



衛教編號：RAD-001

1995.04.01 訂定
2023.06.25(21 修)
2018.07.26 (6 審)

放射線治療須知



全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經胸腔外科醫師檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

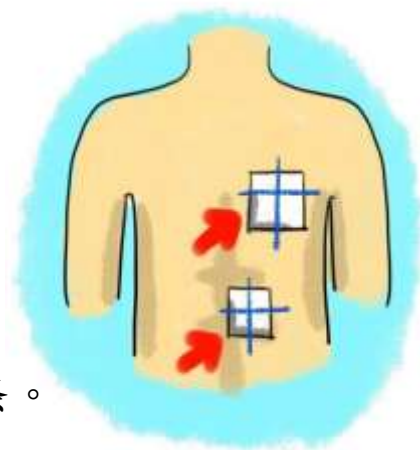
一、何謂放射線治療：

俗稱電療，是利用高能量輻射來縮小腫瘤或阻止腫瘤細胞的生長。



二、治療部位劃線的意義：

醫師依腫瘤之大小、部位及細胞的特性，替病人擬定最理想的治療計劃，並按計劃將照射的大小，以線條描繪在病人皮膚上，作為治療員治療的依據，請病人合作勿搓洗掉這些線條。



三、治療部位之皮膚保養：

- 1.放射治療期間要注意穿著寬鬆、柔軟、透氣棉質衣物，避免陽光曝曬及化學性刺激，如：酒精、化妝品、香水等。
- 2.皮膚清潔請使用清水及中性脂無香料肥皂(或沐浴乳)清洗後，輕擦乾；當定位線條不清楚時，應由工作人員重新描繪，以確保記號之正確性及治療準確度，以免影響治療效果。
- 3.在治療二至五週時照射部位皮膚會出現紅、熱、癢，甚至脫屑、潰瘍等狀況，這些不舒服會持

續至治療結束，如出現乾癢症狀，可塗抹水溶性、無香料乳液在皮膚乾燥處，緩解部分不舒服的感受。

4. 皮膚癢的時候不可用指甲去抓，可以輕輕拍或濕敷，勿在照射部位黏貼性的膠布或酸痛貼布，以免撕裂；如搔癢情形難耐，需依醫師指示用藥，避免用力抓癢。
5. 可與醫師討論，使用金盞花軟膏、玻尿酸、親水性乳霜、水凝膠等具保濕效果之護膚產品，預防紅斑及乾性脫屑皮膚反應，如出現皮膚破損處需暫停使用。
6. 剔除毛髮時，請使用電動剃刀代替一般剃刀。
7. 治療部位須減少陽光照射，可採用物理防曬(陽傘、外套等)或使用防曬乳。

四、治療期間飲食須知：

除了煙、酒、辛辣等刺激性食物外無其他特殊禁忌，應採少量多餐、均衡飲食，攝取

豐富的蛋白質如肉、魚、蛋、豆類，增加身體抵抗力；如出現進食困難或食慾不佳，可與營養師或醫師



討論加入高蛋白粉於飲食中，或增加高能量飲品。如無限水，則建議每日飲水 2000mL




五、放射線治療可能引起的反應：

治療當時病人不會有任何感覺，依照射部位、照射面積、每次劑量等因素之不同，可能會有不同程度的反應(如表一)，但不是每一個人都會發生。若有任何不舒適請告訴您的醫師，醫師會設法解決。

表一：放射線治療反應及處理須知

部位	反應	處理須知
頭頸部	頭髮脫落	治療停止，頭髮會逐漸恢復生長。
	1. 口咽黏膜炎 2. 口乾 3. 味覺異樣或遲鈍	1. 避免刺激性食物如過冷過熱或粗糙食物，不吃檳榔或吸煙。 2. 一天二到四次使用軟毛、小頭牙刷清潔口腔，使用無刺激性漱口水漱 15-30 秒(一般漱口水中抗菌成份有：chlorhexidine、povidone-iodin 兩種，不建議使用含 chlorhexidine 或酒精成分之漱口水)，若無限制水分攝取者建議每日飲用 2000mL-3000 mL。



<p>頭頸部</p>	<p>1. 口咽黏膜炎 2. 口乾 3. 味覺異樣 或遲鈍</p>	<p>3. 有吞嚥困難或疼痛時，經諮詢醫師開立藥物使用，食物選擇較柔軟、清淡、避免過熱、過酸、辛辣食物。</p> <p>4. 味覺若改變且口腔無破損，烹調時可選用甜味、酸味或味道較濃的食品，經常變換烹調方式，可促進食慾。</p> <p>5. 如有口乾情形，可於正餐食物兩口間喝一口湯或飲品，並可嘗試柔軟、潤滑食物，如果凍、布丁等，減少攝取乾燥的澱粉類食品，如吐司、餅乾等，可口含無糖薄荷糖咀嚼口香糖，以增加唾液分泌。</p> <p>6. 可做咀嚼運動或最大張口運動</p> 
<p>胸部</p>	<p>1. 咳嗽 2. 吞嚥疼痛</p>	<p>1. 多進食含水量豐富的食物，如奇異果、水梨、西瓜。</p> <p>2. 避免過熱、堅硬、粗糙、酸性柑橘類、含咖啡因食物、不要吸菸。</p>

