

# 化學治療藥物 衛教手冊

作用??

副作用??



長庚醫療財團法人 編印

本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售。

著作權人：長庚醫療財團法人

## 目錄

壹、前言	1
貳、化學藥物介紹	1-18
參、照護注意事項及改善處理	18-21
肆、諮詢服務電話	21-22

## 壹、前言

化學治療目的在於控制癌細胞生長速度，術前縮小腫瘤，術後可破壞癌細胞轉移，預防癌細胞復發、轉移及改善症狀，並增加病人生活品質。因應化學藥物各項作用及副作用不同，本手冊將介紹臨床上常見化學治療藥物，期望病人及家屬對相關注意事項有進一步了解。

## 貳、化學治療藥物介紹

### 一、Pemetrexed (Alimta<sup>®</sup>) 愛寧達

(一) 為含抗葉酸拮抗劑之抗癌藥物，藉由阻斷細胞複製必須之葉酸依賴代謝過程，以達到抗腫瘤作用。

(二) 可能產生副作用

急性症狀：皮膚粗糙、紅疹、食慾不振、噁心、口腔黏膜潰瘍、咽喉炎、胃炎、嘔吐、腹瀉。

慢性症狀：貧血、骨髓抑制、疲倦、肝毒性（少見）。

(三) 注意事項

1. 應指示使用 Alimta 的病人補充葉酸與維生素 B12 等預防用藥，以減低治療相關的血液與胃腸毒性。臨床試驗顯示，治療前使用葉酸與維生素 B12 者，其總體毒性較低。

2. 若出現嚴重疲倦、小便顏色變深、皮膚變黃、呼吸困難，需立即回診。

3. Alimta 禁用於已知對 pemetrexed 或其賦形劑有嚴重過敏反應病史者。

### 二、Asparaginase (Leunase<sup>®</sup>)

(一) 為細菌萃取之蛋白，水解必須胺基酸，抑制蛋白質合成。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：過敏反應、血糖升高、噁心、嘔吐、口腔炎。

慢性症狀：白血球減少、血小板減少、肝、腎功能異常。

(三) 注意事項

1. 當皮膚脫屑或眼白呈異常的黃色或食慾不振時，請立即回診，並告知醫師。

2. 維持腎臟功能良好，請補充足夠水份。

3. 若從未使用過此藥，第一次給藥前需做 skin test。

### 三、Bevacizumab (Avastin<sup>®</sup>) 癌思停

(一) 為注射標靶藥物，可中和「血管內皮細胞生長因子 (VEGF)」，因此抑制腫瘤的生長。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：食慾不振、噁心、嘔吐、腹瀉、腹痛、便秘、頭痛。

慢性症狀：黏膜出血、疲倦、不明原因體重增加、皮膚搔癢、蕁麻疹、脫屑。

(三) 若有下列任何一症狀，請立即回診：超過 10-15 分鐘流鼻血不止、或流鼻血導致眩暈或昏厥；不正常出血或瘀血、解黑便、嘔血、嚴重陰道出血、胸痛、呼吸短促、癲癇、視覺改變或喪失、發燒或發冷等。

#### 四、Azacitidine (Vidaza®)

- (一) 為胞嘧啶的嘧啶核苷酸類似物，是藉由引起 DNA 的低甲基化及對骨髓中的異常造血細胞產生直接的細胞毒性作用，發揮抗腫瘤作用。
- (二) 可能產生副作用
  - 急性症狀：噁心、嘔吐、發燒。
  - 慢性症狀：貧血、白血球減少、血小板減少及腎臟毒性。
- (三) 注意事項
  - 1. 維持腎臟功能：補充足夠水份，每天攝取 2000~3000cc 的水份。
  - 2. 若有下列任何一症狀，請立即回診：頭暈或昏厥、不正常出血或瘀血、解黑便、嘔血、發燒或發冷等。
  - 3. 避免懷孕及授乳。
  - 4. 注射部位若出現腫痛情形，禁用冷敷及熱敷，應使用常溫、冷敷 15-20 分鐘。
  - 5. 禁止揉壓注射部位處。

#### 五、Bendamustine (Innomustine®)

- (一) 為烷化劑藥品，具有雙重功能的 mechlorethamine 衍生物，包含一個類 purine 的 benzimidazole 環，雙重功能的共價結合會經由數種路徑導致細胞死亡。
- (二) 可能產生的副作用
  - 急性症狀：噁心、嘔吐、發燒、頭痛、腹瀉、皮膚搔癢或皮疹。
  - 慢性症狀：貧血、白血球減少、血小板減少、疲倦、失眠。
- (三) 注意事項
  - 1. 可能會發生中度或嚴重的過敏反應，在輸注期間或之後會隨即出現皮疹、臉部腫脹或呼吸困難等狀況，要立刻告訴醫護人員處理。
  - 2. 會造成白血球、血小板和紅血球的降低，若出現呼吸短促、顯著疲勞、出血、發燒或其它感染徵兆等症狀，應立即回診。
  - 3. 避免懷孕及授乳。

