

何謂癌症

- 癌症來自癌細胞不自律的繁殖
- 癌細胞來自正常細胞的突變
- 癌細胞不受體內自律系統的約束
- 癌細胞常有侵犯性、蔓延性
- 它與正常細胞爭奪營養、破壞體內新陳代謝系統、免疫系統及正常組織。由於癌症來自多種病因經長期發展出來的慢性病，年齡越老，得癌症的機會越多。因此一個人在步入40歲以後，需更注意健康並作有意義的、選擇性的癌症篩檢。

一、骨髓抑制時之照顧

白血球下降時之照顧：

- 保持周圍環境清潔，避免放置鮮花、盆景。
- 避免至公共場所，若在人多的環境需戴口罩。
- 避免接觸生病的人。
- 每日檢查口腔有無紅斑、潰瘍或白色浮皮，並加強口腔清潔。

- 養成多洗手的習慣。
- 保持個人身體清潔。
- 感染預兆：
若有以下症狀應告知醫師及護理人員

員

- (1) 體溫超過 37.8°C
- (2) 出現身體發冷
- (3) 咳嗽、流鼻水、喉嚨痛
- (4) 小便灼熱感
- (5) 每天兩次以上排稀便

二、貧血時的照顧

- * 充分的休息，以恢復體力。
- * 增加綠色蔬菜及動物肝臟，紅色肉（瘦豬肉、牛肉）。
- * 改變姿勢時宜慢慢的移動身體，以避免頭暈，例如：當你起床時應先坐在床上一會，待無頭暈時在站起來。
- * 當出現容易疲倦、頭暈、發冷或呼吸短促等症狀時，請立即告知醫師或護理人員。

三、血小板下降的照顧

- * 減少劇烈運動，鼓勵臥床休息。
- * 使用電動牙刷。
- * 刷牙時宜使用軟毛牙刷或棉花棒。
- * 避免穿太緊的襪子。
- * 有血痂時讓其自行脫落
- * 避免使用灌腸、塞劑及肛溫表。
- * 避免用力擤鼻、若一定需要擤鼻，則由兩側鼻孔溫和的擤鼻
- * 以醫囑服藥，禁服阿司匹靈類藥物。
- * 若流血不止時應就醫。

觀察出血徵兆：

1. 粘膜或皮膚出現紅斑或小紅點
2. 大小便顏色改變
3. 若有頭痛、嘔吐、昏睡及神智混亂，可能為腦出血症狀，應立即就醫

出血處理：

若有局部出血，如鼻孔、牙齦等小出血，可用棉球、紗布直接加壓患處，血止後切不可強行取下痂皮，以免再度出血。

四、口腔潰瘍的照顧

- ◎攝取適當的蛋白質和維生素 B.C，例如：奶、蛋和青色蔬菜。
- ◎加強口腔清潔，於進食後及早晚加強漱口
- ◎增加水分攝取。
- ◎避免攝取過度刺激之食物，例如：太燙或過於酸、辣。
- ◎少量多餐，可視本身情況採用軟質或流質食物。
- ◎必要時可用口腔噴劑或藥水減輕疼痛有關飲食。
- ◎ 避免味道太濃的食物。
- ◎ 避免太油膩的食物，採清淡飲食可減輕噁心、嘔吐感。
- ◎ 可試用各種溫和的調味料，經常變化煮食方式可促進食慾。
- ◎ 用餐前可做適度的活動（散步、伸展操）或可於用餐前飲用助開胃的飲品如：酸梅湯、洛神茶。
- ◎ 如覺口乾可嚼口香糖，增加唾液分泌。
- ◎ 盡量避免食用易產氣的食物，如：豆類、洋蔥、馬鈴薯、碳酸飲料。

- ◎ 如有任何飲食上的問題也可提出和

營養師共同討論。

癌症病患之照護



諮詢電話：(02) 8966-7000 轉 4001

亞東紀念醫院 祝您健康

編印單位:護理部 10D Oncology-009
編印日期:年月日第版
修定日期:97年06月30日
全院編碼:亞東醫院出版品 SH556
材物編碼:
宗旨: 持續提升醫療品質
善盡社會醫療責任