



腸愛

化學治療
照護手冊

姓名：

◎住院時請記得攜帶照護手冊



戴德森醫療財團法人基督教醫院 11D編印

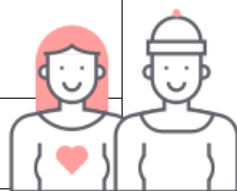
個人基本資料

-讓我們更了解您-

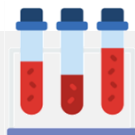
化學治療順利的關鍵，除了醫療人員的醫療照護外，更重要的是妥善的自我照顧，我們特地設計了-**腸愛化學治療照護手冊**，配合化療期間，提供紀錄觀察表，協助關心您及記錄自己的健康狀況，並讓醫療人員做最好的照顧及叮嚀。

◎妥善使用本手冊，就是愛自己的開始，請記得每次住院時，都要攜帶喔！

部位：	☐ 左鎖骨	☐ 右鎖骨		
彎針：	☐ 短針	☐ 長針		
回血：	☐ 有	☐ 無	☐ PUMP 滴注	
醫師：	☐ 方	☐ 林	☐ 朱	☐ 黃
假牙：	☐ 無			
	☐ 有	☐ 活動	☐ 固定	
		☐ 上	☐ 下	
視力：	☐ 老花	☐ 近視		



抽血報告



日期	白血球	血紅素	日期	白血球	血紅素
/			/		
/			/		
/			/		
/			/		
/			/		
/			/		
/			/		
/			/		
/			/		
/			/		
/			/		

■若想了解抽血報告，請醫護人員幫您查詢。

腸保健康之計

你我同心協力

我們一直都在。



癌症有效控制需要靠預防、早期發現以及積極治療態度三個步驟對付癌症。讓我們在這癌症的陰影裡，由您的毅力、決心與專業醫師的偕同治療中，一起改善生活品質及提升癌症的治癒率。

化學治療是目前癌症治療主要的方式之一，但治療所產生的副作用卻往往是中斷治療的主因，因此，如果更了解這些副作用的發生及處理方式，相信必能使您更勇敢面對並接受治療，同時也可減少其在治療過程中不適情形的發生。



目錄



準備篇

- | | |
|----------------------|-----|
| 1.了解化學治療流程-為化療做好準備 | 1 |
| 2.人工血管自我照顧-什麼是人工血管呢？ | 2-3 |
| 3.抗癌前身心準備操-如何面對新生活 | 4-5 |
| 4.台灣人憂鬱症量表 | 6-7 |

化療期間篇

- | | |
|------------|------|
| 1.施打化療藥物流程 | 8 |
| 2.化學藥物介紹 | 9-10 |

常見副作用篇

- | | |
|--------|-------|
| 噁心、嘔吐 | 11-13 |
| 腹瀉 | 14 |
| 便秘 | 15 |
| 疲倦 | 16-17 |
| 口腔潰瘍 | 18 |
| 掉髮 | 19 |
| 手足症候群 | 20 |
| 感覺神經異常 | 21 |

化學治療Q&A

22-23

第1-12次自我返家觀察記錄篇

24-37

資源篇

38

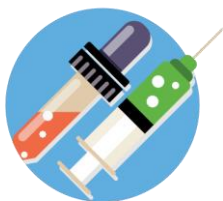
化療流程 - 為化療做好準備



1 做好充分的
身體和心理準備



2 醫師會密切為您
安排治療及相關化驗



3 化療前完成驗血
確保接受化療是安全的



4 手術植入
人工血管來施打
化學藥物



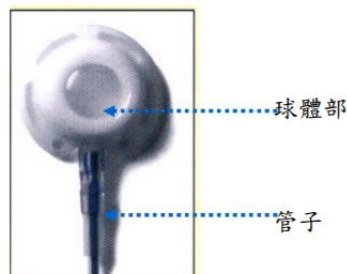
5 施打過程會向您解釋
所需化療時間及副作用



6 返家適當的休息
觀察記錄副作用之產生

人工血管自我照顧- 什麼是人工血管呢?

