



# 高雄市立小港醫院（委託財團法人高雄醫學大學經營）

## 認識乳癌Paclitaxel化學治療及其副作用與照護

太平洋紫杉醇(Paclitaxel)，限用於使用合併療法失敗的轉移性乳癌患者及腋下淋巴轉移之乳癌且動情素受體為陰性之患者。它的作用機轉是一種新型抗微小管劑，使細胞無法正常進行細胞分裂過程而死亡，除破壞癌細胞外，也會作用於體內中任何正常生長的細胞，例如骨髓造血細胞、腸胃道黏膜、生殖系統和毛囊等器官均會受到影響，不過這些組織通常在治療結束後就會逐漸恢復。Paclitaxel 可單獨使用或併用於其他化學藥物注射，常見的副作用照護措施及注意事項分述如下：

### 一、白血球下降

常發生於注射藥物後的第 7-10 天，第 10 天為白血球數量最低點，於給藥 21 天後恢復。白血球低下會使免疫力降低，故此期間的日常照護應注意下列原則：

#### （一）飲食原則

1. 食物應以熟食為主，避免未妥善處理過之新鮮水果、生菜、生蛋、含酵母菌類奶製品（如：優酪乳、優格、養樂多等）、生奶製品（如：生食起司、乳酪、奶油等）與生菜擺盤裝飾內的所有食物。
2. 飲用煮沸過的開水，避免食用手搖飲料、冰塊、礦泉水。
3. 水果必須是有完整果皮，果皮以清水刷洗後削皮食用。
4. 多補充蛋白質食物，如魚、蛋、肉，增強抵抗力。
5. 處理生食與熟食之砧板、菜刀等器具須分開，不可混用，每次使用後須以溫水及清潔劑清洗乾淨。

#### （二）預防接觸感染源

1. 限制有傳染病之訪客，如：新冠肺炎、疱疹、流行性感冒、水痘、帶狀疱疹、麻疹等，並禁止 6 週內接受活菌疫苗注射者（如：水痘、小兒麻痺、麻疹、德國麻疹、腮腺炎等）前來探視病人。流行性感冒疫苗並非活菌疫苗，因此不限制探病。
2. 避免接觸寵物，尤其是寵物之唾液、排泄物；若有接觸須徹底洗手。

#### （三）居家照護原則

1. 病人及照顧者需經常使用肥皂洗手，徹底擦乾且不可戴人工指甲。
2. 每日清潔居家環境，所有表面須以濕布擦拭去塵。
3. 室內不可放置鮮花或植物盆栽，假牙水杯與肥皂碟須每日清潔。
4. 剪指甲時不要剪破皮膚，也勿擠壓或抓破面皰。
5. 若要拔牙，應事先告知醫師。
6. 治療期間，若是體溫 $\geq 38.5^{\circ}\text{C}$ ，或持續 $>38^{\circ}\text{C}$ 超過4個小時，須立即返院就醫。

## 二、貧血

平日需注意有無貧血徵兆，如：走一小段路會心悸或呼吸喘的情形、臉色蒼白（尤其是下眼瞼或指甲床）、頭暈現象。貧血情形可能隨著注射藥物次數的增加使血色素更加降低，但隨著化學治療結束，數月後貧血情形會逐漸恢復。貧血期間的日常照護原則包括：

- (一) 儘量多休息以減少體力耗損。
- (二) 增加綠葉蔬菜、動物肝臟、紅色肉（牛肉、瘦豬肉）攝取。
- (三) 注意安全，採漸進緩慢的活動方式，避免姿位性低血壓，以預防跌倒。
- (四) 若血紅素過低，醫師會進行輸血以改善貧血的不適感。
- (五) 治療期間不要亂服用任何藥物，尤其含阿斯匹靈類的感冒藥或止痛藥。
- (六) 使用海綿牙刷或軟毛牙刷清潔，避免牙齦受傷容易出血。
- (七) 不要用手指頭去挖鼻孔或用力擤鼻涕，以避免鼻黏膜受損而流血。
- (八) 避免從事激烈的運動或活動，以減少受傷出血的機會。

## 三、掉髮

掉髮為可逆性之副作用，自化學治療後1-2星期開始，治療2個月內達到高峰。一但結束化學治療約1-2個月後，毛髮會再生，所以在治療期間可採取以下措施：

- (一) 開始治療前可考慮剪短頭髮，因注射藥物後開始掉髮，長頭髮會散落於家中地板、床單等，不易清潔。
- (二) 建議可戴假髮或頭巾，以保護頭皮及增加美觀。
- (三) 化學藥物滴注時，建議可睡冰枕或戴冰帽以減少掉髮。

- (四) 為減少掉髮，建議使用中性洗髮精，避免使用髮膠、定型液及吹風機。

#### 四、肌肉骨頭痠痛

多發生在注射藥物後第 3-7 天，約持續 1-2 週，嚴重度因人而異，所以在治療期間可採取以下措施：

- (一) 可臥床休息，等恢復體力時再活動，如：伸展運動、散步。
- (二) 避免穿高跟鞋使肌肉因過度受力而加劇症狀。
- (三) 若症狀明顯影響日常生活，於回診時告訴醫師，可開立口服止痛藥物有助於減輕症狀。

