

# 化學治療的自我照顧



財團法人佛教慈濟綜合醫院大林分院

若您有任何相關問題請與我們聯絡  
電話：05-2648000 轉 5671



## 備忘錄

日期	治療藥物 及治療日期	檢	驗	備註
		WBC : Hb :    PLT :		
		WBC : Hb :    PLT :		
		WBC : Hb :    PLT :		
		WBC : Hb :    PLT :		
		WBC : Hb :    PLT :		
		WBC : Hb :    PLT :		
		WBC : Hb :    PLT :		

## ☎ 什麼是化學治療？

化學治療是經由口服或注射的途徑，給予化學細胞毒性藥物的一種全身性癌症治療方法。



## ☎化學治療的作用是什麼？

化學治療藥物經由血液或腸胃道的吸收，進入全身循環。主要作用包括：

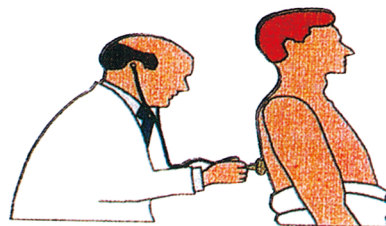
- ◆ 1. 殺滅腫瘤細胞
- ◆ 2. 阻止腫瘤細胞繼續生長
- ◆ 3. 抑制腫瘤新細胞的形成



## ☎那些情況發生時，應立刻就醫？

若出現下列情況，應就醫治療：

- ◆ 1. 發燒體溫高於攝氏 38 度
- ◆ 2. 持續性嘔吐，腹瀉，超過一天以上
- ◆ 3. 尿量明顯減少或一天以上無尿
- ◆ 4. 感染的徵兆出現
- ◆ 5. 血小板過低的徵兆出現



#### ◆ 4. 腹瀉

有些化學治療之藥物會影響腸胃道蠕動而造成腹瀉

#### ※給您的建議：

- (1) 避免高纖食物，如：不食高纖蔬菜及水果
- (2) 避免太油膩食物
- (3) 大便後最好用水洗，維持肛門周圍皮膚清潔

#### ☎最常被化學治療影響的部位有那些？

化學藥物除了殺滅腫瘤細胞外，也會作用於生長快速的正常健康細胞。最常被影響的部位包括：

- ◆ 1. 骨髓：血球細胞生長處
- ◆ 2. 腸胃道：口腔，胃及腸
- ◆ 3. 毛囊細胞：毛髮生長處

## 📞 化學治療常見的副作用有那些？

接受不同化學藥物治療，產生的副作用可能不同。一般常見的副作用有：

- ◆ 1. 噁心，嘔吐
- ◆ 2. 食慾不振
- ◆ 3. 便秘
- ◆ 4. 腹瀉
- ◆ 5. 口腔黏膜潰瘍
- ◆ 6. 骨髓抑制：如：白血球減少；血小板過低；貧血
- ◆ 7. 感染

### ◆ 3. 便秘：

有些化學治療之藥物及止痛劑的使用會產生便秘的副作用

### ※給您的建議：

- (1) 多吃綠色蔬菜及水果等高纖維食物\*
- (2) 多喝水
- (3) 依醫囑使用軟便劑

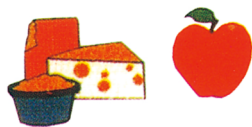


## ◆ 2. 噁心嘔吐，食慾不振：

噁心嘔吐可能發生於治療後數小時

### ※給您的建議：

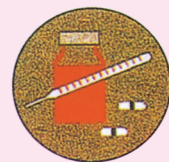
- (1) 少量多餐，減少空腹時間
- (2) 準備您最喜愛的食物
- (3) 食用高熱量，高蛋白且較溫和的食物，如：牛奶，豆漿，蒸蛋
- (4) 避免太甜，油膩及油炸類食物
- (5) 當有噁心發生時，可深呼吸減輕之
- (6) 嘔吐後以開水漱口清潔口腔



## ☎如何自我觀察有無感染的徵兆？

很多抗癌藥物會抑制骨髓製造血球的能力，其中白血球是身體抵抗細菌，預防感染的尖兵。若您的白血球值太低時，就容易發生感染，白血球正常值為  $4000-9000/\text{mm}^3$ 。若有感染，可能出現的症狀有：

- ◆ 1. 發燒體溫高於攝氏 38 度
- ◆ 2. 寒顫
- ◆ 3. 小便時感到疼痛或燒灼
- ◆ 4. 嚴重咳嗽或喉嚨痛
- ◆ 5. 肛門或口腔紅腫熱痛



## ☎如何預防感染發生？

接受不同的化學藥物治療，發生白血球減少的時間也不同，因此發生感染的時間也就不同，您可以與醫護人員討論，瞭解治療後，白血球可能在什麼時候會降低，並採取適當預防措施，預防感染的發生。

- ◆ 1. 避免與感冒的人接觸
- ◆ 2. 避免出入公共場所人多的地方
- ◆ 3. 經常洗手，有良好衛生習慣
- ◆ 4. 避免皮膚傷口，若皮膚乾燥，塗抹潤膚油，防止皮膚皸裂。

## ※給您的建議：

- (1) 每餐餐後以軟毛牙刷刷牙
- (2) 使用醫生指示的漱口水漱口，每 2 ~ 3 小時一次
- (3) 多喝水，每天至少 2000 ~ 3000cc
- (4) 食用軟質及溫和食物，避免辛辣刺激性食物
- (5) 避免煙酒



## ☎發生腸胃道副作用怎麼辦？

常見的腸胃道副作用及給您的建議：

### ◆ 1. 口腔黏膜潰瘍：

口腔黏膜潰瘍常於接受治療後 7 ~ 14 天發生，可能的症狀有：

- (1) 白斑
- (2) 黏膜發紅
- (3) 出血
- (4) 疼痛

## ☎血小板過低時，會出現什麼徵兆？

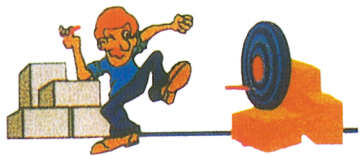
血小板主要是幫助血液凝結，防止出血，若您的血小板過低時，可能的現象有：

- ◆ 1. 皮下有紅點出現
- ◆ 2. 瘀血
- ◆ 3. 不易止血
- ◆ 4. 大便中帶血或解黑便
- ◆ 5. 牙齦出血
- ◆ 6. 鞏膜出血
- ◆ 7. 流鼻血

## ☎如何預防血小板過低引起出血？

若您的血小板過低，應注意：

- ◆ 1. 避免碰撞，小心接觸尖銳物品
- ◆ 2. 使用電動刮鬍刀
- ◆ 3. 使用軟毛牙刷
- ◆ 4. 避免用力解便
- ◆ 5. 避免喝酒
- ◆ 6. 禁止服用含阿斯匹靈的藥物



## ☎掉髮怎麼辦？

有些化學藥物會作用於生長毛髮的毛囊，引起毛髮掉落，但這是暫時的，大多數人的毛髮在停止藥物治療後，會再長出來。

此期間您可以：

- ◆ 1. 戴假髮
- ◆ 2. 戴帽子或以圍巾裝飾頭部
- ◆ 3. 輕柔梳髮及洗髮