◎人工血管除了提供化學治療使用，也可以做為加藥、輸液、靜脈營養與抽血的途徑，在無感染阻塞的情形下可長期反覆使用，減少周邊血管受刺激而硬化或壞死。

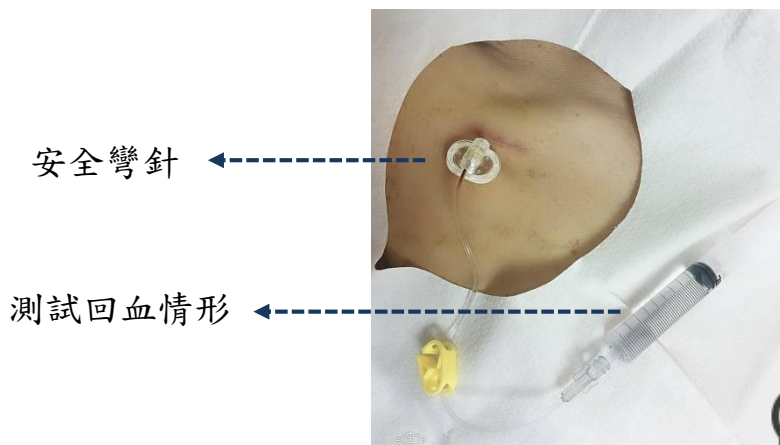


◎一般由大靜脈植入者，通常是裝置於前胸鎖骨處。

◎由外表看，約十元硬幣大小之凸起，這並不影響個人的日常生活、休閒及運動。

◎人工血管必須使用特製安全彎針來做注射動作。

◎請留意每次人工血管的回血情形，以提供醫護人員下次判斷人工血管功能的重要訊息。



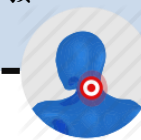
很重要喔！

人工血管自我照顧 - 該怎麼去照顧它呢?

1、化療結束，移除彎針後會以紗布覆蓋，紗布可在**第2天移除**，若無出血保持乾燥清潔即可



2、注意管路周圍皮膚，如果有出現**紅腫熱痛**或全身發冷發熱以及頸部或手臂**腫脹**情況，立即與醫院連絡



3、傷口癒合後，可以依平常的習慣洗澡，但力道需輕柔**避免用力搓洗**人工血管處



4、同側手臂避免360度旋轉、提過重物品、碰撞人工血管、劇烈運動，以避免移位；可選擇慢跑、打太極拳等溫和運動



5、若人工血管不再使用，需定期**每1個月**返診，以抗凝血劑沖洗一次，避免阻塞



如何面對新生活₁



學著適應化學治療

雖然接受化學治療會面臨許多改變，但這些是可以藉由學習而適應的。當然首先要知道什麼是化學治療，以及他會帶來什麼影響，接下來再尋找因應之道，另外好好照顧自己，以保持良好的生理狀況。家人及朋友的支持，皆可協助您適應得更好。

情緒起伏

在治療期間您可能因為治療效果或副作用，而感到沮喪、無助，又或許擔心經濟的問題、家庭問題而造成有情緒上的起伏，有些情緒起伏可說是正常的，但不要讓它造成您生活上的困擾。此外當有情緒變化時，可藉著以下一些方法來幫助自己平復失衡的情緒。例如；與他人聊聊天說出心中的感受，可以找家人、朋友或是與您相同的病友，當然醫護人員、社工人員也都是您可以傾訴的對象。

好好照顧自己

良好的自我照顧可以使您恢復快一點，攝取均衡營養、保持心情愉悅、充分的休息也可以減輕或防止一些副作用發生。



如何面對新生活₂

攝取均衡營養

癌症病人較一般人更需要更多的熱量及蛋白質來修補細胞增強免疫系統，均衡的營養可以提供足夠的能量來幫助您的康復，吃得太補或太少都不好。

◎住院期間可詢問醫師是否可額外補充營養品

如：克速鎮、益順寶、化療漾、素養療、愛沛元氣素

保持心情愉快

放鬆心情可助於穩定情緒減緩副作用，可以聽柔和的音樂、做運動、試著找些可讓您放鬆心情的方法。

充足的休息

在治療期間，可能特別容易感到身體疲倦、體力減少、睡眠不足的問題，可以睡前洗澡幫助心情穩定，避免午後喝含有咖啡因的飲料，睡可以告知醫師，開藥服用。



困擾溫度計



(一)最近一星期，您的新困擾程度有多大？
請在下圖中圈選適當數字(從0到10分)

