

放射治療引起的...

口乾症

放射腫瘤科 9

活動看板 媽媽教室

● 題目：惱人的陰道炎 ● 時間：九十四年十一月十五日(一)下午1:20-1:50
● 地點：門診大樓一樓婦產科候診區 ● 主講人：護理師徐嘉佩 ● 諮詢醫師：婦產部 婦科主任 劉文雄 醫師



護理師 / 唐佩玲

頭頸部癌症（鼻、咽、喉、口腔、顎、頰、舌、唇）接受放射治療而導致的口乾症，對病患及家屬而言都是一個很大的困擾，因此藉由衛教病患家屬們如何來因應，將可幫助他們將口乾症的影響減到最小。當唾液腺在照射的範圍內，且照射的劑量達1000CGY時，即開始感覺口乾、口腔燒灼感，且口乾情形會依治療時間增長，劑量的增加而逐漸加重，可持續 6 個月或更久；當放射治療的劑量在4000cGY以上時，口乾現象則無法於治療結束後回復正常，而伴隨著病患成為慢性、持續存在的困擾。

口乾症對病患的影響有

- (一) 進食困難：病患因唾液減少，對食物的口味改變，導致胃口減少，且吞食食物時較困難。
- (二) 蛀牙和牙周病：病患因唾液變得較黏稠，無法發揮洗滌牙齒的功能，並且因唾液的酸鹼度改變，致口內菌改變而容易導致蛀牙和牙周病發生，且因口腔及食道被細菌和黴菌感染易有口腔炎。
- (三) 病患常因口乾不適，需半夜爬起來喝水而影響睡眠。
- (四) 工作上需要常與他人交談性質的職業，如教師、播音員等等，病患因口乾須中斷談話，往往造成工作上的影響，甚至在日常生活中，必須常常在他人面前頻頻喝水，這些都令病患覺得非常困擾。

治療前病患必須詳細了解口乾症發生的原因及影響，作心理上的接受及生活的調適改變。醫護人員會評估病患進食的狀況與能力，教導流質、軟質的食物選擇，以增加營養的攝取。在進食上要注意應避免難嚼或乾的食品，如麵包、麻糬、饅頭等，可食較濕軟及湯汁較多的食物，如配合湯或調味汁可協助食物更易吞下，例如碎肉鹹稀飯、軟麵條、蒸蛋、蔬菜泥、各種口味的麥片粥...等，蔬果原汁、冰淇淋、優酪乳亦是很好的選擇。二餐之間可增加水份的攝取，少許口香糖可刺激唾液分泌，可食用木瓜或木瓜汁可使唾液較不黏稠等，皆可增進口腔舒適感。飲酒及抽煙會增加口乾的不適，病患應避免。

在口腔的照護上，當口腔粘膜有破損時，最重要的是保護口腔黏膜、舌頭，減少損傷及預防感染，並且隨時做評估，必要時可依醫囑使用止痛劑。治療後需定期的做牙齒檢查及口腔護理，進食前後均應執行口腔護理，並使用軟毛牙刷刷牙，平時要多漱口或每 2 小時以鹽水含漱，但避免使用含酒精性的漱口劑。在氟劑的使用上要注意，每晚睡前要塗含氟劑，並停留 5 分鐘，含後 30 分鐘內不可進食，若有齲齒，則應每日塗氟化劑 2 次。坊間現有一些人工唾液的產品，如口腔凝膠、天然漱口水及口香糖等，皆可促進口腔的舒適，病患可依個別需要而使用。

雖然頭頸部放射治療會造成一些副作用，但是對癌症這種可能致命的惡性疾病而言，這些副作用的代價相對是較小的。近年來放射治療採用立體定位技術，可或多或少避開照射到唾液腺，口乾問題應可減輕。以現代醫學的進步，治癒率大大地提高，放射治療造成的急性副作用如疼痛，皆可暫時用藥物來控制，但長期慢性對生活上的影響，需要病患與醫護人員費心的照顧，如此才能達到現代醫學延長了生命，也提高病患的生活品質。