



食道放射線治療副作用及處置

食道癌通常不太容易早期發現，所以當食道癌被診斷時，疾病多半已發展到相當階段，不易作根除性治療。因此當確定診斷以及做完癌症分期的檢查之後，面臨的即是選擇適當的治療方式。在選擇治療時，必需考慮的因素包括：病人的健康狀況、癌症的分期以及病人與家屬的接受與配合度。食道癌的治療，不外乎以外科手術、放射線治療與化學治療等三種方式。外科手術切除是早期（一、二期）食道癌的主要療法，然而只有少數病人在診斷之時是屬於早期的。多數情況下，發現時已屬三期以上的腫瘤，此時由於遠處轉移之比率很高，施行手術可以完全切除的機會相對也就較小，因此非手術的放射線治療便成為替代的局部治療方式。

☐ 疲倦

- 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，若有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。
- 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

- 治療前減少進食量待噁心感減退後，再適時補充營養。
- 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。
- 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。

☐ 皮膚反應

開始放射線治療約 2-3 周後，照射部位的皮膚會出現如日曬過度的逐漸變紅變黑及較為敏感，正猶如被陽光久曬一樣，皮膚也會變得較為乾燥，有時還會出現較為嚴重的皮膚反應，如脫皮、疼痛或有滲出液，特別是在皮膚的皺褶處或易摩擦處，通常治療結束後數週會逐漸恢復，但有的病人皮膚顏色可能會較以往深一點。

- 治療部位不可熱敷或冰敷，使用溫水清洗即可，再用毛巾輕輕的壓乾，不可用力刷洗，清洗後立即保持乾燥。



→ 每次治療「前」6 小時照射部位皮膚不可塗任何乳液、嬰兒油、蘆薈膠或藥膏(劑)。

→ 每次治療「後」照射部位應執行皮膚照護：

○ 照射部位點擦保濕霜/修復霜並輕拍至完全吸收。

◆ 完整皮膚照顧一天 2 ~ 4 次。

◆ 若治療部位皮膚開始變色(變紅)，請隨時增加保濕霜/修復霜使用次數。

若照射部位皮膚出現發紅或破皮情形，應由醫師評估後開立適合的藥膏擦拭，請勿自行塗任何乳液或藥膏(劑)等。

→ 穿著的衣物盡量以大圓領或背心式的款式尤佳(寬鬆吸汗的棉質材料為主)。

→ 男性病友請勿使用刮鬍刀和刮鬍膏等，最好使用電動刮鬍刀，輕輕刮除。

→ 治療部位不可自行黏貼膠帶或使用痠痛藥布。

→ 治療結束後的半年內，治療部位的皮膚仍要減少太陽的曝曬，出門前撐陽傘、戴帽子或著長袖衣服。

☐ 食道發炎

位在縱膈腔內的食道因放射線的傷害，產生放射線食道炎，通常於治療開始後二週左右病人會出現喉嚨乾、痛，吞嚥困難的現象。

→ 提供流質或半流質飲食：若是病患進食困難時，提供稀飯、麵條、肉粥、蛋、魚、豆腐、冬瓜等食物調製成半流質飲食，或是以牛奶、果汁、豆漿等流質飲食來餵食病人。



- 增加進食的餐數：因為病患進食困難，若是要勉強病患攝食正常的份量或許會造成反效果，導致病患厭食或嘔吐，所以可以改採少量多餐的方式，以維持營養狀態和消除飢餓感。
- 忌用刺激飲食：辛辣刺激的菸、酒、咖哩、辣椒、胡椒、芥末等不宜吃，油膩、煎炸煙薰、燒焦、醃漬的食品應避免食用，以免加重病情。
- 食物的溫度避免過熱或過冷，因為冷食會刺激狹窄的食道會發生痙攣，引起嘔吐疼痛。過燙的的食物對食道是不良的刺激，會使傷口惡化。
- 多攝取維生素 A：富含維生素 A 和胡蘿蔔素的食物，可以增強身體的抗病能力，抑制癌細胞的生長和分化。所以，蛋黃、牛奶、番茄、胡蘿蔔、橘子不妨多吃。

☐ (局部) 肺部發炎、咳嗽

放射線肺炎通常發生在放射線治療後一個月至一年內，有時也有可能在治療期間內發生，症狀為持續性乾咳、或併有氣促、發燒。此時醫生會評估給予低劑量的類固醇以緩解症狀。避免刺激性或太甜的食物（因太甜會生痰）、多喝溫開水並注意鼻腔及頸部的保暖。

☐ (局部) 肺部纖維化

胸部放射線治療可能導致局部肺組織的永久改變，此改變稱為放射線性肺部纖維化，纖維化很像結疤，多數病人因纖維化程度不高不會有任何症狀，若範圍過大才可能會干擾到肺的正常功能，通常若已造成肺纖維化就很難恢復。

~聯絡電話：02-2672 3456 分機 6038 / 6039~