衛教指導

編印單位：DON-4-外 025
制定日期：98 年 02 月 01 日
修訂日期：111 年 07 月 07 日第 8 版

注射化療藥物居家自我照顧衛教指導

❖如何自我照顧（及注意事項）

1. 化療藥物治療後白血球可能會開始降低，應多攝取新鮮煮熟、高蛋白且柔軟的食物，避免到公共場所及接觸到生病（傳染病）的人。
2. 動作要輕柔，避免碰撞受傷、出血。
3. 噁心嘔吐時，請少量多餐，嘔吐後應立即漱口，保持口腔清潔與舒適。
4. 當口腔黏膜腫痛、潰瘍時，宜每次吃完東西後清潔口腔，並塗抹醫師開予之治療潰瘍藥膏。
5. 腹瀉後請以溫水冲浴，預防肛門口黏膜損傷。
6. 當便秘時，請食用含纖維質之蔬果，每天喝水 2500-3000C.C 及做適當的運動，如散步，避免用力解便。
7. 毛髮脫落為暫時性，可選擇假髮、帽子等裝飾；暫時避免燙髮，最好剪成短頭髮或剔除頭髮，減少落髮。

❖何時需要找醫師協助

當體溫大於 38℃、嚴重嘔吐、身上出現出血點、血尿、血便時表示您可能已出現化療治療之副作用，這時要立刻尋求醫師協助，以盡早治療。

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。