

放射線治療病人之自我照護

一、什麼是放射線治療？

放射線治療俗稱「電療」，是利用高能量的放射線來破壞癌細胞，進而阻止癌細胞生長與分裂。放射線治療是屬於局部性的治療，副作用只發生在照射的部位，且大部份的急性副作用在治療結束後數周內都會慢慢消失。

二、放射線治療副作用有哪些

(一)照射部位常見的副作用：

- 1.腦部：照射後的腦組織會有短暫的組織反應，可能造成頭痛情形，有時還會有嘔吐或偶爾視覺變化情況；照射部位會有落髮情形。
- 2.臉及頸部：治療2到3周，可能出現唾液變濃稠、唾液減少、味覺改變、持續治療5到7周時，就會引起口腔黏膜紅腫、口乾、吞嚥疼痛困難、甚至胃口喪失情形。
- 3.胸部：會引起食道黏膜發炎，會有喉嚨異物感、吞嚥疼痛、咳嗽。若大範圍照射涵蓋骨髓範圍較多時，可能引起造血功能傷害，引起白血球、紅血球或血小板降低。
- 4.乳房：照射部位皮膚發紅或因淋巴積聚造成乳房腫脹或疼痛。
- 5.腹部：噁心、嘔吐、腹瀉、腹部絞痛、頻尿症狀。若照射部位包含會陰部，男性可能會暫時性或永久性功能障礙、精蟲數量與受孕能力下降；女性可能會引起停經或是停經症候群。
- 6.皮膚：皮膚照射是體外放射治療不可避免的問題。絕大多數病人治療初期皮膚少部份會在治療24小時內可能出現短暫不明顯紅斑及溫熱感，治療2~3週後出現第一級紅斑，局部皮膚輕度紅熱；如果繼續治療可能出現第二級紅斑，皮膚較紅、熱、癢、表面毛髮脫落，並開始出現色素沈著，乾性脫屑，多數照射反應止於此劑量再高（約治療5週以上），則可能出現第三級紅斑，皮膚腫呈暗紅色、腫痛、起水泡、脫皮處有滲出液。因此，皮膚之照護顯得重要。

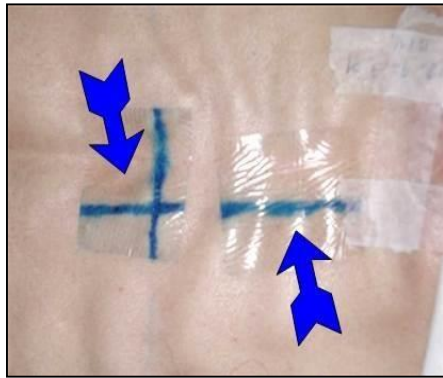
圖	例	CTCAE 分級說明	CTCAE 分級
		皮膚顏色淡淡發紅或乾性脫屑	第一等級
		皮膚顏色輕輕地中度發紅、小範圍的濕性脫屑(大部分侷限在皮膚皺摺處)、中度水腫狀況	第二等級
		大範圍的濕性脫屑(皮膚皺摺以外之範圍)、有出血現象增加	第三等級
		皮膚潰瘍或壞死到真皮層、自發性出血狀況嚴重、且需考慮皮膚移植	第四等級

三、放射線治療期間之日常照護

(一)疲倦：在治療過程中身體會需要較多能量修復組織，所以會感覺特別疲倦，此時建議可利用白天的空檔多休息及補充睡眠。

(二)皮膚反應：受照射的皮膚會較為敏感、乾燥，此時建議

1. 穿著衣物要以棉質寬鬆吸汗為主，女性病人不要穿戴胸罩，避免皮膚磨擦而導致破皮，產生傷口。
2. 照射部位避免不必要的摩擦，避免戴耳環、項鍊、穿硬領襯衫或有腰帶的衣服。
3. 不要磨擦或抓、刷治療部位的皮膚。
4. 不可洗去定位的線條或標誌(圖一、二)。
5. 沒有醫生的同意，不要使用肥皂、痱子粉、化妝品，塗抹於治療部位的皮膚，可能會影響皮膚的治療劑量分佈或延遲皮膚復原時間。
6. 治療部位不可熱敷或冰敷，熱水會傷害治療部位脆弱的皮膚請用溫水清洗治療部位。
7. 若需要刮鬍子或除毛時務必使用電動刮鬍刀，避免使用剃刀、刮鬍膏或去毛劑，避免皮膚傷害。
8. 避免陽光曝曬照射部位，於室外儘量用撐陽傘、戴帽子、並著長袖衣服遮蔽陽光。



(圖一)



(圖二)

- (三)口乾：在治療過程中引起唾液腺功能降低及口水減少，建議時常飲用冰涼飲料或嚼口香糖，避免抽菸、喝酒刺激口黏膜使黏膜更乾，必要時可使用人工唾液。
- (四)噁心、嘔吐：在空腹情況下症狀會較輕微，避免油炸或是高脂肪含量食物。建議少量多餐的進食且以溫和好消化食物且細嚼慢嚥以幫助消化。
- (五)腹瀉：調整飲食為清淡的流質飲食，如白稀飯、蘋果汁、柳橙汁、撈去浮油肉湯，避免進食高纖維含量或易引起腸胃道痙攣脹氣的食物，如質地較粗蔬菜水果、豆類、含穀類食物、刺激性食物。

參考資料：

1. 張郁敏、李易靜、張璿方 (2018)。照護一位初次接受放射線治療之肺癌個案護理經驗。源遠護理，12(3)，60-66。[https://doi.org/10.6530/YYN.201811_12\(3\).0008](https://doi.org/10.6530/YYN.201811_12(3).0008)
2. 陳韻之、王裕仁 (2017)。臨床併用放射線治療與免疫治療之進展。台北市醫師公會會刊，61(4)，34-39。doi:10.29739/JTMA.201108.0003
3. 張黎露等(2015)。放射線治療之皮膚炎預防及照護指引。腫瘤護理雜誌，15(增訂刊)，81-98。<https://doi.org/10.3966/168395442015121503006>
4. 楊蕙芳、蔡雪雅、周英香、李岳駿 (2021)。乳癌病患接受強度調控放射治療與護理照護介入之皮膚反應分析。秀傳醫學雜誌，20(1)，8-14。
<https://doi.org/10.3966/156104972021062001002>
5. 蔡旻君、邱哲琳、楊雀戀 (2018)。癌症化學及放射線治療副作用的營養照護。臨床醫學月刊，82(6)，730-733。doi: 10.6666/ClinMed.201812_82(6).0134
6. Hegedus, F., Mathew, L. M., & Schwartz, R. A. (2017). Radiation dermatitis: an overview. International journal of dermatology, 56(9), 909-914.doi:10.1111/ijd.13371

諮詢電話02-26723456轉6461

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院