

衛教編號: CM-003

2006.12.06 訂定
2023.07.15(5 修)
2016.05.24(9 審)



肺腫瘤化學治療副作用及居家照護



全人智慧 醫療典範

愛心 品質 創新 當責

經胸腔內科醫師檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

在日漸發達的醫學科技中，對於肺癌的治療已有多元的介入方式如化學藥物、標靶藥物、免疫藥物、放射線治療、手術等，其中化學治療為首選的治療方式。

化學治療是使用藥物抑制、殺死腫瘤細胞。可由口服或注射的方式給予，在肺部腫瘤的治療是一個很常見的方法。化學治療的過程通常會伴隨許多副作用，良好的照護可以減輕副作用。病人、家人與醫療人員共同參與照護，可讓病人獲得最好的療效與降低副作用的不適。以下是化學治療中的注意事項，需要大家一起注意。

一、治療時需要注意的變化

(一) 注射部位的變化：靜脈注射化學藥物時，**注射部位如有發紅、疼痛感、腫脹**情形，請即刻告知醫護人員處理。

(二) 身體不適：不同的藥物會有不同的身體不適，程度也不同。常見的不適有噁心、嘔吐、發燒...等，當發生這些不適時請儘快告知醫護人員，可即早處

理，減輕不適。

(三) 過敏症狀，如：皮膚癢、蕁麻疹、呼吸困難、胸悶。

二、化學治療常見的副作用及處理方法

(一) 食慾不振、倦怠

治療中胃口會變不好，吃不下或東西變不好吃，此時可以少量多餐，於兩餐間增加點心。選擇病人喜愛的食物增加飲食攝取。高蛋白、高熱量的食物也可增加，但不要過油、過鹹。如仍無法進食以致體重下降，建議至門診或急診尋求專科醫師協助，適當給予點滴補充。

(二) 噁心、嘔吐

噁心及嘔吐起始時間因人而異，針對容易導致噁心及嘔吐的藥物，醫師會先給予預防性止吐用藥，並且開立藥物返家使用，如出現噁心感，可立即服用，預防嘔吐情形發生。通常症狀約 3-5 天開始，會有輕度噁心感，爾後伴隨著嘔吐的情形發生，

約 10-14 天後症狀會逐漸改善。

1. 進食應採**少量多餐**，選擇清淡易消化的食物，細嚼慢嚥，勿於進食過程同時進食湯湯水水的食物，避免產生過度飽滿感。如出現噁心、嘔吐情形，暫時不要吃東西，待症狀緩解後再進食。
2. 因噁心嘔吐症狀會影響病人食慾、進食量減少下營養需求不足，建議於平時可提供**高熱量、高蛋白質的食物**，避免甜、油、炸、過鹹及辛辣的食物。
3. 出現輕度噁心感時，可做些活動轉移注意力，例如看電視或報紙、與他人聊天、聆聽音樂等。
4. 進食後的 1-2 小時勿立即平躺，因容易產生嘔吐、嗆咳情形。
5. 不慎出現嘔吐情形時，應行口腔清潔，避免口腔衛生不佳引起噁心感。
6. 如化療後出現噁心嘔吐，可記錄症狀產生的時間及頻率，於返診時與醫師討論。

(三) 口乾、口腔黏膜發炎或潰瘍

口腔黏膜約 5-14 天開始出現黏膜破損而有疼

痛感，破損範圍擴大即演變為潰瘍，此時容易影響進食、造成感染，因此更應注意預防口腔黏膜損傷。

1. 於三餐飯後、睡前及早上起床刷牙、漱口，**保持口腔清潔衛生**。



2. 避免吃刺激性食物，如辛辣、油炸，選擇容易吞嚥的食物。

3. 每天於口腔清潔後，以鏡子自我檢查口腔的黏膜，包含口腔內雙頰、舌頭、上顎處，觀察有無刺激感、破損或是白色點狀，黏膜發炎時，使用軟毛牙刷清潔口腔，若情況嚴重、出現疼痛問題，應告知醫護人員，適時使用藥物如殺菌漱口水、口內膏、止痛藥物，以緩解症狀。



