



放射線治療常見的副作用及照護衛教指導

放射線治療是藉由高能量之游離放射線，來破壞癌細胞的生長及複製能力。放射線治療可能產生的副作用因部位不同而有不同的影響。

❖ 皮膚

是身體最外層的防線，身體任何部位接受放射線治療時，皮膚多少都會受到影響，如：皮膚乾燥、發癢、發紅。通常這症狀是很短暫的，於照射線停止後數週就會消失。

你可以注意：

1. 在治療期間及治療後三週內都不要用肥皂清洗，以減少皮膚乾燥的情形；不可擦油膏、藥粉或乳液於照射部位，以免增加皮膚反應。
2. 皮膚發紅處請勿按摩，輕微之癢感，不可用指甲抓，以減少皮膚的刺激及破損，如果皮膚起疹子，須告訴醫師。
3. 避免衣服壓迫，束縛或粗糙衣服的摩擦，以穿寬鬆衣服為原則。
4. 避免過度日照、熱敷、電熱器等。

❖ 喉嚨痛、口腔痛

照射部位在頸、頭、口腔、咽喉、胸部時，會產生喉嚨痛、口腔痛、紅舌、嘴巴有白點等的症狀。於治療後二至三週開始，五週後減輕，治療結束後四到六週消失。

你可以注意：

1. 使用食鹽水漱口，保持口腔清潔。
2. 使用軟毛牙刷刷牙，不需用牙線。
3. 利用吸管吸吮液體食物。
4. 進食食物以室溫為宜，避免太刺激及太燙的食物，並採細嚼慢嚥。
5. 採流質飲食。

❖掉髮

若照射頭部，因放射線治療傷及幹細胞及皮囊，而使頭髮變得脆弱，而自頭皮表面斷落、毛髮脫落，通常照射停止三個月後，會再生較細的新毛髮，與之前顏色有些許不同。

你可以注意：

1. 可選擇自己喜愛的髮型假髮。
2. 可購買漂亮的帽子及頭巾。

❖噁心嘔吐

照射部份在上腹部時，會出現噁心、嘔吐、食慾不振的現象。

你可以注意：

1. 鼓勵少量多餐，食用清淡的流質，避免過甜、過鹹、過油膩的食物。
2. 可吃酸性食物，以抑制噁心、嘔吐，如：酸梅、八仙果、陳皮、無花果、羅漢果。
3. 去除異味，維持空氣流通及保持令人舒適的味道。
4. 避免在進餐前、中、後，攝取過多的水份，可減少飽脹感。
5. 治療前不要吃太多東西。

❖腹瀉

照射在下腹部，可能會出現腹瀉，可能造成一天一到兩次的軟便，甚至水便。並出現噁心，腹部痙攣等症狀。如腹瀉嚴重，則應至醫院求診。

你可以注意：

1. 採清淡飲食、少量多餐。
2. 避免高纖、高渣的食物，如奶類製品、蔬菜、水果。
3. 若腹瀉嚴重，在醫師的指導下，可食用高鉀的食物，如：香蕉、橘子、楊桃。

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。

