

肺癌治療後 該怎麼照護？

手術、放療、化療、標靶、免疫治療
照護方法一次報你知～

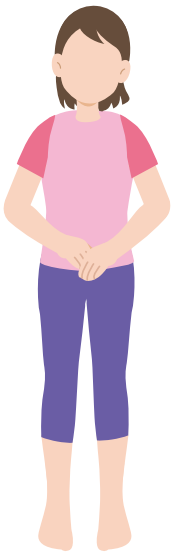


手術後，要做哪些復健運動和呼吸照護？

胸腔復健

上臂抬舉、擴胸運動和走路等，可促進全身循環，幫助肺擴張。

建議於手術後開始執行，約1-2週就可提高肺活量和改善肺功能



呼吸照護

腹式呼吸：

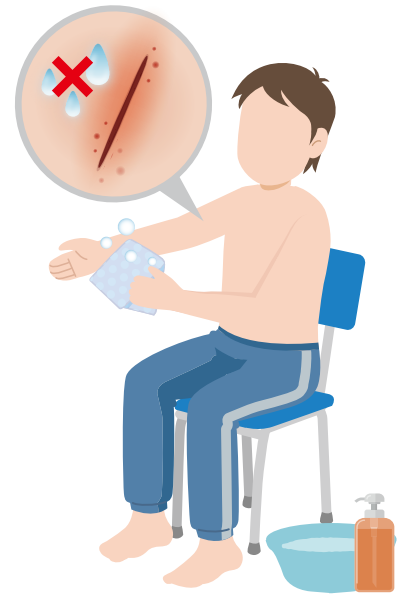
將雙手放在腹部，慢慢由鼻子吸氣等腹部鼓起，嘴巴再慢慢吐氣，使腹部縮下去。

咳嗽動作：

坐定後，用雙手按住傷口，先深呼吸，再慢慢深吸一口氣，閉氣，在吐氣時，順便咳出。



手術後， 傷口該如何照顧？ 疼痛怎麼辦？

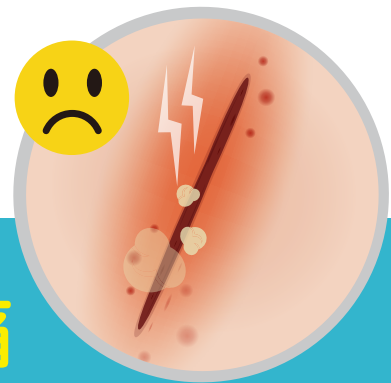


- 出院後，應保持傷口周圍皮膚乾淨、乾燥。
- 術後1週內，建議以擦澡為原則。

傷口約須3個月後，才會完全癒合
這段期間應避免提重物



出院後，最好繼續口服止痛藥物，服用天數可依個人情況調整。



若發現傷口紅、腫、熱、痛
有分泌物或發燒，請立即回診

放射線治療期間的照護？

- 放射線會穿過皮膚，以消滅癌細胞。
- 可能造成皮膚紅癢、顏色變深、脫皮及疼痛等反應。



您可以這麼做

穿著寬鬆、柔軟
容易吸汗的衣物
以減輕對皮膚的刺激



皮膚紅癢者，切記不可用手
去抓及自行買藥擦，可輕輕
拍打紅癢部位，用清水輕拭



若出現破皮、傷口
請通知醫護人員



化學治療期間的照護？

噁心、嘔吐時，不要輕易放棄治療
必要時，醫師會開立止吐藥
來緩解您的不舒服。



您可以這麼做



少量多餐，避免空腹及生食。



掉髮時，外出可戴帽子或假髮，治療期間不要染髮，化學治療結束後3個月，頭髮就會再長出來。



味覺改變、口乾、牙齦出血等症狀，通常在治療1週後陸續出現。為維護口腔舒適更應該保持口腔清潔與衛生。

標靶治療期間的照護？

- 常見副作用：皮膚乾燥、紅疹、痘痘、甲溝炎、睫毛倒插、腹瀉等。
- 可能的副作用：肝功能異常、間質性肺炎。

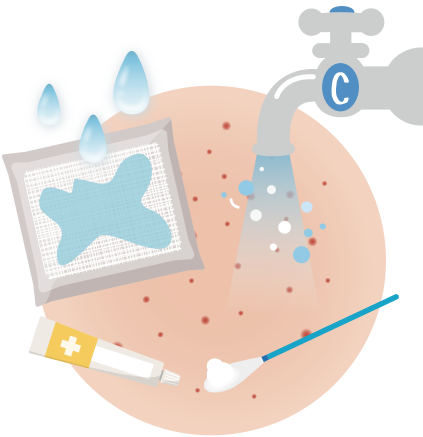


您可以這麼做



皮膚乾燥

- 冰敷，使用冷水、溫和沐浴乳、勿過度搓洗。
- 全身擦拭保濕性高的乳液，減少乾裂。
- 腳皮乾硬：每天以角質軟化膏、乳霜按摩腳底，促進角質代謝。
- 剪短指甲，輕拍抓癢，勿造成傷口。



紅疹、痘痘

- 勿抓破。
- 頻繁冰敷，以冷水、溫和洗面乳快速洗臉後，塗上醫療級保濕乳。
- 擦藥膏前，先以紗布沾食鹽水濕敷，清潔皮屑軟化痂皮後，再擦藥。



甲溝炎

- 涼鞋、真皮透氣軟鞋墊，透氣手套、襪子。
- 勿長時間走路、跑步、爬山。
- 指甲修成弧度方形，再將兩端尖角磨圓。
- 若有傷口，適當包紮後，以指套保護指頭；戴上手套做家事。

**腹瀉：可與醫師討論是否使用止瀉藥物
減少高油脂食物。**

免疫治療期間的照護？

可能的副作用

腦 / 脊椎：腦炎、
脊髓炎、下視丘炎

內分泌系統：
甲狀腺功能亢下
腎上腺皮質素低下

肺：間質性肺炎

肝：肝炎

腎臟：腎功能障礙

全身：疲倦、噁心

充分的休息和睡眠，
少量多餐，避免一次
吃太多食物。

神經系統：重症肌無力、肌肉炎、周邊神經障礙

皮膚：癢、紅腫

- 勿抓破
- 頻繁冰敷，以溫和洗面乳快速洗臉後塗上醫療級保濕乳
- 擦藥膏前，先以紗布沾食鹽水濕敷，清潔皮屑、軟化痂皮後，再擦藥。

心臟：心肌炎

胰臟：第1型糖尿病

腸：腹痛、腹瀉

可與醫師討論是否使用
止瀉藥物，減少高油脂
食物。



若出現較嚴重或無法自行解決的副作用時，
建議立即就醫與您的醫護團隊討論因應對策喔！



若有其它肺癌照護上的疑問
也歡迎多多利用智慧型工具
一起聰明照護肺癌病友!



有任何問題請撥打...癌症希望基金會免費諮詢專線

☎ 0809-010-580