

一、皮膚反應：

皮膚反應發生於一、兩星期後，會有皮膚發紅或變黑、皮膚敏感性增加或輕微水腫。持續放射治療會使皮膚易乾癢、易脫皮。

自我照顧

- 1、皮膚破損時需保持傷口周圍清潔。
- 2、避免照射部位直接曝曬陽光。
- 3、盡可能保持皮膚之乾燥和通風。
- 4、皮膚上有做標記之處宜維持其完整性。
- 5、要剃鬚子時只可以使用電動刮鬚刀以防刮傷皮膚。
- 6、避免長期過冷或過熱的溫度刺激（熱水袋或冰袋）
- 7、可使用冷水毛巾冷敷、保濕。
- 8、放射治療前勿使用任何敷料於照射處。放射治療後可依醫囑使用嬰兒油、止癢藥膏、或燙傷藥膏等於患處。

二、口腔炎：

開始時會感口腔內乾燥疼痛，之後黏膜會有輕微至中度的發紅、水腫、疼痛、潰瘍情形。

自我照顧

- 1、維持口腔之清潔，餐前可以清水漱口，餐後、睡前則確實清洗口腔。
- 2、避免食用刺激性食物（煙、酒、過酸、辛辣、過熱或冰冷的食物），可

食用溫和無刺激性及易咀嚼吞嚥的食物。

- 3、常漱口以維持口腔清潔，刷牙時勿過度用力，並使用軟毛牙刷，以防止牙齦出血。
- 4、若口腔感染，可依醫囑使用抗黴菌藥物或抗生素漱口。
- 5、當口腔潰瘍嚴重時，可適度使用含麻醉性止痛劑的漱口水以緩和症狀，並應考慮插鼻胃管以利營養供應及體力的維持。

三、脫髮：

照射部位的脫髮依接受劑量和範圍而定。頭皮接受 2500 3000cGY 的劑量，會開始有脫髮現象 2 3 星期頭髮會變得很稀薄。大劑量（ 4000cGY ）其掉髮則可能是永久性。一般頭髮會在治療結束後 2 3 個月再新生。

自我照顧

- 1、勿過度梳理頭髮，最好使用寬齒的梳子。
- 2、可戴假髮、帽子、包頭巾以保持美觀。
- 3、避免燙髮、使用髮膠以減少掉髮。

四、頭頸部肌肉關節僵硬：

放射治療約一個月後即會逐漸感覺頸部肌肉僵硬、牙關緊閉等情形。

自我照顧

- 1、每日早晚作頸部轉頭伸展運動 50 次。
- 2、平時作張口訓練，可以向護理人員索取木質壓舌板來撐開嘴巴