

## 化學治療對身體的影響 口腔黏膜破損衛教指導-4



### ❖化學治療對身體的影響—口腔及喉嚨黏膜破損

由於口腔細胞生長速度很快，因此很容易受到化學治療藥物或放射線治療的影響。所以化學治療及放射線治療期間應做好口腔衛生，以預防口腔潰瘍、疼痛不適等。

### ❖平時便應注意以下的口腔保健方法：

- ◇餐後五分鐘內與睡覺前應以軟毛牙刷或棉籤清洗牙齒、牙齦與舌頭，並以有蠟牙線清除牙縫的食物殘渣。
- ◇若有活動假牙，應於三餐飯後取出清洗，睡前也應取出，隔日再戴用。
- ◇若無疾病的限制(如心臟衰竭或洗腎病人等)，每天補充水分 3000 毫升，以增加口腔的濕潤度。
- ◇選擇軟質、溫和性飲食(如滑蛋稀飯、布丁、豆花)或流質食物(如豆漿、營養品或將食物攪打成液狀)。
- ◇避免過熱、辛辣、油炸、質硬之食物，拒絕菸酒、檳榔以減少對口腔黏膜的刺激。
- ◇適時補充維生素 B 群、維生素 C 可幫助傷口癒合。
- ◇若有蛀牙，應於接受化學治療前修補完成，以免造成嚴重感染。

**除了遵守以上的原則以外，當您出現口腔及喉嚨黏膜破損的問題時該怎麼辦呢？**

#### ➤口腔嘴唇乾裂時：

- 1.每 2 小時漱口一次，甘草片（一片）＋綠茶包（一包）＋500cc 熱開水泡製 10-15 分鐘後，將茶包及甘草片取出，即可作為漱口水使用。
- 2.不要舔嘴唇，以油性護脣膏塗於嘴唇乾裂處。

➤口腔及喉嚨黏膜發紅、發炎及念珠菌感染時：

- 1.每 2 小時以鹽水(半茶匙的食鹽加上 240 毫升的水)漱口一次，尤其是飯後的口腔清潔更應注意。
- 2.口腔黏膜破皮時，可以棉枝取代牙刷進行口腔清潔。
- 3.返診時，請告知醫師口腔情形，醫師會依您的病情需要，開立漱口水、藥膏，當醫師開立口腔用藥時，請與醫師討論使用方式。

➤口腔疼痛時：

- 1.常因口腔發炎或破皮所引起，可選擇較冰涼的食物，例如果凍、果汁等。用餐前 10-20 分鐘，可以口含止痛性漱口水 5 分鐘後吐掉，可幫助您減輕進食所引起的不適與疼痛。

➤口腔出血時：

- 1.以紗布加壓止血。
- 2.避免使用一般牙刷、牙線及牙籤，可以海棉牙刷取代一般牙刷進行口腔清潔。
- 3.避免用舌頭舔或吸吮出血處。
- 4.可選擇軟質食物，例如布丁、豆花、果凍等，同時避免用力咀嚼煎、炸、烤等堅硬食物，以免加重黏膜破損情形。若出血不止，請立即就醫求診。

參考文獻：

杜玲、陳秀勤、劉清華(2015)·癌症病人之護理·於胡月娟總校閱·內外科護理學上冊(5 版，223-316 頁)·台北市：華杏。

