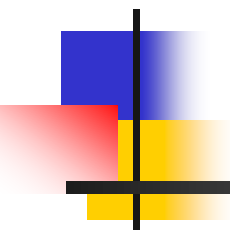


居家照顧和副作用的處理

Coping with Treatment – Symptom Management



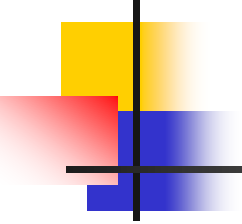
施藹珊 護理師

Ai-Shan Shih, RN, MSN

Research Nurse, Oncology Clinical Trial

Kaiser Permanente, Santa Clara

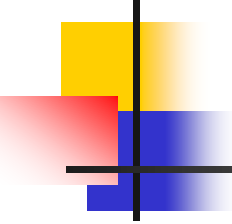
January 19th 2008



“克服副作用-癌症治療副作用照護”

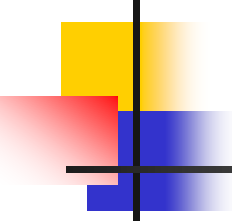
Coping with Cancer Treatment

- 化療常見副作用
- 放射線治療副作用



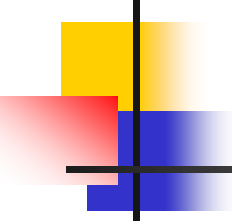
化療常見副作用

- 噁心嘔吐的處理 **nausea and vomiting**
- 掉髮 **hair loss**
- 疲憊感 **fatigue**
- 減低造血功能 **depressed bone marrow function**
- 口腔黏膜破裂 **mucositis - sore mouth, gums, and throat**



化療常見副作用

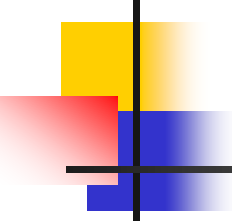
- 末梢神經性病變 neuropathy
- 皮膚顏色改變 dry and/or discolored skin
- 膀胱炎 bladder irritation
- 生育能力減低 side effects to reproductive organs
- 憂鬱及焦慮 Depression/Anxiety



噁心嘔吐的處理

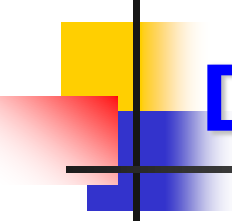
Nausea and Vomiting treatment

- 治療病因，發生在二十四小時以內的，稱為急性嘔吐；二十四小時以後，稱為延遲性嘔吐。另外有不少曾接受過化療的病友，在還未進行下次化療前就已出現噁心嘔吐反應，甚至連看到醫院都會狂吐，這叫預期性嘔吐，
- 藥物預防
- 避免油膩、辛辣、甜食
- 口腔清潔



掉髮 Hair Loss

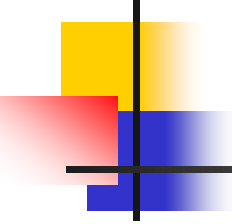
- 掉頭髮是一種常見的副作用。在醫學上雖是非致死性的副作用，但對很多人來說卻是最擔心的副作用。這裡要強調的是：不是每一種化療都會掉頭髮，程度也因所選用的藥物而有不同。有些藥物只是很輕微的掉頭髮，有些藥物才會全掉光，還好頭髮多會在化療結束後二至三個月長回來。心理建設其實是最重要的，建議先準備好自己喜愛的造型假髮、頭巾或帽子，或許能讓心情更好調適。



減低造血功能

Depressed Bone Marrow Function

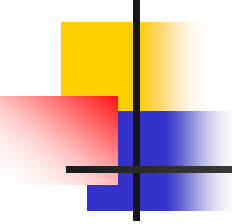
- 貧血 anemia
- 免疫力降低 immunocompromised
- 易出血 increased chance of bruising and bleeding



疲憊感處理

Treatment of Fatigue

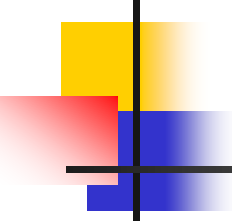
- 規劃一天活動並安排休息時段
- 規律睡眠
- 白天小睡不超過30-40分鐘
- 適度運動