(二)在最近一星期，您是否有下列的問題，請務必在每個項目勾選「是」或「否」。

極度困擾

10

9

8

7

6

5

4

3

2

1

0

無困擾

是否 實際的問題

- ☐ ☐ 照顧小孩方面
- ☐ ☐ 居住方面
- ☐ ☐ 保險／經濟方面
- ☐ ☐ 交通方面
- ☐ ☐ 工作或就學方面
- ☐ ☐ 治療方式的決定

家庭問題

- ☐ ☐ 和小孩相處方面
- ☐ ☐ 和伴侶相處方面
- ☐ ☐ 擔心不孕
- ☐ ☐ 家人健康的議題

情緒問題

- ☐ ☐ 憂鬱
- ☐ ☐ 害怕
- ☐ ☐ 緊張
- ☐ ☐ 難過、傷心
- ☐ ☐ 擔心
- ☐ ☐ 對日常活動失去興趣

☐ ☐ 靈性宗教的問題

是否 身體的問題

- ☐ ☐ 外觀方面
- ☐ ☐ 沐浴或穿衣方面
- ☐ ☐ 呼吸方面
- ☐ ☐ 小便方面
- ☐ ☐ 便秘
- ☐ ☐ 腹瀉
- ☐ ☐ 進食方面
- ☐ ☐ 疲倦
- ☐ ☐ 腫脹感
- ☐ ☐ 發燒
- ☐ ☐ 行動方面
- ☐ ☐ 消化不良
- ☐ ☐ 記憶力或專
- ☐ ☐ 注力方面
- ☐ ☐ 嘴巴破皮
- ☐ ☐ 噁心
- ☐ ☐ 鼻子乾或鼻塞
- ☐ ☐ 疼痛

健康問卷



過去二周，你會覺得…

	一點也不	有幾天	超過一年	幾乎天天
1. 做事沒有興趣或樂趣？	0	1	2	3
2. 憂鬱（你覺得心情低落或是鬱悶、或感到絕望？）	0	1	2	3
3. 睡眠問題（睡不著、易醒、睡太多）	0	1	2	3
4. 覺得疲倦或沒有體力	0	1	2	3
5. 吃不下或吃太多	0	1	2	3
6. 覺得自己不好？（覺得自己失敗或讓自己或家人難過、丟臉）	0	1	2	3
7. 注意力不集中（讀報、看電視）	0	1	2	3
8. 行動或說話慢，或比平常更明顯的坐立不安	0	1	2	3
9. 有死亡的念頭或想傷害自己	0	1	2	3

10-14分：輕度憂鬱

15-19分：中度憂鬱

20分以上：重度憂鬱



通知住院、抽血

化療期間篇

1. 抽血白血球需達3000/uL以上才可施打並經醫師評估後施打藥物
2. 請留意自我身體狀況，如有感冒、身體不適，應與醫師討論
3. 告知醫療團隊，前次施打藥物之副作用，以提供相關衛教



施打化療藥物前置藥物

1. 生理食鹽水: 增加藥物代謝並補充水分
2. 抗過敏藥物、止吐藥物、維持體液電解質之藥物



施打化療藥物

1. 醫師會針對癌症期別及藥物特性提供並建議施打之藥物
2. 應注意副作用之產生，若不適應立即告知，給予緩解藥物
3. 護理師會評估及衛教相關副作用及衛教事項
4. 藥物施打大部分需要約2~3天的時間才可完成



施打化療藥物後藥物

1. 生理食鹽水: 增加藥物代謝並補充水分
2. 止吐藥物、維持體液電解質之藥物



返家休息

1. 維持營養的攝取、充足的睡眠
2. 提供返家副作用緩解之藥物
3. 隨時注意副作用之產生並記錄

化療藥物介紹 - 我施打了什麼藥物呢?

- ◎護理人員會將您施打的化療藥物貼上，讓你我更清楚您施打
了什麼藥物。
- ◎藥物因人而異，除注意施打藥物副作用外，若有發生其他副
作用，應告知醫護人員。

掉髮	手足症候群	出血	頭痛	眩暈	便秘	高血壓	疲倦	痊瘡	周邊神經敏感	白血球下降	腹瀉	口腔潰瘍	噁心及嘔吐

化療藥物介紹 - 我施打了什麼藥物呢?

