

化學治療自我照顧注意事項

Q一 什麼是化學治療？

化學治療就是利用藥物來治療癌症的方法，屬於全身性的治療。

Q二 接受化學治療時您應知道的事項：

大多數之副作用是暫時發生的，醫護人員會盡力幫助您及處理您的不舒服，若化學治療造成較嚴重副作用，醫師則會考慮或暫停給藥，直至您狀況穩定。

Q三 做化學治療可能出現的副作用及建議處理方式：

(一) 白血球下降：1. 發燒：體溫高於 37.9°C。 2. 小便時感到疼痛或燒灼感。
3. 發冷、呼吸急促。 4. 嚴重咳嗽或喉嚨痛



建議您：

1. 經常洗手，勿接觸感冒者，勿到公共場所。
2. 採熟食及剝(削)皮之新鮮水果或罐裝包果汁。

(二) 紅血球下降：容易倦怠、頭昏、臉色蒼白、心悸。

(三) 血小板下降：1. 瘀青、皮下有小紅點出現。
2. 牙齦容易出血或流鼻血、大小便中帶血絲。

- ### 建議您：
1. 使用軟毛牙刷，不要用牙線、牙籤。
 2. 使用電動刮鬍刀不要用剃刀。
 3. 不要服用含阿斯匹靈之藥物。
 4. 不要用力擤鼻涕、挖耳朵、咳嗽。

(四) 口腔黏膜破皮：

- ### 建議您：
1. 每次進食後使用鹽水或醫師建議之漱口水漱口。
 2. 每天服用高單位維他命 B+C 或綜合維他命，如克補(一天一顆)。
 3. 可進食冰冷食物，以減輕疼痛。

(五)噁心、嘔吐：

- 建議您：
1. 避免油膩、辛辣及含香料食物。
 2. 採高熱量、高蛋白食物(豆魚蛋肉類)，少量多餐。
 3. 進食溫和飲食，如：烤麵包、蘇打餅、三明治、土司、麥片。
 4. 如無法進食，必要時可插鼻胃管協助灌食，以補充營養。

(六)腹瀉：一天內發生超過三次未成形的排便。

- 建議您：
1. 多喝水、稀釋後的運動飲料，預防脫水。
 2. 避免油膩及刺激性食物，如炸雞、麻辣火鍋、咖啡、酒、茶葉。
 3. 吃低纖維食物，例如：稀飯、白土司、蛋。

(七)便秘：便較乾、較硬或超過2-3天未排便。

- 建議您：
1. 多吃高纖維食物，如：蔬菜、水果、麥片粥。
 2. 可多喝水、梅子汁或蜂蜜汁。

(八)掉髮：某些化療藥物治療後，身體毛髮會掉落，停藥3-4個月後會改善。



- 建議您：
1. 剪短頭髮，使掉髮不那麼明顯。
 2. 戴假髮、頭巾、帽子，掉髮前先改變裝扮，慢慢適應。

Q五

若有下列症狀出現時，請儘速與我們聯絡或至急診室就診。

你的個案管理師：_____ 電話：05-2756000 轉_____

- 建議您：
1. 血尿、血便(黑便)、嚴重腹瀉或便秘。
 2. 呼吸急促、寒顫、發燒(顛溫高於37.9°C)。
 3. 暈眩、臉色蒼白、流血不止或大面積瘀青。
 4. 嘔吐厲害無法進食。
 5. 任何其他不尋常之疼痛。


參考資料

臺大醫院-健康教育(2014, 4月)· 面對化學治療-談自我照顧· 取自

<http://health.ntuh.gov.tw/health/new/6227.htm>

陳敏俊、黃采薇、趙子傑、簡淑慧、陳秋慧、陳瑞儀、胡文郁、鄭春秋、周繡玲、許麗珠、楊克平、顧乃平(2017)· 癌症護理學(四版)· 台北：華杏

若您想對以上的內容進一步了解,請洽諮詢電話:05-2756000 轉 95 病房分機 1951、1952

 天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 關心您

2021年10月校閱