

安寧照護—身體照顧篇

癌症末期病人常見的症狀及處理方式：

一、疼痛：

80%的癌症末期病人都會有疼痛的症狀，請按時按量給予醫師開立的止痛藥。疼痛是很主觀的，要相信病人真的感覺到疼痛，避免曲解病人的描述及表現。

*處理方法：

1. 經醫師、護理師的指示下運動、按摩、冷熱敷，尤其癌末病人常有轉移情形，容易發生骨折，故走路、洗澡及運動時需特別小心。
2. 家人的陪伴能舒緩病人的情緒，並提供一個舒適的環境，合宜的音樂或遊戲休閒活動等，皆為輔助之重要方法。
3. 按壓合谷、三陰交、足三里等三穴位，可以緩解疼痛及疲憊，按壓手法為點、按、揉推

二、噁心、嘔吐：

請按時按量給予醫師開立的止吐藥，惡性腫瘤、放射線治療、化學治療及某些藥物，皆可能令病人產生噁心、嘔吐的情形。

*處理方法：

1. 提供舒適環境，保持環境清潔，食物暫時減量或少量多餐，甚至可能暫時禁食。
2. 如有嘔吐情形，吐出來的東西用深色袋子盛裝並盡速清除，可降低病人的焦慮不安。
3. 加強口腔護理，使用病人喜歡的漱口水或稀釋之茶葉水漱口。
4. 適量的拍背或穴道指壓（內關穴）。
5. 清潔口腔，若裝有假牙，則最好每次進食後均需清洗。
6. 進食時，避免冷、熱食物一起食用，才不會刺激嘔吐發生。
7. 飲食以清淡，避免油膩為原則，並注意電解質流失情形，依醫囑適時補充。

三、呼吸困難：

請按時按量給予醫師開立的藥劑，肺癌或癌症轉移到肺、腫瘤壓迫呼吸道、心臟衰竭、貧血，都有可能引起呼吸困難。

*處理方法：

1. 舒適的姿勢、輕柔的音樂、肌肉的放鬆，可舒緩胸悶緊繃的感覺。

2. 使用小型風扇或空調調節室內空氣，幫助空氣流通。
3. 若使用氧氣，需給予口腔、嘴唇適度的濕潤。
4. 提供不同類型柔軟的小枕頭可幫助病人舒服臥睡。

四、虛弱：

請按時給予病人醫師開立的藥物。癌末病人會因病程持續而逐漸顯得疲憊虛弱。

*處理方法：

1. 家人溫柔的陪伴，儘量滿足病人的需要。
2. 保持舒適的姿勢，若病人臥床不易翻身時，請至少每兩個小時協助病人翻身一次，並適度按摩及拍背，促進血液循環及增加呼吸道通暢。
3. 需要時可使用氣墊床，防止壓力性損傷產生。
4. 補充適量的營養並保持身體的清潔。

五、食慾不振：

請按醫囑給予促進食慾的藥物。

*處理方法：

1. 經過一整夜的消化，早餐是最佳進食時機，宜少量多餐。
2. 慎選食物的種類及軟硬度，避免像豆類、白菜等會產生氣體的食品。
3. 進食前 5-10 分鐘，先協助病人從事緩和的活動。
4. 進食前漱口能刺激味覺，可增進食慾，不要邊用餐邊喝飲料或水。
5. 提供病人喜愛之高熱量、高蛋白食物為原則。

六、吞嚥困難：

癌末病人因虛弱無力，腫瘤阻塞或壓迫到神經會有吞嚥困難的情形。

*處理方法：

1. 以少量開水試喝，但要小心不要嗆到，以避免發生吸入性肺炎。
2. 食物宜採半流質，如：布丁、燉蛋、果凍等，採少量多餐方式進食。
3. 進食時宜採 60-90 度坐姿，以協助食物下嚥及預防吸入性肺炎。

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康