◎護理人員會將您施打的化療藥物貼上，讓你我更清楚您施打
了什麼藥物。

◎藥物因人而異，除注意施打藥物副作用外，若有發生其他副
作用，應告知醫護人員。

掉髮	手足症候群	出血	頭痛	眩暈	便秘	高血壓	疲倦	痊瘡	周邊神經敏感	白血球下降	腹瀉	口腔潰瘍	噁心及嘔吐

常見副作用篇- 噁心、嘔吐

◎最常見副作用，這些症狀可能在治療一開始就出現，或是治療後八至十二小時才出現，通常是暫時性的。

我該怎麼選擇食物及飲食習慣？



* 少量多餐、清淡、溫和無刺激性的飲食方式，且避免甜食、太鹹、油膩、辛辣的食物。

* 可攝取冰涼酸性飲料，例如：柳橙汁、酸梅汁、檸檬水等飲品。

* 可吃酸味食物，如：例：酸梅、八仙果、陳皮、無花果、羅漢果。

* 早上起來可以吃乾性的食物，例如：吐司、麥片、蘇打餅乾等。

* 飯後1~2小時坐在椅子上休息，不要馬上臥床。

* 芳香療法：用嗅聞精油方式，如薰衣草、檸檬、荳蔻或薄荷，來降低噁心感。

* 加強口腔清潔的護理，口腔清潔劑的選擇以個人喜好為主，以不增加噁心嘔吐感為原則，如檸檬水、茶水、開水或含薑片等。嘔吐後應漱口，保持口腔清潔。



藥物輔助

* 當您施打化療藥物前都會為您施打預防性止吐藥物，若施打過程中，仍有噁心不適，仍可向護理人員要求施打藥物或自費藥物來緩解不適。

中醫穴道輔助篇- 噁心、嘔吐

* 本院可協助會診中醫師，一起配合治療，已達更好的副作用緩解。

* 穴位的按摩包括**內關穴**、**足三里穴**，方法為在穴位上按壓至覺得有酸、脹、麻的感覺，持續時間則以三至五分鐘為宜。



位置

手伸平，手掌向上，
位於手腕橫紋後，
約三橫指寬的中間，
在兩筋之間。

位置

膝眼下三吋，
約四橫指的距離，
有一凹溝處。
或以手大拇指按膝蓋上，
其他四指併攏，放膝蓋骨
外側，中指尖
碰到的凹陷處



中醫膳食護理-噁心、嘔吐

* 膳食的重量度量單位1錢約等於3.75公克

* 漂洗為將藥材過水快速沖洗

◎生薑紅糖飲

食材：生薑15公克、紅糖適量。

作法：生薑洗淨切片，加600ml水，以大火煮滾後加入紅糖，轉小火續煮5分鐘，飲用即可。生薑不宜久煮以免精油揮發。

◎楂麥和胃茶

食材：山楂3兩（約110公克），炒麥芽3錢（約110公克），廣陳皮3錢（約11公克），甘草（7.5公克）。

作法：以上藥材先以快速漂洗瀝乾，加2000ml水，以大火煮滾後，轉小火續煮20分鐘，去渣飲用即可。

◎佛手柑片煎水代茶

食材：佛手柑（乾品）2~3錢（約7.5公克~11公克）。

作法：將佛手柑置於杯或小壺中，加入300ml滾熱開水沖泡，浸泡5分鐘以上，待出味即可飲用。

◎陳皮煎水代茶

食材：陳皮2-3錢（約7.5公克~11公克）。

作法：將陳皮置於杯或小壺中，加入300ml滾熱開水沖泡，浸泡5分鐘以上，待出味即可飲用。

◎玫瑰茉莉茶飲（一杯量）

食材：玫瑰花（深紅色）5朵，茉莉花3公克

作法：將花置於杯中，加入300ml滾熱開水沖泡，浸泡5分鐘以上，待出味即可飲用，也可加適量蜂蜜調味。



常見副作用- 腹瀉

腹瀉期間我該如何補營養呢？

* 腹瀉期間無嘔吐者需補充足夠的蛋白質、碳水化合物與維生素，適宜進流質或半流質少渣飲食，可選用小米粥、麵包、桂圓、蓮子、麵條、果汁、碎瘦肉與禽蛋類、魚類。

腹瀉期間禁忌食物

* 飲食中禁忌的食物，忌高脂肪、多渣食品，如：菠菜、韭菜、芹菜。

* 忌產氣類食物，如：豆類、蘿蔔、南瓜、牛奶和乳製品，以防腸脹氣。

* 忌刺激性食物。

上述食品可刺激腸道而加速腸蠕動，故都不宜食用。



腹瀉護理

