

化學治療後照護注意事項

癌症病人因接受化學治療，影響骨髓造血功能，導致嗜中性白血球減少，免疫力被破壞，容易成為感染的危險群。在接受化學治療後的10-14天，白血球的數目會降到最低點，之後血球數目才會恢復，這段期間是最容易被感染，所以，預防感染是最重要的。

一、可能會有下列症狀與徵象出現：

- 1、一般症狀—發燒（耳溫 37.5°C 以上）、發冷、疲倦、軟弱。
- 2、口腔感染—口腔粘膜發紅、潰瘍、白斑、水泡、疼痛...等。
- 3、呼吸道感染—咳嗽、流鼻水、喉嚨痛...等，嚴重會導致肺炎發生。
- 4、消化道感染—噁心、嘔吐、腹痛、腹瀉...等。
- 5、泌尿道感染—解尿困難、頻尿、少尿、血尿、膿尿...等
- 6、皮膚黏膜感染—毛囊炎、搔癢。
- 7、身上有任何不正常紅腫、發熱或疼痛。

（並非所有化學藥物都會有以上這些症狀，醫生會依照症狀給予治療藥物使用，若有發燒不適應就醫或告知醫護人員，切勿自行服用任何藥物來降溫）

二、預防照護：

（一）飲食方面：

- 1、應多補充高蛋白食物，如：瘦肉、蛋、牛奶...等。
- 2、避免用力解便造成出血，多食用高纖維食品，如：綠葉蔬菜、水果，並增加水分攝取。
- 3、食物選擇以熟食為主，避免未妥善處理之新鮮水果、生菜、生蛋、含酵母菌類奶製品（如：優酪乳、優格、養樂多等）、生奶製品（如：生食起司、乳酪、奶油等）與生菜擺盤裝飾內所有食物。
- 4、建議飲用蒸餾水或煮開的水；因製冰機可能為感染源故不食用市售冰塊、冰品與礦泉水。
- 5、儘量避免咖啡、酒及辛辣調味品，以預防腸胃道受傷害。
- 6、使用較小的食物容器，以一次食一餐的食物，勿吃剩菜。
- 7、病人要有自己的進食器具、碟子和杯子，清洗後要烘乾或晾乾。

（二）環境方面：

- 1、床單、枕套、窗簾須時常清洗，約每週更換或曝曬太陽一次。
- 2、當白血球低於3000時，訪客進入房間時均需戴口罩，限制訪客。
（如白血球正常或為高於3000時，可不需或採預防性的方式戴口罩）
- 3、保持室內通風良好，必要時使用空氣清淨機隨時保持空氣清新。
- 4、避免使用會產生塵埃之方式清掃，儘量使用無塵拖把清潔。

- 5、避免使用地毯。
- 6、禁止放置鮮花、乾燥花或盆栽。
- 7、需限制有傳染病之訪客，尤其是呼吸道傳染、感冒、水痘或其他傳染疾病的人。
- 8、家中勿堆積物品，以防塵埃堆積及蚊蟲滋生。
- 9、禁止接觸寵物，尤其是寵物之唾液、排泄物；如有接觸需徹底洗手，皮膚如被抓傷或咬傷需緊急清潔、消毒。

(三) 行的方面：

- 1、避免出入公共場所，如網咖、電影院、百貨公司...等。
- 2、避免搭乘擁擠的大眾交通工具或避開尖峰時刻。
- 3、視體力許可做適度運動，外出運動則選擇清晨、傍晚空氣少污染少。

(四) 身體清潔方面：

*個人衛生：

- 1、需要經常洗手，尤其是在吃飯前或上完廁所後。
- 2、保持皮膚不受損，洗澡時水溫適中避免燙傷，以溫水淋浴較佳，勿用力擦洗，以柔軟毛巾輕拍拭乾皮膚，使用乳液來避免皮膚乾燥龜裂。
- 3、剪指甲時注意勿剪破皮膚或剪太短；刮鬍鬚時，可使用電動刮鬍刀而不要使用剃刀以免皮膚受損。
- 4、可選擇假髮、帽子、圍巾等裝飾品保護頭皮，裝飾品常清洗並保持乾燥。
- 5、採用棉襪，每日更換清洗；鞋子要大小合宜，放置於通風處，保持乾燥。
- 6、每日更換內衣褲，晾衣服時盡量晾在有陽光照射處。
- 7、注意毛巾的清潔與乾燥，勿和他人共用毛巾、牙刷、漱口杯。
- 8、照顧者在接觸病人前後須洗手，以保護病人。
- 9、以衛生棉代替衛生棉條。

*口腔衛生

- 1、勤漱口，尤其進食後，可利用不含酒精漱口水或溫鹽水漱口（合適的鹽水比例是 1/2 茶匙的鹽+200cc 的溫開水）。
- 2、使用軟毛牙刷刷牙，勿使用硬毛牙刷、牙線，可減少口腔組織受害。
- 3、可使用保護性的唇膏滋潤嘴唇，避免嘴唇乾燥。

*肛門衛生

- 1、排便後確實清洗肛門避免糞便殘留。

2、有痔瘡或瘻管病史者，需執行溫水坐浴（每日 2-4 次，每次 15-20 分鐘，水溫約 41-43 度，水量需泡到整個臀部），避免肛門皮膚受損及感染。

3、避免使用肛門塞劑或灌腸。

三、留置導管方面：（留置導尿管、腸造瘻口、膽道引流管）

1、引流袋應垂放於腰部以下，以防引流液逆流。

2、引流液達引流袋一半時予以傾倒。

3、引流袋勿擠壓，避免引流液回流造成感染。

4、隨時觀察引流液顏色、味道是否異常。

5、每日需確實執行引流管清潔及換藥之動作，並觀察傷口是否有紅腫熱痛或有滲液的出現。

（如裝有靜脈人工血管需約 4 週回診、動脈人工血管需每週回診接受抗凝劑沖洗，以防止未使用產生導管阻塞。）

敬祝您 身體健康 平安吉祥

佛教慈濟醫療財團法人台北慈濟醫院諮詢專線02-66289779轉7151