

癌症治療之口腔潰瘍照顧

一、口腔潰瘍發生的原因

- 1.一般化療後 4~7 天出現口腔潰瘍，7~14 天最為嚴重。
- 2.放射線治療約 2~3 週出現。
- 3.其他：口腔衛生不良、齒齦疾病…等。

二、常見症狀

- 1.口乾。
- 2.口腔內雙頰有破皮情形。
- 3.口腔內偶會出現白斑及粗糙情形。
- 4.吃東西時會覺得吞嚥困難及疼痛。
- 5.吃任何東西會覺得味道改變或沒有味道。
- 6.食慾下降。

三、治療及照顧之方法

- 1.若沒有特殊限制，每日可攝取 2000cc 的水分。
- 2.可經常濕潤口腔、使用人工唾液，也可口含冰塊、吃無糖檸檬糖，以減輕口乾現象。
- 3.多攝取溫和的高蛋白軟質飲食，例如：以水煮或清蒸魚類及蛋等。
- 4.避免抽菸（含電子煙）、喝酒、吃檳榔。
- 5.避免吃過熱、辛辣及酸性食物。
- 6.疼痛厲害時，可吃冰涼的食物，例如：布丁、豆花、冰淇淋或優格…等。
- 7.用餐後睡前使用軟質牙刷刷牙。
- 8.市售的漱口水因常含有酒精或甘油等收斂劑，會使口腔更乾燥不適，可採用溫水漱口即可。
- 9.若有需要塗抹藥品（例如：Dexaltin），其藥物作用為抗發炎，請在三餐飯後及睡前漱口後使用，且需隔 30 分鐘後。
- 10.臨床常使用 Difflam 0.3%非類固醇消炎止痛劑，直接噴於疼痛紅腫部位後慢慢吞服，減輕疼痛來增加飲食攝取量。
- 11.輔助性使用麩醯胺酸 L-glutamine 增加口腔黏膜癒合。

癌症治療之口腔潰瘍照顧

四、口腔自我檢查

每日至少兩次使用手電筒與鏡子觀察黏膜的顏色及破損的大小，包括：嘴角、內頰上、下、顎、牙齦及舌頭。

五、口腔清潔

- 1.使用小而軟毛牙刷刷牙，一天 2~4 次。牙刷使用後應自然乾燥，至少 1 個月更換 1 次。
- 2.使用舌苔刷刷舌苔，一天 2 次。
- 3.漱口水：以溫和漱口水為主，如：生理食鹽水或小蘇打水。

參考資料

- 曾秀如、曾翠怡、吳靜儀、黃美玲、陳姝年（2018）。降低頭頸癌接受放射線治療病患之口腔黏膜炎 Grade II、Grade III 的發生率。《領導護理》，19(2)，91-105。
doi:10.29494/LN.201806_19(2).0008
- 林雅雯、周三芳、謝忱希、劉莉妮（2022）。居家簡易口腔護理對口鼻咽癌病人口腔黏膜炎的成效—類實驗研究。《護理雜誌》，69(4)，53-54。
- 游馥蓮、李宜瑩、吳怡淳、陳明玲、林幸君（2024）。麩醯胺酸是否可有效改善癌症患者放化療後造成之口腔黏膜炎。《實證護理》，31(1)，34-35。