



肺癌標靶藥物之居家日常照護

文／臺中榮總癌症防治中心 & 胸腔內科腫瘤個管師 湯冬梅

在所有癌症中，肺癌是一個常見且不可忽視的疾病。根據衛福部資料統計，肺癌為國人癌症發生率的第二名，死亡率為第一名。

臺灣每年新增上萬名肺癌患者，約有5成患者被診斷時即為晚期，其中肺癌又以肺腺癌最常見，肺腺癌中約有5-6成患者具有表皮生長因子受體（EGFR）突變；EGFR基因突變患者若透過合適的標靶藥物治療，約有7-8成患者的腫瘤能夠達到良好的控制效果。

口服標靶藥物對於患者會帶來一些副作用，包括：腹瀉、口腔炎（嘴破）、皮膚乾燥、搔癢、丘疹膿皰疹（長痘痘）、頭皮疹、甲溝炎（凍甲）等副作用，造成患者生活品質受到一些的影響，藉由日常照護的保養及醫療團隊的介入可以降低副作用所帶來的不適，提升患者的生活品質。

以下針對常見的副作用提供日常照護注意事項：

一、腹瀉

1. 每天補充足夠水分，慢慢飲用，勿一次喝下大量的水分，避免脫水，必要時服用止瀉藥。



2. 清淡飲食，少量多餐，少吃高纖維及易產氣的食物，如：全穀類、麥片、甜食、堅果、豆類及乳製品等，讓腸胃道能充分休息。
3. 避免油膩、油炸、辛辣的食物，如：炸雞、豬腳等，以免過度刺激腸胃蠕動。



4. 如廁後盡量以溫水清洗肛門，並以按壓方式擦乾，避免破皮感染。
5. 依醫師指示服用止瀉藥。

二、口腔黏膜炎（嘴破）

1. 使用軟毛牙刷輕輕刷牙。
2. 三餐飯後可使用「不含酒精」的漱口水或茶葉水漱口，加強口腔清潔。
3. 避免食用太燙、太堅硬、辛辣、太鹹、太酸之食物刺激口腔。
4. 選擇柔軟好入口食物，如布丁、蒸蛋、冰淇淋等。
5. 可使用吸管喝水，避開嘴破的地方。
6. 依醫師指示使用止痛噴劑、塗抹口內膏或使用口內凝膠。



三、皮膚乾燥、搔癢

1. 加強保濕，從服藥第一天開始，每天至少塗抹2次乳液，尤其洗澡後擦乾身體馬上塗抹。
2. 請選用低敏、不含香水的乳液，可選用含尿素、燕麥膠、凡士林的乳液。



▲ 皮膚乾燥

3. 洗澡水溫不可太燙，避免長時間泡澡，建議可針對腋下、腹股溝、胯下等部位使用清潔用品，其餘部位以清水清洗即可。
4. 建議以輕拍或按壓方式代替抓癢。
5. 依醫師指示服用抗組織胺藥物及塗抹止癢藥膏。

四、皮疹、丘疹、膿疱疹（長痘痘）、頭皮疹

1. 避免直接曝曬於陽光下，外出時請穿戴帽子、外套或撐傘，出門前請塗抹防曬係數大於SPF15以上的防曬乳。
2. 頭皮膿疱疹應以溫水（避免過熱）洗頭、冷風吹乾頭皮，勿摳抓頭皮，勿過度清潔。
3. 枕頭套或枕頭巾需勤換，保持乾淨、避免感染。



4. 塗抹藥膏前，請先用生理食鹽水清潔傷口分泌物、皮屑及清除藥膏，再塗抹上新的藥膏。
5. 臉部清潔應用溫水，勿過度清潔，洗面乳等清潔用品使用建議一天一次即可，其他時候以清水清洗。
6. 依醫師指示口服抗生素、塗抹抗生素藥膏或使用抗生素藥水。

五、甲溝炎（凍甲）

1. 請穿著透氣軟底的鞋子和襪子，勿穿過緊、尖頭或不合腳的鞋子，減少摩擦。
2. 減少刺激，少接觸清潔劑（如洗衣精、洗碗精等）和酒精等刺激物。



3. 若有甲溝炎發生，請減少碰水次數。



4. 減少做家事，做家事時，請先穿戴棉質手套，再戴橡膠手套。
5. 請使用凡士林、護手霜或指緣油塗抹手指、腳趾及其指甲周圍皮膚。
6. 不要咬指甲，定期修剪指甲，指甲／趾甲勿修剪太短，避免手指頭與腳指頭受傷。
7. 指甲／趾甲修成弧度方形，再以磨甲器將兩端尖角磨圓。



8. 避免長時間走路、健行、爬山、打字和手工勞作等。
9. 依醫師指示口服抗生素、塗抹抗生素藥膏或使用抗生素藥水。
10. 若出現肉芽組織時，建議可至皮膚科或整形外科治療。



甲溝炎（凍甲）▶