

治疗部位不要这样做

请避免...



食管炎

在放射治疗期间，食管（食物管道）可能会发炎或受刺激。不是所有的病人都会出现这个情况。

需要注意的症状包括:

- 掉体重
- 当进食和喝东西时感到疼痛 – 吞咽痛
- 吞咽困难 – 吞咽障碍
- 烧心
- 喉咙后面有酸味
- 味蕾改变
- 感染
- 作呕和呕吐
- 流血（罕见）

如果您出现任何这些副作用，请告诉您的治疗小组。

我可以做些什么来处理这些情况？

您的医生或护士可以推荐常规止痛药

- 止痛药例如扑热息痛
- 喉咙/口腔的局部麻醉喷雾或液体

改变饮食:

- 少食多餐
- 在进食完竖着坐以帮助消化
- 饮食均衡并且确保您喝大量的液体/水
- 软的/湿的食物例如米饭，土豆泥，炒鸡蛋和酸奶 – 用肉汁和调味汁

避免:

- 脆的，酸性和辣的食物
- 非常烫或冷的食物和饮品
- 酒精或酸果汁

在您的放射治疗期间，我们有营养师可以提供建议和给您帮助。

疼痛和肿胀

治疗部位可能会出现一些肿胀引起不适和疼痛。请按需服用止痛药，例如扑热息痛。如果在服用扑热息痛期间疼痛持续，请与治疗小组讨论。

参考文献

SCoR—The Society and College of Radiographers, 2021. <https://www.sor.org/news/scor-updates-radiation-dermatitis-guidelines>

Illustrated panels from the above reference

eviQ – Patients and Carers, patient information sheets, managing side effects, Oesophagitis, ID: 1929 v.3, last reviewed 7 December 2018, eviQ Cancer Treatments Online, Cancer Institute NSW, viewed 18 February 2021, <https://www.eviq.org.au/patients-and-carers/patient-information-sheets/managing-side-effects/1929-oesophagitis-inflammation-of-the-food-pipe>

Axilla 腋部的放射治疗： 副作用 概述

放射治疗会在治疗部位引起副作用，因每个病人而异。在给出同意的过程中，放射肿瘤科医生已经与您讨论过潜在的短期和长期副作用。

本份小册子解释的是短期的副作用。这些症状可能会从放射治疗期间就开始，并且在治疗期完成后的1-2周甚至达到最高峰。在治疗的大约6周后，这些症状应该能消退。

肿瘤科护士会在您的第1天或第2天治疗与您见面讨论您的任何疑虑或问题。在这时候可以安排进一步评估。

Haere Mai Welcome | Manaaki Respect
Tūhono Together | Angamua Aim High

最常见的副作用

- 疲劳
- 皮肤反应
- 食管炎 (食物管道发炎或受刺激)
- 疼痛和肿胀

我们在这帮忙!

放射治疗师每天都会问您感觉如何。请不要犹豫提出任何疑虑。如果您有任何这些副作用 (不仅限于这列表), 我们可以把您转介到我们的肿瘤科护士以作进一步讨论。



联系信息

区域血液和癌症服务

奥克兰市区医院 8 号楼 4 层

奥克兰地区卫生局

电话: 09 307 4949

前台分拨号 22631

护士分拨号 22837

肿瘤急症科分拨号 23826 (周一到周五 8-4pm)

疲劳

引起疲劳的成因有很多:

- 治疗对正常细胞的影响
- 与您的疾病相关的压力
- 每天出行前往治疗
- 您的治疗以外的生活平衡

建议:

- 确保您饮食均衡 (**不建议**额外的补充剂, 除非您的肿瘤科小组给您开处方药)
- 喝大量液体/水 (除非有限制喝液体/水)
- 休息和做平和的运动 (例如步行)
- 关爱自我 (帮助您放松的个人技巧)
- 接受他人的帮助

皮肤反应

由于接受治疗的部位会有皮褶 (腋窝), 在一段时间内您可能会看到有发红和掉皮。这是因为这个部位是暖的, 湿的并且会互相摩擦, 使皮肤更加敏感。

这不会立刻发生, 但一般会在整个治疗过程逐渐出现, 并且通常在治疗结束后 2-4 周开始消退。



护肤建议

不能预防皮肤反应, 但是您可以做一些让您觉得舒服些的事。请把您的日常护肤习惯告诉您的放射治疗师或护士。他们会给您建议是否需要作出任何改变。



您可以

如果您的皮肤没有起泡或掉皮, 您可以去游泳之后最好立刻淋浴冲掉氯化物, 然后涂润肤露。如果皮肤受刺激, 请停止游泳



您可以

穿宽松的衣服会觉得更加舒适



请避免

暴露于阳光中并且避免阳光直射治疗部位

注意: 在治疗期间请不要用防晒油。

卫生和润肤

- 在治疗期间我们的护士会给您润肤露使用。如果您有更喜爱的润肤露, 请把它带来给我们的护士看
- 每天使用润肤露数次。在治疗之前, 不要立刻去涂
- 如果您的皮肤出现过敏, 起泡或掉皮, 请停止使用。
- **请不要在您的腋窝治疗部位使用除臭剂/体香剂**



清洗和洗澡

确保水不会太热; 用您平常使用的产品轻柔的清洗皮肤并且轻轻地拍干