

腹部放射治療期間之 病人照護

國泰綜合醫院 放射腫瘤科編印 著作權人：國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

■ 皮膚定位記號注意事項

- 勿用肥皂或任何清潔用品洗去記號，若記號變得不清晰，請不要自行補畫。
- 若您記號脫落且尚未開始治療，您可以於上班時間前來放射腫瘤科定位室，放射師會為您加強記號。

■ 腹部照射皮膚的照護

- (少數病人約第3~4週開始皮膚會有紅、乾、癢)
 - ◆ 內臟器官的照射較不影響皮膚，除非傷口有在照射範圍內，傷口附近須多加照護。
 - ◆ 治療部位儘量避免用肥皂清洗或摩擦。如遇熱天易出汗，照射部位可用溫熱水淋浴，並用毛巾壓乾，但忌用蓮蓬頭直接對著照射部位沖洗，治療期間勿泡澡及泡溫泉。
 - ◆ 除醫師建議，否則避免於照射部位塗用藥膏、藥

粉、化學藥品，而含金屬的藥膏如優碘、含鋅或含銀的燙傷藥膏(sulfasil)於治療期間不宜使用，以免增加皮膚的反應。

- ◆ 輕微之癢感，不可用指甲抓，以減少皮膚的刺激及破損，此時可用毛巾沾一般冷水冷敷，但不宜用冰塊冰敷或熱敷。照射部位皮膚可於開始做放射線治療時每天做完治療後塗抹薄薄一層蘆薈製品(保濕作用)，一般建議每日塗抹約2~3次，但治療前4-6小時內勿塗抹，治療前也無須特別擦洗掉。
- ◆ 開始放射線治療後治療部位避免貼美容膠或膠布，以免增加皮膚的負擔。
- ◆ 治療部位應避免摩擦，照射部位應選擇寬鬆棉質的衣服。
- ◆ 若治療部位，有嚴重的皮膚反應，本科醫師將視情況讓您停止治療，暫時休息或給予軟膏使用。

■ 傷口照護

- 若有傷口，經由醫師指示須塗用抗生素類藥膏者，一般建議於每日治療前4-6小時內勿塗抹，塗抹時間最好在每日治療完成或睡前。

■ 腹脹

此時請少量多餐，細嚼慢嚥，飯後可稍做散步等輕微活動，**避免吃易脹氣的食物**，如：韭菜、洋蔥、地瓜、豆類、豆製品等，若您平時吃奶製品會脹氣此時也盡量避免。並請您少用吸管喝飲料。

■ 口乾

每天攝取足夠水分，若可以每天約喝2000~2500ml（含開水、果汁、湯、牛奶等）。

■ 白血球下降（免疫力變差）

正常值：4000~10000，當低於2000時或視病人狀況會休息停止治療，待回升再繼續治療，此時應多攝取高蛋白質食物及青菜水果（如附表）。

■ 腸胃潰瘍

注意有無胃痛、解黑便情形，需告知醫師開藥。左旋麩醯胺酸（L-Glutamine 促進黏膜修復）可於開始治療時每天使用30公克，分早中晚各10公克，泡於約150~200ml冷開水中，漱口後含在口中約30~60秒後慢慢吞服。

■ 腹瀉

■（約在第3~4週開始症狀慢慢出現）

- ◆此時請**避免吃高纖維及辛辣刺激性的食物**，如：竹筍、菜梗、芹菜、火龍果等。若您平時吃奶製品會腹瀉此時也盡量避免。
- ◆腹瀉次數增加，解便後請用清水沖洗，再用吹風機溫風吹乾或毛巾壓乾，減少肛門皮膚受傷。

■ 噁心、想吐

少量多餐，此時可吃比較固體的食物。**必要時可請醫師開止吐藥服用。並且可於治療前、後1小時不要吃東西，降低噁心感。**

■ 疲倦

適度運動，多休息，勿熬夜。

■ 強化免疫力的營養來源

營養素	食物來源
蛋白質	魚、海鮮、雞蛋蛋白、黃豆、牛奶、豆腐、豆漿、各種瘦肉類
鈣	小魚乾、雞骨頭熬湯、紫菜、芝麻、蛋品類、海帶
磷	蝦米、小魚乾、魷魚絲、雞蛋黃
鐵	內臟類、貝類、海藻、葡萄乾、葡萄、蘋果、紅肉火龍果等、全穀類、深綠色蔬菜（地瓜葉、菠菜、空心菜、紅苜菜、紅鳳菜等）、瘦肉（紅肉類）、紅豆、黑豆、蛋類、牡蠣、海帶、紫菜
碘	海產類、海帶、海藻、肉類、綠色蔬菜、五穀類
維生素 A	芥菜葉、萵苣、甘藍、蕃薯、杏仁果、胡蘿蔔、甜菜、菠菜、蕃茄、芒果、香瓜、花椰菜、橘子、桃子、南瓜、全脂牛奶、乳製品、鮭魚、魚肝油、肝臟、雞蛋
維生素 D	魚肝油、雞蛋、乳酪、肝臟、添加維生素 D 的牛奶、鮭魚
維生素 E	穀類、葵花油、玉米油、小麥胚芽油、蛋黃、堅果類
維生素 B1	全穀製品、豆類、花生、胚芽米、蔬菜、麥芽、豆芽菜、酵母、雞蛋黃、鮭魚卵、鮭魚
維生素 B2	豆芽菜、豆類、綠色蔬菜、酵母、奶類、蛋類、肝臟、瘦肉、鮭魚
維生素 B6	肉類、鮭魚、肝臟、雞蛋、牛奶、蔬菜
維生素 B12	瘦肉、乳製品、乾酪、肝臟、鮭魚、雞蛋
維生素 C	深綠色蔬菜、紅色蔬菜、青椒、番茄、番石榴、柑橘、檸檬
葉酸	鮭魚、酵母、菠菜
菸鹼酸	鮭魚、火雞肉、南瓜、豆類、藍莓、桃子

祝

早日康復

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 放射腫瘤科

(02)27082121 轉 3711

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

AT100.495.2019.12 初訂

2021.07 審閱