



護理指引: 頭頸部放射治療

放射治療透過高能量輻射線抑制癌細胞生長或把癌細胞殺死。附近的健康組織亦會因而受損，而產生副作用。副作用的種類與嚴重程度一般取決於治療的位置及劑量。副作用通常會在治療開始後逐漸出現，可能於餘下治療內持續或加劇。出現的副作用一般會在完成整個療程後逐漸消失。

放射治療可能引起的相關副作用:

1. 疲倦
2. 皮膚反應
 - 皮膚顏色會逐漸變紅，甚至變黑
 - 皮膚變得敏感、繃緊、乾燥、痕癢及疼痛
 - 皮膚出現脫皮或起皰
3. 頭髮脫落
4. 口乾
5. 味覺改變
6. 牙齦活動困難
7. 喉嚨痛、口腔及牙肉疼痛
8. 聲音沙啞
9. 吞嚥困難
10. 食慾下降
11. 聽力受損

相關副作用的護理:

皮膚護理

1. 保持皮膚乾爽和清潔。可使用和暖清水及溫和不含香精成份的沐浴乳或洗髮乳沖洗治療範圍。用柔軟毛巾把皮膚輕輕印乾。
2. 盡量保持身上用作定位的記號。若出現模糊褪色，請通知放射治療師，不要自行填補。
3. 不要使用過熱的水洗澡，及進行熱敷或冰敷。
4. 不要浸浴、游泳或焗桑拿，以防刺激皮膚。
5. 不要於治療範圍內用非處方的藥膏、潤膚露、爽身粉、鬚後水、酒精、香水或止汗劑等。
6. 避免搓擦或搔抓治療部位的皮膚。
7. 保持短的手指甲，以免抓傷皮膚。
8. 避免剃刮治療範圍內的毛髮。如必需，可使用電鬚刨。
9. 穿著衣領較鬆的衣服，以減少治療範圍內皮膚的磨擦。
10. 避免長期暴露於陽光下。可透過戴帽子或使用雨傘減少陽光照射治療範圍內的皮膚。

其他

1. 保持充分的休息，有助體力回復。
2. 多喝水，以保持口腔濕潤。
3. 採用少食多餐的方法，有助改善食慾。如有需要，可攝取適量營養產品以增加體力並幫助修復受傷的組織。
4. 避免酒精及刺激性食物，例如過於辛辣和過鹹的食物。
5. 把食物切成小塊或盡量進食流質或軟身食物，有助吞嚥。
6. 建議使用軟毛牙刷刷牙與醫生建議的漱口水清潔口腔，有助保持口腔衛生。
7. 多做牙齦運動，有助保持牙齦活動能力。

如有任何疑問，可向主診醫生或醫護人員查詢。