腸胃 道	<ol style="list-style-type: none"> 1. 噁心、嘔吐 2. 食慾不振 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 注意食物烹調方法，經常變化烹調方式，增加進食意願。 2. 行放射線治療前可少量進食，湯汁及飲料最好在飯後三十至六十分鐘再飲用。 3. 採少量多餐，避免空腹太久，若有噁心嘔吐症狀，可飲用清淡、清涼的飲料。 4. 嚴重嘔吐請暫時停止進食，必要時醫師會給止吐劑使用。
	<p style="text-align: center;">腹瀉、便秘</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 避免粗糙或纖維豐富的食物，如玉米、番薯、芹菜、香菇、筍類。 2. 使用細軟的紙或溫水擦洗肛門且隨時做飲食上的調整注意水份及鈉、鉀電解質的補充，如加鹽、去油的蔬菜湯。 3. 當發生腹瀉、嚴重脫水現象，如唾液黏稠、頭暈、虛弱、尿液呈暗黃色時，請立即就醫。 4. 醫師會視需要給止瀉劑或輕瀉劑使用。

<p>骨 盆 腔</p>	<p>1. 排尿、排便習慣 改變</p> <p>2. 生殖影響(女 生陰道纖維化 男生可能有勃 起功能問題)</p>	<p>1. 可增加水分攝取量(如無限制水分)，經醫師評估許可後，亦可多喝蔓越莓汁。</p> <p>2. 避免濃咖啡、茶和飲酒。</p> <p>3. 如有失禁情形出現，可詢問醫師骨盆底運動方式並開立藥物使用。</p> <p>4. 女生可能出現更年期症狀，可諮詢醫師服用藥物緩解。</p> <p>5. 如有預計懷孕，建議先與婦產科醫師討論。</p>
<p>皮 膚</p>	<p>1. 癢、紅、黑</p> <p>2. 乾性脫屑 (乾燥脫皮)</p>  <p>3. 濕性脫屑 (潮濕破皮)</p> 	<p>1. 顏面部：請使用傘、帽子來遮掩陽光直接的照射。</p>  <p>2. 頸部：穿無領開襟的衣服，減少對皮膚的磨擦。</p> <p>3. 選擇質料軟、易吸汗的衣服，避免衣服質料刺激或傷害皮膚</p> <p>4. 治療期間乾癢，可用手指輕拍或按壓降低不適。</p> <p>5. 治療療程結束，可使用乳液改善乾燥脫屑情形。</p>  <p>6. 濕性脫屑，依醫師評估使用藥物，保持傷口清潔。</p>

六、結論

放射治療期間，保持定位線條清晰完整，穿著

寬鬆、柔軟、透氣棉質衣物，避免陽光曝曬；應少量多餐進食，可選擇軟質、高蛋白的食物，避免煙、酒等刺激性食物，飯後以軟毛牙刷及無刺激性漱口水漱口。藉由淺顯易懂的圖表，讓自己及照顧者於返家後能輕鬆完成自我照顧。

七、參考資料

Cancer Research United Kingdom. (2020). *Abdominal or pelvic radiotherapy side effects*. <https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/cancer-in-general/treatment/radiotherapy/side-effects/abdominal-or-pelvic-radiotherapy>

Cancer Research United Kingdom. (2020). *Eating and drinking*. <https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/cancer-in-general/treatment/radiotherapy/side-effects/general-radiotherapy/eating-drinking-during-radiotherapy>

Cancer Research United Kingdom. (2020). *Long term side effects of radiotherapy*. <https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/cancer-in-general/treatment/radiotherapy/side-effects/long-term-side-effects>

Cancer Research United Kingdom. (2019). *Side effects of radiotherapy*. <https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/stomach-cancer/treatment/radiotherapy/early-radiotherapy/side-effects-radiotherapy>

Memorial Sloan Kettering Cancer Center. (2019). *Diet and Nutrition During Head and Neck Cancer Treatment*. <https://www.mskcc.org/cancer-care/>

patient-education/diet-and-nutrition-during-head-and-neck-cancer-treatment

The Society and College of Radiographers. (2020). *Radiation Dermatitis Guidelines for Radiotherapy Healthcare Professionals.*(ISBN: 978-1-909802-49-0).<https://www.sor.org/learning-advice/professional-body-guidance-and-publications/documents-and-publications/policy-guidance-document-library/radiation-dermatitis-guidelines-for-radiotherapy-h>

Kawashitaa, Y., Soutomea, S., Umeda M., & Saitoc. T. (2020). Oral management strategies for radiotherapy of head and neck cancer. *Japanese Dental Science Review*, 56(1), 62-67.

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 治療部位的皮膚使用清水或中性且無香料肥皂清洗，若皮膚癢可請醫師開立藥物使用，或與醫師討論是否可塗抹保濕護膚產品。

是 否 不知道

2. 治療部位減少陽光照射，使用雨傘、外套或防曬乳防曬。

是 否 不知道

3. 嚴重噁心嘔吐只是暫時的，需強迫自己進食。

是 否 不知道

4. 治療期間避免煙、酒、辛辣刺激的食物，採少量多餐進食，若食慾不佳或進食困難可與醫師或營養師討論營養補充方案。

是 否 不知道

5. 口腔可使用無刺激性漱口水維持口腔清潔，若無限水，鼓勵可多進水。

是 否 不知道

.