* 排便頻繁者，會使肛門皮膚黏膜受損，引起瘙癢、疼痛、感染，所以便後，用溫水沖洗或柔軟布巾清洗擦拭肛門，保持清潔乾燥，在肛門周圍塗凡士林膏或醫師開立抗生素軟膏。

藥物輔助

* 當您施打化療藥物期間，若腹瀉大於5次，應立即告知醫療團隊，我們會給予藥物，以緩解腹瀉之困擾。

常見副作用- 便秘

如何改善便秘呢？

*除非有禁忌，否則鼓勵增加水分的攝取（每天喝1500～2000毫升），並減少咖啡因和酒精的攝取量。

*攝取足夠的膳食纖維，蔬菜葉、香蕉、五穀食品類。

*飲食上避免酒類、過度煎炒、燒烤、炸、辛辣、巧克力等容易造成便秘食物，宜清淡飲食。

如何預防便秘呢？

*每天做充足的運動並建立規律的運動習慣，每日步行20分鐘以上，養成運動習慣，適度的運動可讓腹部運動進而促進腸胃道的蠕動。

*養成好的排便習慣（如每天定時清晨步行後或飯後30分鐘時如廁）。

*腹部按摩可由病人本身或照顧者操作，腹部按摩順時針方向可放鬆腹部肌肉和改善循環，也能刺激腸蠕動或幫助排氣，施壓按摩15分鐘。

藥物輔助

當您施打化療藥物期間，若有便秘困擾，應立即告知醫療團隊，我們會給予藥物，以緩解困擾。



癌不起的疲憊

評估您的癌因性疲憊嚴重程度

在我們一生中，大部分人都有感到非常疲憊或疲勞的時候
在過去的一週內，您有沒有感到異於平常的疲倦或疲勞？

有 ☐ 沒有 ☐

選出一個最適合表達您今天感受的數字

FATIGUE SCALE



不疲憊



輕微疲憊



中度疲憊



重度疲憊



極度疲憊

0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

■若您或您的家人的疲憊分數為4分以上，可以向您的醫師請教可能的原因及可能可以處理的方法。

常見副作用- 疲倦

癌症相關疲倦常見的症狀為虛弱或下肢沉重、注意力不集中、缺乏動機或對日常活動不感興趣、睡眠減少或紊亂感覺、睡眠無法恢復精神、情緒反應、有困難完成日常任務、短期記憶困難及費力後疲倦持續數小時。



如何緩解疲倦感？

＊當感到疲倦時就需休息。於癌症治療前及治療後安排一段休息的時間，延長夜晚睡眠時間，早晨睡晚一點或晚上早點睡，中午小睡片刻，避免疲倦的有效方法是避免長時間臥床休息。

＊儘可能地維持平常的生活型態；並根據其體能程度安排適當的活動。若體力無法維持平常的生活活動時，可將體力保留應用於必需重要日常活動，如訪客時間安排於休息時間。

＊維持平常的休息及睡眠型態：遵守平常習慣的就寢時間，減少環境中分散注意力的事物，利用可促進鬆弛的技術如睡前洗個溫水澡、按摩、聽聽音樂。

＊給予合宜的刺激以增加其舒適-影音的刺激（例如：音樂、電視），維持室內的明亮度。局部按摩指壓，以促進血液循環、增加舒適。

＊攝取足夠營養，以補充體力，如：高鐵、高蛋白、高維他命、高礦物質的食物，如：肉類、深綠色蔬菜、動物的肝臟等。



常見副作用-口腔潰瘍

如何緩解口腔潰瘍？

*如有口腔潰瘍，要注重口腔衛生，刷牙使用軟毛刷，進食後要用生理鹽水漱口，每天用牙線清潔一次，嘔吐後亦要漱口清潔口腔。

*如情況嚴重至牙肉紅腫或潰爛，便需要醫生處方藥用漱口水，勿自行隨便使用漱口劑，以防刺激口腔的黏膜。

*食物要溫度適宜的流質或軟體食物，更要注意避免粗糙、太熱、太乾或酸性的食物，例如：辛辣太酸、油炸食物並避免抽煙及喝酒。

*每天利用手電筒、鏡子檢查口腔。

*每次進食後以茶葉水、檸檬水漱口，保持口腔衛生清潔。

*多喝水，以補充體內喪失的水分。



常見副作用-掉髮

如何緩解掉髮？

*化療藥物產生的**短暫性掉髮**，通常出現於化療後的2～4週，但停藥後約三個月，頭髮會再長出來，可依據個人喜好選擇合適的假髮、戴頭巾、帽子或剪短髮，以及避免染燙以減少化學藥劑的傷害。