憂鬱及焦慮處理

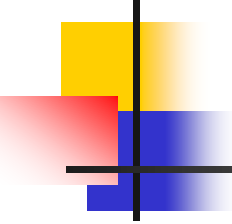
Treatment of Depression/Anxiety

- 改善疼痛及症狀
- 提供社會及靈性支持
- 從事放鬆或有樂趣的活動
- 服用經醫師處方的抗憂鬱或抗焦慮藥物



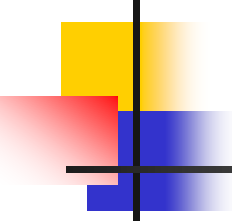
口腔黏膜破裂 Mucositis

- 避免辣、酸、刺激性、粗糙和較乾的食物
- 柔軟溫和的食物
- 禁食酒精及抽煙。
- 使用食鹽水漱口，
- 醫生開藥或藥膏塗抹在潰瘍處，減輕您的不適。



手指 足部末梢神經性病變 Neuropathy

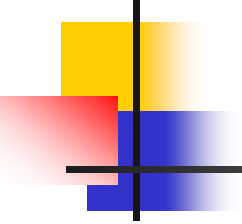
- 手腳發麻 敏感度減弱
- 數月至一年 緩慢恢復
- 避免 尖銳 或高溫 物體
- 維持平衡感上下樓梯使用扶手等，及浴室安全



尿道炎/膀胱炎

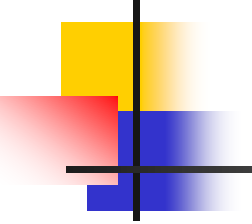
Bladder Irritation/Cystitis

- 對尿道的影響——有些抗癌藥物會使尿液顏色改變。如果您在使用 adriamycin 尿液顏色為紅色是正常的，而使用 Methotrexate 則可能會使尿液 變為淡黃色。
- 排尿灼熱感 - 通常多飲水會可使尿液增加，避免許多問題 - 一天喝2000 cc 水



生育能力問題 Fertility Problems

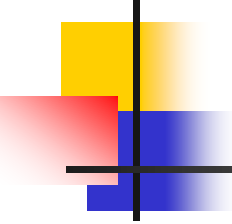
- 腫瘤治療前 與醫師 討論精子/卵子 保存



放射線治療

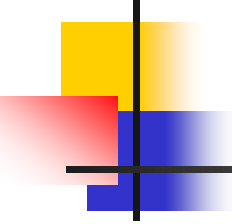
Radiation Therapy

- 高能量的放射線可以摧毀細胞及控制細胞的生長或分裂, 由於癌組織中生長分裂的細胞 數目比一般正常組織細胞旺盛, 放射利用此差異來摧毀癌細胞。一般說是每週做五天治療, 連續做五至七週。當放射線只是用在支持性治療以減輕症狀時, 治療間往往是二至三週。



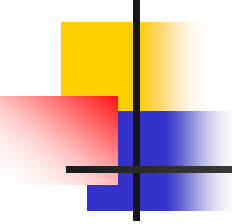
放射線治療副作用

- 皮膚受損 - Skin Reaction- 變紅、發癢及膚色變深, 乾燥 可恢復
- 副作用種類視治療部位而定
 - 頭頸部 Head and Neck
 - 胸部/乳房 Chest/Breast
 - 骨盆 Pelvis
 - 腹部 Stomach/Abdomen



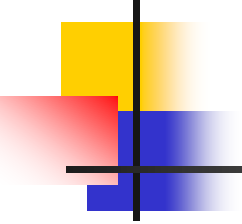
放射線治療副作用之皮膚照護

- 治療部位皮膚特殊照顧 特殊乳液
- 穿鬆軟的棉質衣物。
- 治療部位不要用肥皂清洗或用力刷洗。
- 沒有醫師同意,不可任意使用藥物、痱子粉、化妝品或其他化學藥品塗抹治療部位。



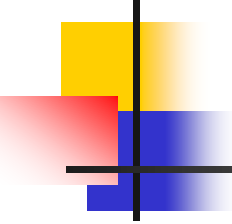
放射線治療副作用之皮膚照護

- 不可熱敷，熱水也會傷害到治療部位的皮膚，務必用溫水清洗。
- 治療頭頸部的男性患者不可用剃刀可用電鬚刀，以免刮傷治療部位的皮膚造成感染。
- 您在室外，儘量用陽傘或帽子遮蔽陽光，結束治療一年內亦要儘量避免強烈陽光照射



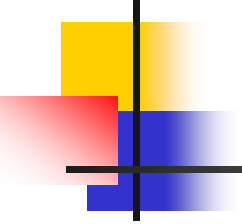
頭頸部放射線治療副作用照護

- 口腔潰瘍 redness and irritation in the mouth,
- 口乾 dry mouth,
- 吞嚥困難 trouble swallowing,
- 味覺改變 changes in taste,
- 上頷骨及下頷骨僵硬 咀嚼困難 Stiff Jaw



