

化學治療後的注意事項

一、化學治療常見的副作用：

(一) 腸胃道系統的影響：

噁心、嘔吐、腹瀉或便秘，嚴重會導致營養不良、脫水、降低腎排泄藥物的能力、食道撕裂傷及吸入性肺炎。

(二) 骨髓造血功能的抑制：

1. 白血球過低/感染。
2. 紅血球減少/疲倦、貧血。
3. 血小板過低/出血、瘀青。

(三) 口腔黏膜的改變：

口乾、口腔及喉嚨的潰瘍。

(四) 皮膚及指甲的影響：

皮膚可能會出現變紅、癢、脫皮、色素沉著、乾燥或指甲也可能變得脆弱、易斷。

(五) 對腎臟及膀胱的影響：

排尿時灼熱感、疼痛或血尿情形。

(六) 掉頭髮、禿頭。

(七) 疲勞並可能導致注意力散漫、情緒低落、挫折感及憂慮，對生活品質及負面影響。

(八) 對肺臟影響：

乾咳、進行性呼吸困難、缺氧、呼吸雜音、呼吸困難及多痰。

(九) 身心靈影響：

(十) 需面對預後不如預期時所造成的生命威脅，產生心情低落及無望等負面情緒。

二、化學治療後應注意事項：

(一) 飯後及睡前須以軟毛牙刷刷牙、漱口，若有嘔吐，則於嘔吐後漱口，去除口中異味。

(二) 多吃鹼性食物(如：蘇打餅)以中和胃酸，避免吃過熱及酸冷之食物，可採流質或軟質飲食以少量多餐方式，選擇自己喜歡的口

味，禁止使用生食，並多吃蔬菜水果以防便秘，水果以有完整果皮包覆者為佳。

(三) 避免抽煙及喝酒，可減少口腔炎之嚴重度。

(四) 注射藥物部位紅腫時，應立即告之醫護人員。

(五) 選擇軟質的梳子可減少掉髮，掉髮是暫時的現象，化學療法停止後以後仍會再長，可選擇適合的假髮。

(六) 要有充份適當的休息，並減少會客時間，避免出入公共場所。

(七) 病人及家屬訪客都需戴口罩，若有流鼻涕、咳嗽的人請勿探訪。

(八) 有腹瀉時，少吃纖維質多的食物，如蔬菜、水果，要多補充水份，並注意肛門的清潔及乾燥。

(九) 如果口乾及口腔發炎時：

1. 避免刺激食物，例如：過冷、過熱飲料、咖啡、酒精及奶類製品。
2. 若出現潰瘍時可依醫囑局部使用藥膏。
3. 多攝取維他命 C 及高蛋白及高熱量食物。
4. 口含冰塊，以減輕疼痛或口乾。

(十) 如果皮膚乾燥時：

1. 避免使用肥皂洗澡，必要時使用中肥皂。
2. 用乳液擦拭全身，防止皮膚乾燥。

(十一) 如果咳嗽、呼吸喘時：

1. 定時服用藥物，特別是類固醇，因其對化學藥物引起之肺損傷有抑制惡化之效果。
2. 建議給予低氧療法。

(十二) 感染控制：監測體溫變化、減少侵入性治療。

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康