



腦部放射線治療副作用及處置

腦部腫瘤之治療一般以外科手術治療為主，有時輔以放射線及化學治療。手術治療期望能將腫瘤切除乾淨，但如果腫瘤生長部位在腦幹、重要血管神經部位或呈現放射線生長時，就無法將腫瘤完全切除乾淨，此時放射線治療的角色相形重要。至於惡性腫瘤，因絕大多數的腫瘤呈侵潤侵襲性生長，與正常腦細胞混雜交錯在一起，彼此分界模糊，故開刀根本不易完全切除因此手術後需輔以放射線治療少部分患者甚至必須另加上化學藥物治療。一般而言，放射線治療的副作用與照射的部位、照射範圍的大小與照射劑量高低的相關性較高。

□ 疲倦

放射線治療時，病人常會感到倦怠。大約放射線治療後的 4 到 8 個星期，可能會變得嗜睡而且失去食慾。這些症狀會持續幾個星期，但治療結束後通常會自動消失。

- 充分的休息和足夠睡眠。
- 在感到疲倦時，減少日常活動與適度增加休閒娛樂的比重。
- 如果仍在上班，可將治療時間安排在靠近下班時間，以便在治療結束後回家休息，以兼顧治療與工作。
- 日常生活中的用品採購、小孩接送、居家打掃或每天的醫院往返，若親友偶爾幫忙您一些，有助於節省您的體力，以順利的完成治療。

□ 食慾不振

- 藉由少量多餐的方式增加進食量，並採高蛋白、高熱量的飲食，例如牛奶、瘦肉、魚、蛋等。
- 每天變化不同的菜單，注意菜色的搭配與口味，以引起病人的食慾。



- 營造輕鬆、舒適、溫馨的用餐環境，必要時可放些輕柔優雅的音樂，或變換餐巾的顏色與餐具的變化。
- 在蔬菜中添加高熱量的奶油或乳酪，可兼收調味與提高熱量的好處。
- 準備病人喜愛的食物或一些隨身的小零嘴，想吃時馬上可以食用。
- 每天至少喝 2,000c.c.的水或飲料果汁，水果請攝取新鮮帶皮之水果。
- 除了三餐正常吃以外，視情況補充高蛋白營養品(如亞培安素、立攝適、補體素...)及綜合維他命等。
- 高蛋白營養品可視病人喜好加水稀釋，或加溫、加冰塊飲用，但開封後24小時內需喝完，否則容易滋生細菌，造成腸胃不適，甚至引起腹痛、腹瀉。
- 避免抽菸、喝酒、吃檳榔，過冷、過熱、辛辣及刺激性食物。
- 因市售營養品、保健食品種類繁多，請確定物品來源與內容物的安全性，或者可詢問您的醫師或營養師是否可食(飲)用。

☐ 噁心、嘔吐

有些人在進行全腦照射後1週內，會有噁心、嘔吐或是頭痛的症狀，這是因為腦壓增加的結果。必要時醫師會開立類固醇或止吐藥及止痛劑來減緩不適感。

- 少量多餐，並避免在治療前一小時內進食。
- 食用冷藏或室溫之食物，如三明治、麥片及甜點，因熱食的味道會加重噁心的感覺。
- 食用清淡的流質飲食可緩和噁心的感覺，如果汁、汽水。餅乾、土司等食物也很適合。
- 嘗試酸的食物，如檸檬、酸硬的糖果，並避免甜、油膩及辛辣的食物。



- 避免接觸到會令你噁心的氣味，保持空氣新鮮與流通。
- 必要時醫師會開立止吐劑，以預防或減輕噁心感或嘔吐情形。

☐ 掉頭髮

頭皮發紅、毛髮脫落(掉頭髮)於照射約 2-3 週後會開始掉落，劑量越大掉落多，停止治療數星期至數個月後大多會再長回來。大部份人於治療停止後可再生，但是長得比較慢、髮質細且捲。如果您因為掉頭髮後感覺刺痛或不適，可以選擇戴帽子、包頭巾或戴假髮，避免染髮。

☐ 放射線皮膚炎

皮膚發生變化也是很常見的，如：頭皮和耳朵可能會變紅、變癢。照射到的皮膚在第 5 週、第 6 週會有紅腫熱痛的感覺，這是放射線皮膚炎，只要停止照射，給予藥膏處理即可。治療結束左右兩週左右皮膚就會恢復，但皮膚顏色變黑有時需要較長時間才會恢復到治療前的膚色。

- 每次放射線照射治療完，以冷毛巾做局部濕敷，可減緩局部皮膚炎症反應。
- 若要使用清潔劑(洗髮精)，宜選用溫和、中性洗髮精。
- 治療部位不可熱敷或冰敷，即使是一般的熱水也會傷害治療部位脆弱的皮膚，請用溫水來清洗治療部位，且清洗後立即保持乾燥，以柔軟吸水的布輕柔貼乾即可，切勿摩擦或刮、刷治療部位的皮膚。
- 在放射線治療結束後的半年到一年，治療部位的皮膚仍要減少陽光的曝曬，出門前撐陽傘或戴帽子等。

☐ 記憶力減退

有一些副作用可能在治療終止之後產生，或者持續一段時間，例如記憶力減退的發生。預防記憶衰退的好辦法就是適當的運動加上多用



腦，多練習記憶。玩玩填字遊戲、做一點重於口頭表達的記憶遊戲。可以背誦一些詩詞或短文，養成寫日記或週記的習慣，或者在睡前回憶一下當天經歷的事情，將未完成或重要事項寫成備忘錄，這些都是鍛鍊記憶力的好辦法。

~聯絡電話：02-2672 3456 分機 6038 / 6039~