(四) 白血球降低、抵抗力減弱

化學治療後 7 至 14 天體內白血球容易降至最低

點，此時身體抵抗力也開始降低，容易出現感染的問題，所以平常即要做到保護自己避免遭受感染，要注意：



1. **洗手是最有效預防感染的措施**，使用肥皂、洗手乳洗手洗兩分鐘，可消除手掌上殘留的細菌。吃飯前、上廁所後以及觸碰到有灰塵的地方時一定要洗手。
2. 外出時戴上口罩，避免產生呼吸道感染。
3. 保持身體乾淨、黏膜完整，包含洗澡、洗頭、修剪指甲
4. 使用軟毛牙刷刷牙，避免傷害牙齦。
5. 食物一定要煮熟，**絕對禁止吃生的食物**(生菜沙拉、生魚片、半熟蛋、半生熟的肉品等)，選擇可以削皮的水果，如：蘋果、橘子、葡萄、香蕉等，治療期間**增加蛋白質攝取**(如：蛋、豆、魚、肉類)。
6. 可適當使用益生菌幫助腸胃蠕動，避免飲用優酪乳。

7. 盡量避免前往公共場所，遠離感冒及其它具感染力之病人。

如需前往公共場所，可佩戴口罩、穿著保暖衣物，不隨意接觸較骯髒的環境，避免遭受感染。



(五) 腎臟功能遭受到破壞

因肺腫瘤病人初次行化學治療時，因藥物作用，造成腎臟細胞受損，產生壞死，導致出現急性的腎臟功能損傷，此影響可藉由照護措施來預防。

1. 平時增加水分攝取，每日至少 2000 毫升以上，保持腎臟的循環。
2. 每一天**觀察排尿量**及排尿次數有無減少，如排尿有灼熱感或疼痛、持續頻尿、尿急感、紅色或粉紅色的尿液、或無尿時，應告知醫師。
3. 定期返診抽血監測腎臟功能及尿液常規變化。

(六) 脫髮

掉頭髮一種暫時性現象，於結束藥物治療的數月後大多可恢復，治療期間可以選擇適當的修剪頭髮，

於外出時佩戴帽子、頭巾或是假髮來保護頭部。

(七) 周邊神經病變

因藥物副作用導致出現周邊神經症狀如：疼痛、肢體麻木、感覺喪失、反射動作遲鈍等，如果有相關症狀應立即告知醫護人員。小心使用尖銳物品(刀、剪刀)，避免意外發生，保持手腳暖和(可戴手套、穿襪子)。藉由適當補充維他命 B 群來改善症狀。

三、其他化學治療相關居家注意事項

- (一)、依照醫師治療的計劃定期返院追蹤檢查，治療結束後約一週需返診抽血追蹤，以便瞭解化學治療的變化。
- (二)、平時應該增加**新鮮食物攝取**、維持體力、維持營養，早日提升體內製造血球功能，增強身體抵抗力。
- (三)、如有**發燒**(耳溫大於攝氏 38 度)、持續咳嗽無改善、排尿燒灼感等症狀應懷疑感染產生，應立

即就醫。

(四)、**保護自己、避免受傷流血**，觀察身上有無出現異常出血情形包含：瘀斑、流鼻血、血尿、血便等現象。

四、總結

常見肺腫瘤化學治療之副作用包含食慾不振、噁心及嘔吐、口腔黏膜損傷、白血球降低、腎臟功能損傷及脫髮等，於返家後應繼續注意有無出現藥物副作用，按時返診追蹤，當出現副作用時，應與主治醫師討論病情，藉由適切之照護方式，緩解身體不適，並改善生活品質，勿自行中斷療程，延誤治療時機。

五、資料來源

財團法人台灣癌症基金會（2021）。*肺癌大小事*，2，01-22。

財團法人癌症基金會（2021）。*白血球下降的照顧*，01-02。

Daugėlaitė, G., Užkuraitytė, K., Jagelavičienė, E., & Filipauskas, A. (2019). *Prevention and treatment of chemotherapy and radiotherapy induced oral Mucositis. Medicina (Kaunas), 55(2).* <https://doi.org/10.3390/medicina55020025>

Zajączkowska, R., Kocot-Kępska, M., Leppert, W., Wrzosek, A., Mika, J., & Wordliczek, J. (2019). *Mechanisms of chemotherapy-induced peripheral neuropathy. International Journal of Molecular Sciences, 20(6).* <https://doi.org/10.3390/ijms20061451>

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 洗手是最有效預防感染的措施。

是 否 不知道

2. 食物一定要煮熟，絕對禁止吃生的食物

是 否 不知道

3. 若在接受化學藥物時，注射部位有發紅、疼痛感、腫脹情形，不需要即刻告知醫護人員處理。

是 否 不知道

4. 施打化學藥物可能有食慾不振、噁心嘔吐、脫髮等副作用，並非每個人都會發生。

是 否 不知道

5. 三餐飯後、睡前及早上起床刷牙、漱口，保持口腔清潔衛生並使用軟毛牙刷刷牙，避免牙齦有出血情形。

是 否 不知道