

口腔黏膜炎照護指導

一、口腔黏膜炎原因及分級症狀

(一)原因:放射線或化學治療產生。

(二)發生時間:口咽部黏膜發炎、潰瘍。

化療後 4-7 天開始，放療約第 2-3 週開始。



圖片來源:
<https://ssur.cc/y4yiJo4>

分級	分級症狀
一級	有紅斑及疼痛
二級	有潰瘍、出血，可進食乾食
三級	有潰瘍、出血，僅能進食軟質
四級	組織壞死，自發性出血，無法進食

二、口腔黏膜自我檢查

治療期間每天觀察口腔黏膜 1~2 次。檢查前先將雙手洗乾淨，使用手電筒及鏡子自我檢查口腔內上下頷、內頰和牙齦、嘴唇及舌頭等部位，觀察有無紅腫、潰瘍或白斑之情形。



圖片來源:
<https://ssur.cc/xpgNdG8>

三、口腔護理方法

				
每天用牙線，若有出血，可用海綿棒沾漱口水清潔牙齒。	使用軟毛牙刷刷牙，不要用電動牙刷，避免牙齦受傷。	每 1~2 小時使用中性漱口水，保持口腔濕潤。	使用水溶性護唇膏滋潤嘴唇，保持口腔溼潤。	口腔清潔時，將假牙移除，讓牙齦休息 8 小時/天。

四、居家照護

			
<p>有口腔疼痛、紅斑合併潰瘍及影響進食時，口腔黏膜評估，至少一天三次，暫時不要戴假牙，直到症狀改善。</p>	<p>化療期間每天做口腔護理，並自我檢查口腔 1~2 次。白天可 1~2 小時漱口一次，夜間則 4 小時一次，若症狀加劇則可增加漱口次數。</p>	<p>避免抽菸、喝酒及刺激性食物（酸性、粗糙、熱食、辣的食物及補性食物，如：麻油、人蔘、雞精），可選擇冰淇淋及軟質食物。</p>	<p>應諮詢或返院情形：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 口腔疼痛無法進食或吞嚥。2. 口腔出現白斑、發紅、腐臭味或體溫 $>38^{\circ}\text{C}$，可能表示有感染發生。3. 牙齦、口腔出血持續 2 分鐘以上。

圖片來源：國民健康署健康九九網站、免費口腔照護卡圖庫

參考資料

陳彥好 詹雅惠 鄭慧娟(2021)·一位初次診斷口腔癌病患之照護經驗·高雄護理雜誌，38(1)，110-121。DOI: 10.6692/KJN.202104_38(1).0010。