

化疗加重糖尿病神经病变： 癌症治疗期间的足部保护策略

某些抗癌药物可能会导致手掌和足底皮肤出现干燥、增厚、开裂或起水疱的情况。脚趾甲可能发生变色、增厚并变得脆弱，甚至出现嵌甲并引起疼痛。这些情况很容易继发感染，有时由于活动性感染，癌症治疗不得不被迫中断。与糖尿病患者类似，足部感染可能进一步发展为足部溃疡，甚至需要截肢。

有一类化疗药物通过抑制某些细胞间信号来阻止肿瘤生长，例如多激酶抑制剂（**Multikinase inhibitors**），这类药物可引起多种皮肤变化。化疗的常见皮肤副作用包括皮疹、皮肤色素改变、皮肤干燥以及手足综合征。

手足综合征又称为掌跖红斑感觉异常（**Palmar-Plantar Erythrodysesthesia**，**PPE**），是由于接触化疗药物引起的，可导致水疱以及类似晒伤的红肿和脱皮性皮疹。**PPE** 主要影响血液容易淤积的部位，如手和脚。在化疗过程中，药物更容易从微小血管中渗漏出来，从而引发这些症状。

在开始化疗后一到两周内，您可能会感觉手脚出现刺痛或麻刺感。几天之内，手掌和足底可能出现发红。有时反应会停留在这一阶段，但已足够疼痛并影响日常生活；有时则会进一步发展为水疱，或在甲板下积聚液体，引起明显疼痛。最终，脚趾甲可能出现变色、增厚和脆裂，外观类似真菌性灰指甲。

如果出现水疱或疼痛的脚趾甲，主要治疗方式是正确的伤口护理。当然，您应及时联系您的医生。您需要每天检查受影响的部位，用温和的肥皂和清水清洗，穿戴具有保护作用的袜子和鞋子，并使用合适的敷料覆盖开放性伤口。最重要的是，务必与您的医生讨论您所出现的任何症状，医生可能会将您转诊至足病医生或伤口护理专科进行进一步治疗。

在临床上，我个人常使用泼尼松或外用类固醇药物，这些治疗在一定程度上可帮助改善症状。

皮肤干燥是化疗的另一种常见副作用，其程度可从轻微到严重不等，虽然不一定会导致皮肤溃疡，但仍需引起重视。您应向医生咨询如何预防这种情况以及其他可能危及足部健康的并发症。良好的足部护理是关键。

建议使用温和的清洁产品清洗双脚。与液体皂相比，固体香皂通常添加的防腐剂和香料较少，对皮肤刺激性更低。如果皮肤完整，请勿使用刺激性化学品，如酒精、碘伏或过氧化氢。温和的清洁剂已足以杀灭皮肤表面的细菌，因此在皮肤完整的情况下无需使用抗菌皂。避免使用刺激性强的肥皂。

清洁后，应彻底擦干皮肤。可使用毛巾或冷风模式的吹风机，尤其不要忽略脚趾间的皮肤，这是最容易滋生真菌或细菌的部位。随后，涂抹保湿剂。普通凡士林（如 **Vaseline**）是非常好的选择，价格低廉且对皮肤温和。对于足部角质增厚的皮肤，可使用含有乳酸或尿素的角质溶解型保湿剂，以帮助去除角质，例如 **Amlactin**、**Keralac**、**Eucerin** 等产品。

在化疗期间，预防永远是保持足部完整与健康的最佳方式。一旦足部皮肤开始破损，应立即咨询医生并接受治疗，以避免出现严重并发症。