

# 如何应对 指甲变化

What to Do for Nail Changes - Chinese

指甲变化可能发生在手指甲、脚趾甲或两者兼而有之。可能引起指甲变化的原因多种多样，其中包括针对癌症的治疗。指甲由以下部分组成：

- 指甲盖（指甲最硬的部分，也是指甲外部可见的部分）
- 甲床（指甲盖下面的组织）



## 导致指甲变化的原因是什么？

一些癌症治疗会导致指甲发生变化。这些变化可能会影响指甲的外观、感觉和活动的方  
式。指甲变化可能是暂时的，也可能是持续。



## 我应该注意哪些常见的指甲变化症状？

- 指甲下方的深色区域，看起来像瘀伤，最常见于角质层（指甲的底部边缘）
- 指尖、指甲盖或甲床出现细小的裂缝、深切口或撕裂，可能会感到疼痛
- 细小的红线表示指甲盖下有微小的出血区域
- 指甲周围或指甲本身的皮肤颜色加深（颜色变化）
- 发红，有时指甲盖及其周围的手指或脚趾肿胀，这可能是感染的征兆，可能会感到疼痛
- 指甲盖与下面组织之间出现缝隙，会增加感染的风险，指甲将脱落
- 指甲盖完全脱落，新指甲长出来之前可能会很痛苦，而且增加感染的风险
- 治疗结束后，指甲盖上的突起或有色线会长出来



## 您可以采取的预防或应对指甲变化的措施

- 每天查看手和脚，看看指甲是否有任何变化。
- 尽可能避免指甲受伤。
- 在突起、脆弱或开裂的指甲使用水溶性指甲涂层（如指甲油）。
- 经常修剪指甲，保持短指甲，原因在于短指甲不太可能折断或夹在某处。
- 保持指甲清洁，避免感染。
- 手在水里时（如洗碗）、做园艺活儿或打扫卫生时，戴上手套保护指甲。
- 询问您的癌症医护团队是否可以在您接受癌症治疗期间接受专业美甲服务。
- 穿宽松的鞋子。
- 避免指甲盖（手指和脚趾）受到压力。
- 将指甲的任何变化报告给您的癌症医护团队。如果您因指甲发生变化而感到疼痛或感染，请在尝试任何家庭疗法之前咨询您的癌症医护团队。



## 与您的癌症医护团队沟通。

询问您的癌症医护团队您的治疗是否可能导致指甲产生变化。并询问要注意观察的变化以及应对的措施。如果您的指甲盖有任何变化、指甲周围肿胀、发红或疼痛，请告知您的癌症医护团队。



要了解有关癌症的信息和答案，请访问美国癌症协会网站 [cancer.org](https://cancer.org) 或致电 1-800-227-2345 联系我们。我们随时为您提供服务。