

放射線治療須知

制訂日期: 1995-04-01, 最近修訂: 2024-03-19, 編號: RAD-001

【學習重點】

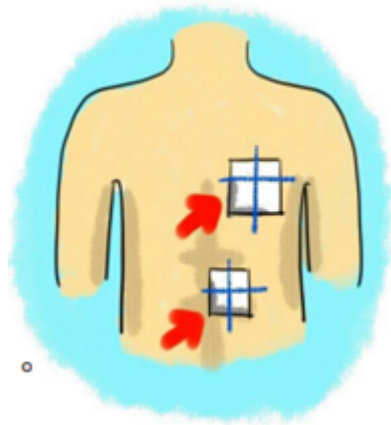
1. 放射線治療會依腫瘤之大小、部位及細胞的特性，繪製放射線，且這些敷料不可撕除。
2. 行放射線治療後，會出現頭頸部、胸部、腸胃道、骨盆腔、皮膚部位副作用有相對應處理方式。
3. 多攝取豐富的蛋白質如肉、魚、蛋、豆類，增加身體抵抗力。

一、何謂放射線治療：

俗稱電療，是利用高能量輻射來縮小腫瘤或阻止腫瘤細胞的生長。

二、治療部位劃線的意義：

醫師依腫瘤之大小、部位及細胞的特性，替病人擬定最理想的治療計劃，並按計劃將照射的大小，以線條描繪在病人皮膚上，作為治療員治療的依據，請病人合作勿搓洗掉這些線條。



三、治療部位之皮膚保養：

1. 放射治療期間要注意穿著寬鬆、柔軟、透氣棉質衣物，避免陽光曝曬及化學性刺激，如：酒精、化妝品、香水等。
2. 皮膚清潔請使用清水及中性脂無香料肥皂(或沐浴乳)清洗後，輕擦乾；當定位線條不清楚時，應由工作人員重新描繪，以確保記號之正確性及治療準確度，以免影響治療效果。
3. 在治療二至五週時照射部位皮膚會出現紅、熱、癢，甚至脫屑、潰瘍等狀況，這些不舒服會持續至治療結束，如出現乾癢症狀，可塗抹水溶性、無香料乳液在皮膚乾燥處，緩解部分不舒服的感受。
4. 皮膚癢的時候不可用指甲去抓，可以輕輕拍或濕敷，勿在照射部位黏貼性的膠布或酸痛貼布，以免撕裂；如搔癢情形難耐，需依醫師指示用藥，避免用力抓癢。
5. 可與醫師討論，使用金盞花軟膏、玻尿酸、親水性乳霜、水凝膠等具保濕效果之護膚產品，預防紅斑及乾性脫屑皮膚反應，如出現皮膚破損處需暫停使用。
6. 剔除毛髮時，請使用電動剃刀代替一般剃刀。
7. 治療部位須減少陽光照射，可採用物理防曬(陽傘、外套等)或使用防曬乳。





四、治療期間飲食須知：

除了煙、酒、辛辣等刺激性食物外無其他特殊禁忌，應採少量多餐、均衡飲食，攝取豐富的蛋白質如肉、魚、蛋、豆類，增加身體抵抗力；如出現進食困難或食慾不佳，可與營養師或醫師討論加入高蛋白粉於飲食中，或增加高能量飲品。如無限水，則建議每日飲水 2000mL。



五、放射線治療可能引起的反應：

部位	反應	處理須知
頭頸部	頭髮脫落	治療停止，頭髮會逐漸恢復生長。
	口腔黏膜炎、口乾、味覺異樣或遲鈍	<p>1. 避免刺激性食物，如：過冷過熱或粗糙食物，不吃檳榔或吸煙。</p> <p>2. 一天二到四次使用軟毛、小頭牙刷清潔口腔，使用無刺激性漱口水漱 15-30 秒(一般漱口水中抗菌成份有：chlorhexidine、povidone-iodin 兩種，不建議使用含 chlorhexidine 或酒精成分之漱口水)，若無限制水分攝取者建議每日飲用 2000mL-3000 mL。</p>  <p>3. 有吞嚥困難或疼痛時，經諮詢醫師開立藥物使用，食物選擇較柔軟、清淡、避免過熱、過酸、辛辣食物。</p> <p>4. 味覺若改變且口腔無破損，烹調時可選用甜味、酸味或味道較濃的食品，經常變換烹調方式，可促進食慾。</p> <p>5. 如有口乾情形，可於正餐食物兩口間喝一口湯或飲品，並可嘗試柔軟、潤滑食物，如：果凍、布丁等，減少攝取乾燥的澱粉類食品，如：吐司、餅乾等，可口含無糖薄荷糖咀嚼口香糖，以增加唾液分泌。</p>  <p>6. 可做咀嚼運動或最大張口運動。</p>
胸部	咳嗽、吞嚥疼痛	<p>1. 多進食含水量豐富的食物，如奇異果、雪梨、西瓜。</p> <p>2. 避免過熱、堅硬、粗糙、酸性柑橘類、含咖啡因食物、不要吸菸。</p>