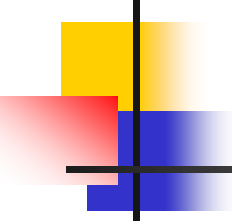
骨盆腔放射線治療副作用照護

- 提早停經及產生婦女停經後的症狀, 也可能引起陰道搔癢、灼熱及乾燥
- 男性病人精蟲及生殖能力也都會受到影響。



腹部放射線治療副作用照護

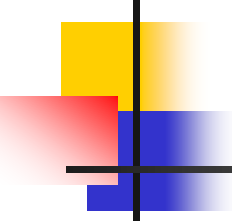
- 便秘處理
- 噁心嘔吐的處理
- 腹瀉



便秘處理

Constipation Management

- 誘因: 食物及水份減少、止痛藥、腫瘤、治療副作用
- 治療: 增加水份纖維的食用、按時服用軟便劑或輕瀉劑、灌腸、移除糞便嵌塞



疼痛的定義及對病人的影響

Definition of Pain and Impact

- 疼痛的定義：
疼痛是一種主觀的不舒適，是病人自己的感受，可經由客觀的測量表(1-10)表述。它可以是間歇或持續的、急性或慢性的。
- 疼痛不僅影響身體的活動、睡眠及食慾，，也會造成心理負荷，產生憂鬱感，無法積極參與家庭生活或日常社交活動。

疼痛評估臉部表情量表

Faces Pain Scale

Faces Pain Scale—Revised



0



2



4



6

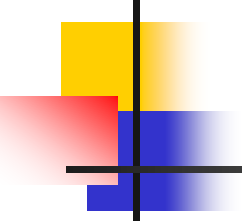


8



10

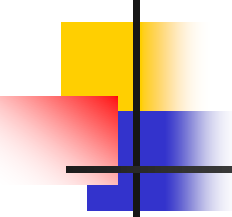
Note. From "The Faces Pain Scale—Revised: Toward a Common Metric in Pediatric Pain Measurement," by C. L. Hicks, C. L. von Baeyer, P. A. Spafford, I. van Korlaar, & B. Goodenough, 2001, *Pain*, 93, 173–183. Reprinted with permission of the International Association for the Study of Pain. Instructions for administering the scale are at www.painsourcebook.ca.



疼痛處理的原則

Principles of Pain Management

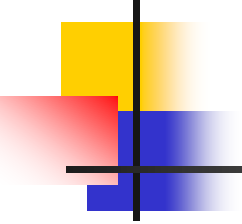
- 疼痛是個人的經驗，相信病人的疼痛是真實的。
- 疼痛是可以控制。
- 慢性疼痛需要定時、持續服用止痛藥，才能達到最好的控制效果。
- 神智清醒的病患服用嗎啡，不會有呼吸抑制的問題。
- 有生理疼痛的病人，服用嗎啡不會有藥物成癮的問題。
- 嗎啡性的止痛藥需與軟便劑同時服用。



非藥物的疼痛處理方法

Nonpharmacologic Comfort Measures

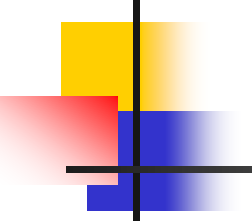
- 分散注意力
- 冥想
- 適度運動
- 其他專業諮商：音樂治療師、藝術治療師、針灸、按摩治療師及營養師
- 調整體位的醫療設備
- 物理治療(熱敷 冰敷)或職能治療所使用的一些設備，可幫忙病人的日常活動。



止痛藥常見副作用

Analgesic Common Side effects

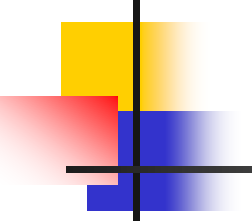
- 嗎啡止痛藥 (Opioids)
便秘、噁心、嗜睡、頭暈，其中以便秘的副作用最持久
- 非類固醇止痛藥 (NSAIDs) 易造成胃潰瘍等腸胃道症狀



止痛藥使用失敗的常見原因

Common Causes of Analgesic Failure

- 醫療人員及病患不當認知：擔心成癮問題、抑制呼吸
- 不適當的止痛藥選擇
- 止痛藥副作用
- 缺乏醫療資源
- 病人不配合治療

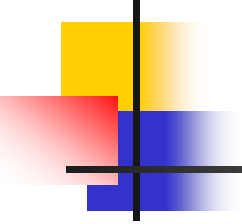


疼痛處理之溝通

Communication in Pain Management

與醫護人員溝通關於疼痛對生活品質的影響：

- 告知問題
- 疼痛評估及描述: 痛處、程度、性質、改善及惡化因素
- 已服用的止痛藥 及劑量
- 重述醫療指示及追蹤



感謝

Acknowledgements

- Written materials by Mabel Cheng, RN, MSN
Candidate of UCSF, Anne Hughes RN, MSN,
Joyce V. Zerwekh, EdD, MA, BSN, Elizabeth
Ford Pitorak, MSN, RN, CHPN
- Reference – American Cancer Society