

## 認識化學治療引起之手足症候群



 醫療財團法人辜公亮基金會和信治癌中心醫院  
KOO FOUNDATION SUN YAT-SEN CANCER CENTER

台北市北投區立德路125號 代表號：(02) 28970011/(02) 66030011

預約掛號：(02) 28971177 網址：www.kfsyscc.org

癌症暨健康篩檢專線：(02) 28971133或(02) 28970011分機3205~8

癌症病人在接受化學治療時可能會引起一些副作用，其中除平時常見的噁心嘔吐之外，某些藥物是會引起手足發紅、腫脹之「手足症候群」情形，其症狀發生時病人會感到非常不適及無法執行日常生活之活動及工作，故必須讓病人了解此一症狀及教導如何改善症狀，使病人能適時渡過其治療階段。

### 什麼是化學治療引起之手足症候群

手足症候群是病人接受化學治療時可能會引起的副作用之一，常見可能造成此副作用的藥物有：Capecitabine (Xeloda)、Fluorouracil (5F)、Doxorubicin (Adriamycin, Doxil)、Liposomal doxorubicin、Cytarabine (Ara-C)、Sunitinib (Sutent) 及 Sorafenib (Nexavar)，在治療一段時間後，可能從手足的細小微血管滲透出微量之藥物，被釋放到組織之中，引起一種局部炎症反應症狀。

### 手足症候群之症狀

您的手及腳趾皮膚可能出現下列情形，但不是每一位做化學治療者都會有類似反應。如發紅、腫脹、容易破裂、刺痛或發燙、手及腳趾會有小水泡、有時皮膚會發硬、感覺非常疼痛。

### 手足症候群對生活的影響

當您一旦發生手足症候群時，可能會因上述的症狀而影響您的日常活動及工作，有時其他部位之皮膚也會有類似症狀，此時請您適度暫停您的家事並立即與醫護人員做進一步討論。

### 早期處理手足症候群的重要性

當您發現手足有發紅及刺痛等上述症狀時，請告知您的主治醫師並配合醫師診治建議進行處理，以避免症狀會越來越嚴重而會持續惡化。醫療團隊人員會於您治療期間留意您的使用藥物之劑量以儘量避免手足症候群的發生。當您發生手足症候群時，醫師則會依每位病人的個別性評估是否將藥物減量以緩解症狀或暫停、停止化學治療，另配合您的症狀給予處方。

### 手足症候群的治療方式

必要時醫師會依您的症狀給予皮膚治療處方，此時請您依照醫師囑咐配合執行。醫師可能會開藥膏（藥膏成份含凡士林、棉羊油、類固醇及乳酸成份等）讓病人擦抹藥膏及口服類固醇處方藥使用，病人擦抹藥物後須帶上棉質手套或襪子（尤其在夜間），以助藥物之吸收。有時某些醫師也會建議服用維生素 B6，為減輕疼痛可請醫師開止痛藥給您服用。

## 注意事項

手足症狀期間最重要的是不能讓症狀繼續惡化並須注意以下事項：

1. 一旦您發現皮膚有發紅時必須要告知醫護人員。
2. 穿著舒適及寬鬆之衣服及鞋子。
3. 在家裡穿著涼鞋，可抬高手及腳部以改善其血液循環。
4. 用冷水或微溫水洗澡，甚至可用冰塊冰敷手足(15-20 分鐘)以使改善腫脹症狀。
5. 使用中性肥皂洗手及洗澡。
6. 洗手及洗澡後勿用毛巾用力擦乾，應採毛巾輕拍方式。
7. 外出時暴露在外之皮膚擦上隔離霜以防症狀更惡化。
8. 使用保護皮膚之潤膚劑，以保持皮膚之濕潤度。

## 應避免之事項

1. 避免手足接觸熱水太久，如：泡熱水澡、泡溫泉等。
2. 避免穿戴太緊的飾品，如戒指、手鍊、手鐲等。
3. 避免穿著緊身衣褲、太緊的鞋子、襪子或手套，影響血液循環。
4. 避免執行高度使用手指之家事，如：栓螺絲之活動
5. 避免執行勞動之粗工作，如：整理花園及粗重之家事
6. 避免快速走路、跑步及有氧舞蹈。

7. 避免走路太久 (超過 10-15 分鐘)。

8. 避免暴露在太陽下或待在室外太久。

9. 避免穿戴洗碗手套，可請別人代替洗碗，以免橡膠會使手部發熱而引起發紅之皮膚脫皮或破裂。

若您使用上述的化學藥物時可早期注意是否有出現手足症候群之情形，當發生上述症狀後立即告知醫護人員及討論如何處理，早期做保護及治療以減輕症狀及避免症狀更惡化，使您減少痛苦及適應治療的過程。

自我照護 201409 版  
護理部 病人與家屬教育小組 印製

## 交通指南

### 一、捷運：淡水線捷運

忠義站下車：5-10 分鐘步行即到醫院

關渡站下車：免費接駁車每 20 分鐘行駛一班次

- ◎ 接駁車站牌在和信醫院正門口及關渡捷運站門口牌處
- ◎ 週六下午及醫院休診日不行駛
- ◎ 班次時間表請參閱 “和信治癌中心醫院與您” 雙週刊或網路查詢

### 二、公車

公車如走中央北路則在「和信醫院」站牌下車；  
公車如走大度路則在「大度立德路口」站牌下車。

- ◎ 大南客運：223、302、小 23
- ◎ 指南客運：308 (竹圍-台北車站)、淡大-北門、淡海-北門
- ◎ 淡水客運：632 (八里-北投)、三芝-台北