胃腸道	噁心、嘔心、食慾不振	<ol style="list-style-type: none"> 1.注意食物烹調方法，經常變化烹調方式，增加進食意願。 2.行放射線治療前可少量進食，湯汁及飲料最好在飯後30至60分鐘再飲用。 3.採少量多餐，避免空腹太久，若有噁心嘔吐症狀，可飲用清淡、清涼的飲料。 4.嚴重嘔吐請暫時停止進食，必要時醫師會給止吐劑使用。
	腹瀉、便秘	<ol style="list-style-type: none"> 1.避免粗糙或纖維豐富的食物，如玉米、番薯、芹菜、香菇、筍類。 2.使用細軟的紙或溫水擦洗肛門且隨時做飲食上的調整，注意水份及鈉、鉀電解質的補充，如加鹽、去油的蔬菜湯。 3.當發生腹瀉、嚴重脫水現象，如唾液黏稠、頭暈、虛弱、尿液呈暗黃色時，請立即就醫。 4.醫師會視需要給止瀉劑或輕瀉劑使用。
骨盆腔	排尿或排便習慣改變、生殖影響 (女生陰道纖維化；男生可能有勃起功能問題)	<ol style="list-style-type: none"> 1.可增加水分攝取量(如無限制水分)，經醫師評估許可，可多喝蔓越莓汁。 2.避免濃咖啡、茶和飲酒。 3.如有失禁情形出現，可詢問醫師骨盆底運動方式並開立藥物使用。 4.女生可能出現更年期症狀，可諮詢醫師服用藥物緩解。 5.如有預計懷孕，建議先與婦產科醫師討論。
皮膚	<p>出現搔癢、發紅或黑、乾性脫屑 (乾燥脫皮)、</p>  <p>濕性脫屑 (潮濕破皮)</p> 	<ol style="list-style-type: none"> 1.顏面部：請使用傘、帽子來遮掩陽光直接的照射。  <ol style="list-style-type: none"> 2.頸部：穿無領開襟的衣服，減少對皮膚的磨擦。 3.選擇質料軟、易吸汗的衣服，避免衣服質料刺激或傷害皮膚。 4.治療期間乾癢，可用手指輕拍或按壓降低不適。 5.治療療程結束，可使用乳液改善乾燥脫屑情形。  <ol style="list-style-type: none"> 6.濕性脫屑，依醫師評估使用藥物，保持傷口清潔。

六、結論

放射治療期間，保持定位線條清晰完整，穿著寬鬆、柔軟、透氣棉質衣物，避免陽光曝曬；應少量多餐進食，可選擇軟質、高蛋白的食物，避免煙、酒等刺激性食物，飯後以軟毛牙刷及無刺激性漱口水漱口。藉由淺顯易懂的圖表，讓自己及照顧者於返家後能輕鬆完成自我照顧。

七、參考資料

1. Cancer Research United Kingdom. (2020). Abdominal or pelvic radiotherapy side effects. <https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/cancer-in-general/treatment/radiotherapy/side-effects/abdominal-or-pelvic-radiotherapy>
2. Cancer Research United Kingdom. (2020). Eating and drinking. <https://www.cancerresearchuk.org/aboutcancer/cancer-in-general/treatment/radiotherapy/side-effects/general-radiotherapy/eating-drinkingduring-radiotherapy>
3. Cancer Research United Kingdom. (2020). Long term side effects of radiotherapy. <https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/cancer-in-general/treatment/radiotherapy/side-effects/long-term-side-effects>
4. Cancer Research United Kingdom. (2019). Side effects of radiotherapy. <https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/stomach-cancer/treatment/radiotherapy/early-radiotherapy/side-effects-radiotherapy> 10
5. Memorial Sloan Kettering Cancer Center. (2019). Diet and Nutrition During Head and Neck Cancer Treatment. <https://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/diet-and-nutrition-during-head-and-neck-cancer-treatment>
6. The Society and College of Radiographers. (2020). Radiation Dermatitis Guidelines for Radiotherapy Healthcare Professionals. (ISBN: 978-1-909802-49-0). <https://www.sor.org/learning-advice/professional-body-guidance-and-publications/documents-and-publications/policy-guidance-document-library/radiation-dermatitis-guidelines-for-radiotherapy-h>
7. Kawashita, Y., Soutomea, S., Umeda M., & Saito, T. (2020). Oral management strategies for radiotherapy of head and neck cancer. Japanese Dental Science Review, 56(1), 62-67.

簡易測驗

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解。

1. 放射線治療是利用高能量輻射來縮小腫瘤或阻止腫瘤細胞的生長。
☐ 是 ☐ 否 ☐ 不知道
2. 治療期間要注意穿著寬鬆、柔軟、透氣棉質衣物，避免陽光曝曬及化學性刺激。
☐ 是 ☐ 否 ☐ 不知道
3. 當定位線條不清楚時，只要照著上次的位置再重新貼一張膠帶就好。
☐ 是 ☐ 否 ☐ 不知道
4. 攝取豐富的蛋白質如肉、魚、蛋、豆類，增加身體抵抗力；如出現進食困難或食慾不佳，可與營養師或醫師討論是否需要加入高蛋白粉於飲食中。
☐ 是 ☐ 否 ☐ 不知道
5. 避免過熱、堅硬、粗糙、酸性柑橘類、含咖啡因食物，不要吸菸。
☐ 是 ☐ 否 ☐ 不知道

評語



全人智慧 醫療典範
愛心品質 創新當責

本站內容為臺中榮民總醫院所有，未經允許請勿任意轉載、複製或做商業用途
臺中榮民總醫院護理部 著作權所有