

化學治療常見副作用預防及改善方法

✚ 噁心、嘔吐

1. 原因：
化學藥物刺激到延腦的嘔吐中樞。
2. 預防：
 - (1)作化學療法前，切勿大量進食。
 - (2)少量多餐，避免胃部過脹。
 - (3)避免油膩太甜及味道過重之食物。
 - (4)可喝清涼的飲料。
3. 改善：
 - (1)暫時禁食。
 - (2)可坐起或抬高頭部。
 - (3)維持口腔清潔，並於嘔吐後漱口。

✚ 白血球降低、貧血反牙齦出血或皮下產生出血點

1. 原因：
化學藥品會破壞人體內之網狀內皮系統，抑制骨髓的造血機能。
2. 預防：
 - (1)應多攝取高蛋白質及高熱量之食物
 - (2)避免碰撞及穿緊身衣褲。
 - (3)使用軟毛小牙刷，減少對牙齦之刺激
 - (4)作化學療法前，先做血液之檢驗，若低於正常值，可能需降低藥量或待血液值正常 後才做此治療

✚ 掉髮、黑斑

1. 原因：
化學藥物較易破壞分裂較快之細胞如：皮膚，毛髮，骨髓。
2. 預防：
 - (1)使用中性的含蛋白質洗髮精且充份潤絲。
 - (2)避免過度洗頭及吹整。
 - (3)行化學治療時，可睡冰枕使頭部血管收縮，減少掉髮機率。
3. 改善：
 - (1)配戴頭巾或假髮。
 - (2)化學治療停止後頭髮將繼續長出。

✚ 口腔黏膜潰瘍

1. 原因：
同上
2. 預防：
 - (1)餐後及睡前刷牙、漱口。
 - (2)避免過熱及酸冷之食物。
3. 改善：

化學治療常見副作用預防及改善方法

(1)以棉籤或紗布清潔口腔直到症狀減輕

(2)避免再戴假牙。

(3)預防感染，每二小時漱口。

便秘，腹瀉

1. 原因：

藥物影響自主神經系統造成。

2. 改善：

腹瀉：吃清淡飲食，止瀉劑，嚴重時則需注射點滴。

便秘：多攝取水分，蔬果或使用軟便劑。

小便之改變

1. 原因：

藥物是經由腎臟代謝，故會影響腎功能。

2. 預防：

治療過程中需持續注射大量點滴，以減少腎臟之毒性。

3. 改善：

出現尿液減少時，則需使用利尿劑，協助將尿液排出。