



## 骨盆腔(婦癌)放射線治療副作用及處置

骨盆腔放射線治療可能會引起治療部位皮膚發紅或變黑、容易疲倦、腸絞痛、腹瀉、頻尿及泌尿系統發炎等現象；但是這些症狀應在停止治療一段時間後會消失。副作用並不是每人都一樣，因人而異。常見於子宮頸癌、陰道癌、子宮內膜癌等的病人。以下是一般常見骨盆腔放射線治療的反應及處理方式：

### □ 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。

### □ 腹瀉、腹痛

接受放射治療時，周圍組織如直腸或小腸亦受到部份照射損傷，故出現腸炎、腹瀉症狀。

- 少量多餐並食用清淡流質飲食以讓腸道獲得休息。
- 避免刺激性的食物，例如咖啡、茶、調味太重的食物、太甜的食物。
- 若乳製品易造成腹瀉現象，則應避免食用牛奶及奶類製品。
- 當腹瀉時，可能會喪失鉀離子。除非不能補充，否則可以在飲食中增加一些高鉀的食物，例如香蕉、橘子、馬鈴薯等。



- 避免吃高纖維質的食物；例如蔬菜、水果等。如果要食用這類食品，可以打汁過濾後再食用。
- 必要時由醫師開立止瀉藥物的使用。

#### ☐ 頻尿、解尿疼痛

可能因膀胱受到部份照射，而引起膀胱組織彈性差、血管壁較脆弱及發炎反應。

- 多喝水、不憋尿。
- 注意個人衛生。如多淋浴少盆浴，女性如廁後應由前往後擦。
- 充分睡眠及休息，以增加免疫力。
- 可多喝蔓越莓汁或服用蔓越莓濃縮膠囊，可防止大腸桿菌附著在膀胱，明顯降低尿道中的細菌生長。
- 避免咖啡因、碳酸飲料、咖啡、巧克力及酒。
- 必要時由醫師開立抗生素等藥物的使用。

#### ☐ 直腸黏膜炎

因直腸黏膜發炎刺激造成「裡急後重」感，就是會有一直想排便的感覺，但不一定每次都解便，可由醫師開立消炎藥物服用即可改善。

#### ☐ 陰道沖洗

依據治療需要且無陰道出血現象，需執行陰道沖洗；每日沖洗一至二次，約持續半年以上，以減少發炎、感染及陰道纖維化而沾黏的機會。



\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日 ~ \_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日每日沖洗二次；

\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日 ~ \_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日每1~2日沖洗一次

陰道沖洗步驟如下：

- (1) 洗手。
- (2) 使用前用煮過的溫開水清洗灌洗器。
- (3) 200毫升的煮沸過的溫開水中，約加入5-20ml的水溶性優碘。
- (4) 坐在馬桶上雙腳張開。
- (5) 用水溶性的潤滑液潤滑灌洗器噴嘴。
- (6) 以拇指及食指分開陰唇，然後將灌洗器噴嘴插入陰道約5-6公分（約小指之長度）。
- (7) 將灌洗液擠出，並讓其自然流出。
- (8) 移出灌洗器，不要立刻站起來，應保持坐姿數分鐘。
- (9) 完成後清洗會陰部位，以非刺激性棉織布或衛生紙輕輕拍乾。
- (10) 清洗灌洗器，並讓其自然風乾。

放射治療應定期回診追蹤檢查，並定期回婦科做抹片檢查，以確定治療效果及評估是否有腫瘤復發、轉移或後遺症。一般原則至少每半年檢查一次。

~聯絡電話：02-2672 3456 分機 6038 / 6039~