

頭部放射治療病患之口腔保健

口腔顎面外科主任暨中華民國口腔顎面外科專科醫師林宏政

前言

接受頭部放射治療的病患，在治療期間及治療完畢後，會發生不同程度的口腔粘膜炎，肌肉纖維化僵硬所引起的嘴巴張開困難，唾液分泌減少，以致口腔乾燥，同時因唾液的酸度增加，進而造成嚴重的放射線齲齒（蛀牙）及牙髓傷害，甚至可能發生放射性骨質壞死，患者極可能需要接受頷骨截斷手術，嚴重的影響到患者咀嚼功能和顏臉的美觀。

為了提供病患最佳的醫療服務，適當的事前預防措施，不但可以減輕患者可能發生併發症的機率，同時更可減輕副作用所產生的痛苦，所以我們極希望患者能夠充分的合作，遵守醫師之各種指示。

放射治療前應注意事項：

首先務必到牙科部做以下各種準備工作：

1. 檢查口腔狀況：包括軟組織及牙齒。
2. X光檢查：包括全口X光照像及牙根尖片，檢查牙根、牙床及上下頷骨狀況。
3. 接受洗牙及刮除附在牙齒上的結石（以後半年接受洗牙一次）。
4. 拆除所有不合適的牙套，並停止使用不合適的假牙。
 - 有下列情況之牙齒必須拔除：
 - 殘根。
 - 嚴重牙周病變而無法挽救之牙齒。
 - 無法填補之牙齒。
 - 無功能之牙齒。
 - 位置改變，容易積附食物殘渣的牙齒。
 - 智慧齒。
5. 填補所有需要填補的齲齒（蛀牙），如需補的牙齒數目很多，在放射性治療中亦可填補，不必等待牙齒全部填補才接受放射線治療。
6. 使用軟毛牙刷注意維護口腔衛生，餐後及睡前必須徹底刷牙，平常多漱口，並要維持口腔清潔。使用含氟牙膏，使牙齒更能抗蛀牙。
7. 每天睡前刷牙後，利用載氟器進行牙齒表面塗氟。根據文獻報告，塗氟可以降低齲齒發生率，尤其可降低放射性齲齒的發生率。
8. 方法：將氟膠擠在載氟器上，然後將載氟器輕輕的套在牙齒上約五分鐘，然後將溢出於口中多餘的氟膠吐掉，在兩小時內不要漱口或吃東西。塗氟工作中生中都要實施，最好能夠養成習慣，每天使用。
9. 口腔情況治療好後，請到牙科部請口腔外科醫師再徹底的檢查一次，然後便

可開始接受放射線治療。

放射線治療期間應注意事項：

放射線照射最常見副作用如口腔粘膜發炎，皮膚紅腫，肌肉纖維化僵硬引起嘴巴張開困難，七週後唾液腺分泌減少造成口乾症，唾液酸性增加（PH 值降到 5.5 以下）使牙齒發生脫鈣而造成放射性齲齒及牙髓損傷。

這些副作用如果事前有良好預防措施，則可使其程度減輕，並增快其復原速率。

在開始照射的一星期後，口腔粘膜會有紅腫、灼痛感及發炎現象，在進食時會發生咀嚼及吞嚥困難以致食慾減低。

保持口腔清潔衛生，用溫的蘇打水或溫鹽水漱口，尤其在進食前十五分鐘先用溫蘇打水或溫鹽水漱口，可以減低疼痛不適的程度。

經過照射後的皮膚亦會有紅熱灼痛感覺，此時千萬不能用手去抓癢，以免皮膚抓破而發炎，此時可用溫水輕敷皮膚表面，千萬不可亂塗藥膏。

大約在三星期後，會感覺到口腔乾燥，唾液粘稠，這是由於唾液腺分泌減少，在進食及吞嚥時感覺困難及痛苦，有難以下嚥之感，影響食慾。常漱口可以減低口乾的程度，食物質地的選擇亦非常重要，減少吃乾燥粗硬的食物，宜吃柔軟但不粘稠的食物，進食時可以伴湯水一齊吞嚥之，如此則感覺較舒服。

會慢慢感覺到味覺的改變，由於味蕾被放射線所損傷破壞，對酸及苦的食物較為遲鈍，刺激性的食物最好不要吃，抽煙及飲酒最好停止。

咀嚼肌肉會漸發生纖維化僵硬而致痙攣，嘴巴張開漸感困難，慢慢造成嘴巴張不大，為了預防此等情況發生，嘴巴應該多運動，每天早、午、晚三次連續將嘴巴張大最大程度，可利用壓舌板或開口器幫忙張大嘴巴，用此法可以預防及治療嘴巴張不開。如果肌肉發生酸痛時，可以每小時用熱毛巾敷 20 分鐘。

在治療後期，牙齒會有酸軟感覺，尤其是對“冷”、“熱”的食物為甚。塗氟，可以減輕及減低牙齒酸軟敏感之發生。所以牙齒表面塗氟工作必須持之以恆，天天實施之。

放射線治療完畢後應注意事項：

放射線治療完畢後，口腔粘膜紅、熱、灼痛等現象慢慢便會消失，粘膜回復

正常情況，但此時的粘膜會較脆弱，容易受到損傷，所以最好不要使用假牙，通常要等待六個月至一年後，經牙科醫師檢查口腔情況，如果情況良好才能進行口腔修復工作。

味覺方面亦漸漸趨於正常，進食時會逐漸覺得有味道，短時間內會獲得完全恢復。

皮膚“紅”、“熱”、“發炎”現象亦會漸漸恢復，但與口腔粘膜比較之，其恢復之時間較長。只要保持皮膚清潔，短期內亦會恢復。

牙齒酸軟的感覺會慢慢消失，在牙齒表面使用塗氟，則恢復時間會加快。

唾液腺分泌恢復正常需時較長，因此最感困擾的就是口乾問題。要常漱口，保持口腔清潔衛生，由於唾液分泌少，口腔內會很粘稠，食物容易粘附在牙齒上，尤其是牙齒頸部位置，容易引發放射性齲齒（蛀牙），所以要特別注意。

由於骨頭經過放射照射後，會造成局部血液循環不良及組織壞死，如果此時口腔組織損壞傷或拔牙則容易造成進一步的骨頭感染而引致放射性骨質壞死，其治療是非常困難，甚至於會影響生命危險。所以在放射線治療完畢後，要非常注意口腔健康情況，要儘量避免牙床受損，3~6月要定期接受牙科醫師之檢查是絕對必要的。如發現可疑的情況應馬上處理，較小的齲齒，儘快填補。六個月接受一次洗牙及刮除牙結石，平常注重口腔清潔衛生，每二天睡前進行表面塗氟工作，不但可以使口腔組織早日恢復，而且可以避免不良的併發症發生。