*選用溫和的洗髮精，用質軟的梳子，整理頭髮時動作宜輕柔，**吹頭髮時溫度不要過高**，避免使用染髮劑、髮膠或燙髮。

*肩頸的血液順暢，頭髮的血液才能順暢，所以每星期可最少兩次肩頸按摩。

*減少化療掉髮，那就是在化療過程之中，全程戴著冰帽子，冰凍頭皮，當頭皮被冰凍時，血管因為寒冷而收縮，如此一來，化療的藥物就難以到達頭皮，自然就會減少對毛囊造成的響，因而減輕掉髮現象（瑞典製造 DigniCap 冷凍帽試驗成功）。



常見副作用-手足症候群

如何緩解手足症狀？

- * 避免接觸熱源，例如：接觸熱水、長時間淋浴，洗三溫暖、曬太陽等。
- * 避免按摩手腳，增加壓力及摩擦。
- * 避免使用以手操作的工具，例如螺絲刀或錘子、刀子或菜刀等。
- * 勤擦尿素軟膏或維生素ADE潤膚霜。
- * 以輕拍的方式擦乾皮膚，不可以摩擦。
- * 穿拖鞋或其他寬鬆，通氣性好的鞋子，不要穿太緊的鞋子。
- * 避免接觸化學製品例如清潔用品，可能使手足症候群惡化。
- * 在家裡穿著涼鞋，可抬高手及腳部以改善其血液循環。
- * 避免執行勞動之粗工作如：整理花園及粗重之家事。
- * 避免穿戴洗碗手套，可請別人代替洗碗，以免橡膠會使手部發熱而引起發紅之皮膚脫皮或破裂。



常見副作用-感覺神經異常

如何緩解手腳麻木感呢？

* 多喝水，溫水不要過涼過熱，減少藥物毒性。

* 周圍神經毒性的病人，注意保溫保暖，洗漱儘量用溫水，不碰涼水和金屬及吹冷風。

* 冬季穿暖和的衣服，特別是手腳保暖、戴厚手套、穿厚襪子。

* 肌肉無力的時候，走路和上下樓梯都要注意，不要讓病人單獨外出及開車。

* 病人感覺異常的部位要多按摩，用熱水泡腳，泡澡但是切忌水過熱

* 感覺異常，要小心直接使用熱水袋以防燙傷，小心使用火燭，燃氣灶和搬重物。



化學治療Q&A₁

一、什麼是癌症的化學治療？

癌症的化學治療，即利用藥物來治療癌症的方法。化學治療是經由停止癌細胞的生長或直接破壞癌細胞等手段來達成治癌的目的。

化學治療主要是利用化學藥物來控制癌細胞的生長，而這一類的藥物對生長較快速之細胞有殺傷的作用。化學治療有很多種，分為；口服、皮下注射、肌肉或靜脈注射等，而以靜脈注射較為常見。

二、化學治療可以達到何種效果？

我們可以期待達到以下五個目標

1. 治癒癌症
2. 避免癌細胞之擴散
3. 緩解癌細胞的增殖
4. 緩解腫瘤所引起的不適症狀
5. 改善病人的生活品質

三、應該接受多少次和多久化學治療？

一般是根據癌症之類別、期別、治療的標地、藥物的使用，以及化學反應之差異性而不同，有時需要根據血液檢查及身體狀況延長治療次數。醫師會與您討論多久做一次化學治療、要做幾次治療以及要做多久。

化學治療Q&A ₂

四、有哪些副作用？

既然化學治療會消滅生長快速的癌細胞，當然也會影響正在生長的正常細胞，例如；造血、腸胃、口腔黏膜以及髮根等細胞。至於其他的器官，例如；心臟、腎臟、膀胱、肺臟以及神經系統也或多或少會受到侵犯。最常見的副作用為；嘔吐、掉髮、疲倦、其他則為；出血、感染以及貧血。