#### 五、神經麻刺感

可能影響手部或足部神經，導致失去感覺、刺痛及麻痺等，通常發生在數個治療周期之後，當治療完成後 4-6 週症狀會逐漸改善，在症狀發生期間，宜注意下列事項：

- (一) 觀察手指及腳趾有無感覺異常或神經麻刺感。
- (二) 服用含豐富的維生素 B 群的食物，如胚芽米、糙米、薏仁、小麥胚芽等全穀類、豆類、深綠色蔬菜、牛奶等，有於修復或預防神經受損。
- (三) 避免手部或足部接觸過冷或過熱的環境，如冷凍物品或洗三溫暖等，以避免症狀加劇。

#### 六、噁心/嘔吐

可能在注射藥物後的第 3 天發生，約持續一週。日常照護可注意下列事項：

- (一) 感覺到噁心時，試著用深呼吸來緩解不適。
- (二) 攝取酸性飲料或食物，可抑制噁心感，如檸檬汁、梅子、蜜餞等。
- (三) 早上起床前若有噁心感，可進食乾鹹的食物幫助改善胃部不適，如蘇打餅、乾的穀製類。
- (四) 飯後宜稍作休息，避免立即運動，否則容易造成消化不良，增加不適感。
- (五) 保持口腔衛生，在每次飯後或嘔吐後，以清水或生理食鹽水漱口清潔口腔。

#### 七、口腔黏膜發炎

多發生在注射藥物後第 7-14 天，約持續 1 週，適當的口腔照護可改善症狀，並降低感染率。日常照護原則如下：

### (一) 口腔清潔方式

1. 一天使用一次牙線，若使用後牙齦疼痛或出血超過 2 分鐘或血小板小於 5 萬時，則避免使用。
2. 牙刷先浸泡 30 分鐘溫水，每日以不含顆粒的含氟中性牙膏刷牙 2-4 次，並且每個月更換一支牙刷。
3. 刷牙後漱口 1 分鐘，每次 30 秒，每日 4 次，使用市售不含酒精性漱口水或自製漱口水（1 公克小蘇打粉+1.25 公克食鹽+開水 25c.c.，漱口 30 秒以上），但每日重新泡製。
4. 每日 2 次使用舌苔刷清潔舌苔，降低革蘭氏陰性菌及念珠菌的菌叢聚集。
5. 進食後及睡前需清潔假牙，浸泡於漱口水中 10 分鐘，每日至少讓牙齦休息 8 小時。
6. 每次口腔護理後或需要時，以含蘆薈的潤滑油濕潤嘴唇。

### (二) 飲食原則

1. 每日攝取 2000-3000c.c.水分，避免太乾、刺激、過熱、過酸、過甜的食物。
2. 可攝取軟質或冰涼食物如：布丁、冰淇淋，可減輕潰瘍造成的傷口疼痛。

### (三) 居家照護原則

1. 於回診時告知醫師有口腔潰瘍情形，可開立口內膏，於進食完畢及口腔清潔後塗抹於潰瘍處，可形成保護膜，加速修復黏膜及減輕疼痛。
2. 體溫  $\geq 38.5^{\circ}\text{C}$ ，口腔有白點、發紅或腐臭味、呼吸困難、口腔出血持續至少 2 分鐘、無法進食超過 24 小時、吞嚥困難、口腔疼痛等無法控制的症狀，需立即返院就醫。

## 八、體液滯留

當有多餘的水分聚積在身體裡，最初會出現腳部水腫，嚴重時可能會尿量減少。體液滯留通常發生在數個治療週期後，治療完成症狀會消除，若出現以下情形，請回診時告訴醫師，醫師會適時開立口服利尿劑，以利水分由尿液排出，減輕症狀。

(一) 觀察小腿是否有緊繃感，在小腿骨突處加壓，若皮膚呈現凹陷無法立即恢復，表示有水腫情形。

(二) 觀察每日尿量，若每日攝取的水份約 2000cc，但尿量卻少

於 1000-1500cc 持續數日且合併體重增加及腳部水腫情形時，需告知醫護人員。

(三) 體液滯留若已發生，可採取以下措施：

1. 每日不超過 1500cc 的水分攝取量。
2. 採取低鈉低鹽飲食，如少吃醃製罐頭類食物。
3. 因體液滯留導致皮膚光亮、變薄，應該注意避免碰撞受傷，引發感染。
4. 洗澡水溫避免過高，不要用力擦洗，以溫水淋浴為佳，沐浴後輕輕拍乾皮膚，並使用乳液來保護皮膚，避免皮膚乾燥龜裂。

若您返家後有任何疑問，可來電諮詢 (07) 8036783 轉 3602、3603 (6A病房) 或 3622、3623 (6B病房)

**小港醫院外科病房關心您**