

口腔及喉嚨潰瘍的照護

因為化療藥物會破壞口腔內及喉嚨黏膜的細胞引起潰瘍，造成口腔組織乾燥及疼痛，有時也會因疼痛而疏於清潔造成感染，在化學治療期間受到感染很難處理，因此預防感染相當重要。

✚ 預防感染方法：

1. 在開始進行化學治療前，可以先找牙科醫師先將牙齒徹底清潔，將蛀牙、牙齦疾病、或是沒有裝好的假牙都先行處理。
2. 每日三餐飯後及睡前使用軟毛牙刷或海綿牙刷，可以減少口腔組織受到傷害。選用較無刺激性的漱口水，避免使用含有酒精成份。
3. 牙刷在每次使用後都要好好清洗，並放置乾燥的地方。
4. 每次刷牙後，觀察自己的牙齒是否有殘渣及口腔黏膜是否有泛紅、泛白或潰瘍的情形。
5. 牙齦較敏感或已經受損破皮潰瘍，可只用濕棉花棒清潔牙齒或以漱口水清潔口腔。
6. 飲食注意事項：
7. 多食用清涼食物避免熱食，以免刺激潰瘍處。
8. 避免吃太鹹或添加刺激性調味品的食物。
9. 可以吃一些軟質好入口的食物，如滑蛋、奶昔、布丁、軟性水果如香蕉、蘋果泥等。
10. 避免一些較酸的果汁如：柳橙汁、檸檬汁或食物，如蕃茄、柳丁。
11. 選擇高熱量、高蛋白之食物以促進細胞修復。

✚ 口腔潰瘍疼痛處理：

1. 選擇較溫和的 0.9%生理食鹽水或是不含酒精的漱口水，避免使用較多鹽份或酒精成份的市售漱口水，以免刺激性太強造成疼痛。
2. 若疼痛厲害則請醫師開止痛藥。
3. 如果口腔已潰瘍，請告知醫師，並依醫囑使用藥膏，以減輕疼痛，塗抹時應和傷口垂直方向輕輕給藥，勿用力水平塗抹，以免傷口二度傷害。
4. 使用含皮質類固醇粉劑藥物 Salcoat，以特殊裝置噴灑患處，加速癒合。
5. 必要時醫師會開立抗炎類固醇類藥膏直接塗抹於患處或 Nystatin(Mycostatin; 紐黴素)藥錠治療口腔念珠菌的感染(劑量依醫師處方使用)。
6. 疼痛厲害影響進食時，可以 2%Xylocaine solution 15ml 口含 5 分鐘吐掉(每二小時及三餐飯前 15-20 分鐘使用)。