五、副作用將持續多久？

大部分副作用在化療後會漸漸消失，恢復的快慢與您本身的身體狀況以及使用的化學藥物很有關係，所以有的很快恢復，有的需要數月，甚至有的是終其一生皆受影響。假如有這些情形，應盡早與醫師討論，以便能預防更進一步副作用的產生。

六、化學治療結束後應注意事項

- 1.一般必須再度評估是否達到我們預期之治療目標
- 2.偵測是否仍有癌細胞的殘留，決定是否再進一步治療。
- 3.評估病人營養的狀態、維持造血機能的恢復以及心、肝、肺、腎臟等器官的受損度，以便將來給予適當的照顧及治療。

第1次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

第2次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，
並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

第3次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

第4次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

第5次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，
並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

第6次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，
並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

第7次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，
並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

第8次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

第9次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，
並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

第10次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，
並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

第11次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，
並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

第12次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，
並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

第 次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，
並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

第 次化療症狀紀錄

日期：

請接受化療返家後自我評估是否有相關副作用發生，
並依嚴重度勾選✓

症狀	 無	 輕度	 中度	 重度
噁心				
嘔吐				
疲倦				
掉髮				
便秘				
腹瀉				
痤瘡				
手腳麻				
食慾差				
口潰瘍				

其他：

健康狀況評估分數_____分，量表請詳見第06-07頁。

資源篇



<http://www.tcca-care.org.tw/index.php>

台灣腸癌病友協會



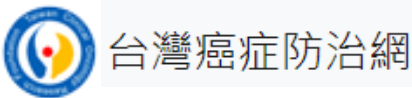
<https://www.canceraway.org.tw>

台灣癌症基金會



<http://web.tccf.org.tw/>

台灣癌症防治網



有獎徵答-你我來找碴

- () 1.請問當遇到周邊神經病變時該怎麼處理？
(1)多喝冰水；(2)穿保暖衣物及手套；(3)冰水泡腳
- () 2.請問當遇到口腔潰瘍時該怎麼處理呢？
(1)使用硬毛牙刷；(2)避免過熱、辛辣及酸性食物；
(3)含有酒精漱口水
- () 3.請問可適當緩解噁心嘔吐的穴道是哪一個？
(1)內關穴、足三里穴；(2)曲池；(3)睛明穴
- () 4.請問我們護理站提供了哪種中醫茶飲？
(1)生薑紅糖飲；(2)人參茶；(3)陳皮煎水代茶
- () 5.請問化療後幾個月掉髮情形會改善並重新再生髮？
(1) 1~3個月；(2) 3~6個月；(3) 7~9個月
- () 6.請問當白血球低下時，應注意什麼，何者錯誤？
(1)多吃生菜沙拉；(2)出入公共場所要戴口罩；
(3)勿憋尿

■答案就在交誼廳和走廊海報上喔！

■完成以上題目後沿虛線撕下，繳交給護理站！

參考文獻₁

病人健康狀況問卷社團（2024年5月6日），法人台灣憂鬱症防治協會。取自<http://www.depression.org.tw/detection/index>

林美良、林佳靜、張鶴齡、羅琦、馮清醇、鄭春秋（2022）。贅生性疾病之護理。成人內外科護理上冊（六版，699-703）。華杏。

高政韻、簡辰宇、徐嫻媚、葉育珊、劉晉東、王淮真（2019）。探討健脾茶對功能性消化不良脾虛濕阻證的成效—以大專生為例。嘉大體育健康休閒期刊，18(2)，26-35。

施美玲、寇蕙蓀、許麗玉、陳孟君（2022）。穴位按壓對緩解接受化學治療乳癌病人急性與延遲性噁心嘔吐影響之系統性文獻回顧與臨床應用。腫瘤護理雜誌，22(2)，21-33。

癌因性疲憊症之臨床治療指引（2023年5月1日），台灣癌鄭安庭緩和醫學會。取自：http://www.wecare.org.tw/?post_type=new&p=6048

簡淑慧（2019）。癌症病人的護理。最新實用內外科護理學上冊（六版，(5)30-(5)-56）。永大。



腸腸久久 愛你長久

 院址：600嘉義市忠孝路539號

 網址：www.cych.org.tw

 諮詢服務電話：05-2765041

☐ 11D病房：轉8191-8194

☐ _____：轉

護理部 11D病房制訂／直腸外科協助審視
心理師協助審視／護理指導組審閱
編號D005 修訂日期：2024年06月12日



化學陣線聯盟



腸愛化學治療手冊