

## 化學藥物治療副作用處理方法

### 噁心、嘔吐、食慾不振

- ⊗ 嘔吐後，應漱口，以保持口腔清潔與舒適。因為早上比較不會有噁心的現象，可在早餐前，進食適量的點心，亦可增加早餐的攝入量。
- ⊗ 選擇自己喜歡的食物少量多餐。如因食用時，感到清淡無味，可選擇口味重的食物，或更換烹調方法，改變口味。
- ⊗ 嘔吐常受心情影響，可藉放鬆心情，分散注意力等改善。
- ⊗ 一般噁心、嘔吐，於治療後 3 ~ 7 天，會漸漸改善。化學治療前、後，醫師也會開給止吐劑，以減少嘔吐發生。

### 腹瀉

- ⊗ 保持肛門外清潔、乾燥，使用清水或溫水坐浴。觀察大小便顏色、性質、次數、排出量。如有特殊變化，請向醫師或護理人員提出。
- ⊗ 腹瀉若有改善，可適度增加低纖維食物，如米飯、土司。
- ⊗ 選擇清淡食物，少量多餐。多攝取水份，維持水份平衡，以防止脫水。化學治療前後，應攝取足夠水份或葡萄柚以外的果汁（每天約 2000 ~ 3000 c.c）。

### 口腔黏膜發炎

- ⊗ 化學治療前應即做好口腔衛生，以防止口腔潰瘍、疼痛等不適。
- ⊗ 多喝開水；每次進食後，須清潔口腔。最好每 2 ~ 6 小時以鹽水漱口一次。
- ⊗ 避免食用過熱、太酸辣、油炸等食物。口腔潰瘍疼痛，會影響進食，可攝取涼而軟、不帶酸味的食物；如蛋糕、冰淇淋、蒸蛋、清蒸魚等。避免粗糙性食物，如芭樂、甘蔗等。

### 口腔黏膜發炎

- ☉ 嘴唇乾裂處，以油性唇膏或冷霜塗抹。以軟毛牙刷或棉枝清洗口腔，切勿用手或不潔物品觸摸潰瘍處；必要時，可請醫師開漱口藥水、藥膏等藥物，依照護理人員解說使用，以減輕不適。

### 預防感染、發燒

- ☉ 治療後 7 ~ 14 天，盡量避免進出公共場所。避免與感冒、咳嗽者接觸；注意保暖，以防感冒。
- ☉ 隨時注意體溫及身體的變化；如有發燒，體溫高於 38 °C 時，立即返院治療，門診時間先看門診，沒有門診直接掛急診。
- ☉ 適量運動，增進血液循環。
- ☉ 攝取足夠營養的食物。多攝取水份，每天約 2,000 ~ 3,000 c.c，預防尿路感染。

### 掉髮

- ☉ 可利用假髮、帽子或圍巾等飾物。
- ☉ 長髮者，最好剪成短髮；減少洗頭、梳頭、燙髮次數。當化學治療停止後，頭髮會再長出。

### 其他

- ☉ 手腳感到麻木、聽力減退、便秘、膚色改變、倦怠或無力等，在治療停止後，會漸漸恢復。

112.01 16-C7-002



新北市立聯合醫院關心您  
聯絡電話 (02) 2982 9111 分機 3200  
若有任何疑問，歡迎您與我們聯絡