировать поры и усугублять проявления сыпи.
* Минимизировать или исключить использование макияжа в период появления острых высыпаний в области лица.
* Бритье не противопоказано, не рекомендуются электробритвы.
* Следует избегать контакта с агрессивными реагентами и средствами бытовой химии.

**Защита от солнца:**

* Следует ограничивать время пребывания на солнце, избегать прямого воздействия солнечных лучей на кожу, так как солнечный свет может усилить любые возможные кожные реакции.
* Рекомендуется использовать головные уборы и солнцезащитные средства с солнцезащитным фильтром > 30 УФА и УВФ на открытых участках кожи перед выходом на улицу регулярно, длительно (включая март и сентябрь).
* Солнцезащитные средства наносятся на лицо, руки, ноги, шею, спину и грудь утром или за 30 минут до выхода из дома.
* Возобновлять нанесение солнцезащитных средств каждые 2‒3 часа во время пребывания вне помещения.
* Применяются любые аптечные или безрецептурные доступные препараты.

**Увлажнение и смягчение кожи:**

Следует наносить увлажняющие средства (бальзам, молочко, крем) на лицо, шею, грудь, спину, кисти, стопы и конечности каждое утро и вечер, длительно.

**Уход за ногтями:**

* Беречь кожу и кутикулы ногтей от травм, исключить обрезной маникюр и педикюр, носить удобную обувь.
* Наносить увлажняющие крема и лосьона на область ногтей рук и ног.
* Пациенты с вросшими ногтями на ногах и другими проблемами стоп должны проконсультироваться у соответствующего специалиста перед началом лечения ингибиторами EGFR.

**Одежда и обувь:**

* Рекомендуется ношение эргономичного белья из натуральных материалов.
* Рекомендуется ношение головных уборов.
* Надевайте резиновые или хлопчатобумажные перчатке во время мятья посуды или уборки.
* Избегайте тесной обуви. Рекомендовано ношение домашней обуви.

**Местное и системное лечение назначается и проводится под контролем лечащего врача!**