

Abdomen 腹部的放射治疗： 副作用 概述

疼痛和肿胀

治疗部位可能会出现一些肿胀。请按需服用止痛药，例如扑热息痛。如果无法继续忍受疼痛，请与治疗小组商量。

皮肤反应

腹部的治疗不总是与较严重的皮肤反应相关。治疗部位皮肤发红是有可能发生的。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。



逐渐变得更粉红或更深的颜色



觉得干燥或紧绷，和痛



出现皮疹和觉得痒

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给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水泡或掉皮，您可以去游泳。之后最好立刻淋浴冲洗掉氯化物，然后涂润肤霜。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：在治疗期间请不要使用防晒霜

卫生和润肤

- 如有需要，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。



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

治疗部位不要这样做

请避免...



搓擦治疗部位



使用粘性的创可贴



使用蜡，乳霜或激光

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)

参考文献

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

Illustrated panels from the above reference

2. eviQ - Clinical resources, Side Effect and Toxicity Management, Gastrointestinal, last reviewed 7 December 2018, eviQ Cancer Treatments Online, Cancer Institute NSW, <https://www.eviq.org.au/clinical-resources/side-effect-and-toxicity-management/gastrointestinal>

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了。

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 周甚至会达到最高峰。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。

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



最常见的副作用

- 疲劳
- 作呕和呕吐
- 没胃口/体重下降
- 消化不良
- 腹泻
- 便秘
- 疼痛和肿胀
- 皮肤反应

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。

一名肿瘤科营养师可以在体重和进食问题上协助您。



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（步行）
- 关爱自我（帮助您放松的个人技巧）
- 接受他人的帮助

作呕和呕吐

在治疗后的前几个小时到前几天内可能会发生。

如何处理这些症状:

- 医生可以开处止吐药
- 手腕上的指压带
- 改变饮食—营养师可以参与。

吃	喝
<ul style="list-style-type: none">• 每天吃5-6次的小餐• 慢慢吃并且充分咀嚼食物• 吃冷的或温的食物（不要热）• 当您觉得不舒服时，不要煮饭• 让其他人煮饭• 不要吃很甜，油炸，油腻或辣的食物，或味道重的食物• 试下薄荷叶或薄荷叶茶• 试下含姜的食物，例如姜饼或姜啤	<ul style="list-style-type: none">• 一天里喝大量的液体/水（除非有限制您喝液体/水）• 小口地慢慢地喝水• 吃饭前不要喝太多• 不要喝酒• 不要喝含咖啡因的饮品

截取自eviO, ID:3100 v.3

如果您一直在吐怎么办?

当您呕吐时您会失去水分并且这可能会引起脱水:

- 确保您喝充足的液体/水（除非有限制喝液体/水）
- 向放射治疗师和肿瘤科护士请求帮助

没胃口/体重下降

在治疗期间，对您来说重要的是不要掉体重。

调整您的饮食会对此有帮助，尝试每隔几个小时的少食多餐。

对于这个，我们的肿瘤科营养师可以协助您。

消化不良

您可能会出现腹胀，烧心和打嗝（觉得饱胀）。

请向治疗小组咨询建议。护士可以建议解酸药来缓解烧心感。

注意 -同样重要的是请告诉我们您是否有便秘。

腹泻

放疗可能会损坏您的肠道粘膜。这会减少水和营养物的含量，它们会从肠道转移到身体。肠道中多余的水分会引起稀松和呈水样的大便。

我们可以做什么来帮助?

- 低纤维膳食—请向治疗小组咨询这方面的信息
- 尝试每隔几小时的少食多餐
- 确保您喝大量的液体/水（除非有限制喝液体/水）
- 停止/减少腹泻的药物

便秘

这比腹泻更少发生，但是如果这种情况发生，您必须通知治疗小组并且接受护士的评估。