#### 六、Bleomycin (Bleocin®)

- (一) 主要是藉由嵌入 DNA 後，利用二價鐵還原去氧核酸造成 DNA 單股或雙股斷裂。
- (二) 可能產生的副作用
  - 急性症狀：噁心、嘔吐、食慾不振、過敏反應（寒顫、發燒）。
  - 慢性症狀：骨髓抑制、肺纖維化、皮膚色素沉著、皮膚脫屑、掉頭髮。
- (三) 注意事項
  - 1. 如需外出時，請穿長袖、戴帽子。
  - 2. 皮膚有脫皮時，請保持皮膚清潔，並以乳液或嬰兒油輕柔擦拭。
  - 3. 若有發燒不適等感染症狀，請立即回診。

## 七、Bortezomib (Velcade®) 萬科

- (一) 為注射標靶藥物，可抑制蛋白酶體 (proteasome)，導致細胞凋亡。
- (二) 可能產生的副作用
  - 急性症狀：噁心、嘔吐、便秘。
  - 慢性症狀：感覺眩暈或是視力模糊、疲倦、虛弱、頭痛、肌痛。
- (三) 注意事項
  - 1. 使用此藥期間應避免大量飲用葡萄柚汁。
  - 2. 使用這個藥物後，若有下列任一症狀，請立刻通知醫師：如出現威脅生命症狀，包括呼吸困難、蕁麻疹或是手腳麻木或刺痛時。
  - 3. 若您有要施打任何疫苗 (如：麻疹或流行感冒疫苗等)，請先告知醫師。

## 八、Busulfan (Myleran®、Busulfex®)

- (一) 為烷基化劑，作用在細胞週期的階段與 DNA 形成共價鍵，抑制細胞分裂。
- (二) 可能產生的副作用
  - 急性症狀：噁心、嘔吐、頭暈、發燒。
  - 慢性症狀：白血球減少、血小板減少、皮膚色素沉著、掉頭髮、高尿酸血症、水腫、失眠及口腔炎。
- (三) 注意事項：如需外出時，請穿長袖、戴帽子避免日曬。

## 九、Carboplatin (Kemocarb®)

- (一) 屬含鉑化合物，作用主要是阻斷 DNA 的合成，抑制腫瘤細胞生長。
- (二) 可能產生的副作用
  - 急性症狀：噁心、嘔吐。
  - 慢性症狀：白血球減少、血小板減少、貧血、輕微的手腳麻木、耳毒性。
- (三) 當感到疲倦時，建議以下事項
  - 1. 充份的休息，限制日常活動。
  - 2. 維持均衡飲食。
  - 3. 坐下或起身動作放慢，預防暈眩。
  - 4. 如有發燒不適等感染現象，請立即回診。
  - 5. 當藥物引起手腳麻木時，請注意末梢肢體的保暖，若有腿痠攣時，請立即回診。
  - 6. 補充足夠的水份，每天攝取 2000~3000cc 的水份。

## 十、Carmustine (BCNU®)

- (一) 主要是利用 DNA 的交叉連結，使 DNA 功能異常，抑制合成過程中許多酵素的作用，抑制其複製。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐、臉潮紅，結膜發紅、注射部位燒灼感、靜脈炎。

慢性症狀：白血球減少、血小板減少、肝功能輕度變化、腎功能受損、肺部毒性、注射部位色素沉著。

(三) 注意事項

- 1.當發生注射部位疼痛時，請持續冰敷並告知醫護人員。
- 2.補充足夠的水份，每天攝取 2000~3000 cc的水份。
- 3.如需外出時，請穿長袖、戴帽子。

### 十一、Cetuximab (Erbix<sup>®</sup>) 爾必得舒

(一) 為注射標靶藥物，是選擇性的與「表皮細胞生長因子 (EGFR)」結合，阻斷腫瘤細胞內的各項訊息，造成腫瘤細胞無法生長。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：腹痛、皮膚炎、眩暈。

慢性症狀：可能會出現流行性感冒症狀，包括：頭痛、虛弱、發燒、顫抖、疼痛和流汗。

(三) 若有下列任一症狀請立即回診，如：指甲病變、痤瘡狀紅疹、發燒、寒顫、過敏現象、支氣管痙攣、喘鳴、聲音嘶啞或說話困難、蕁麻疹、失去意識、狹心症、心跳停止。

### 十二、Chlorambucil (Leukeran<sup>®</sup>)

(一) 為烷基化劑，作用在細胞週期的階段與 DNA 形成共價鍵，抑制細胞分裂。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐。

慢性症狀：白血球減少、血小板減少、貧血、輕微掉頭髮、過敏反應、高尿酸血症。

(三) 注意事項：當有過敏或發燒情形，請立即回診。

### 十三、Cisplatin (Kemoplat<sup>®</sup>)

(一) 含鉑化合物，作用主要是阻斷 DNA 的合成，抑制腫瘤細胞生長。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐。

慢性症狀：白血球減少、血小板減少、貧血、腎功能損傷、手腳麻木、聽力受損。

(三) 當感到疲倦時，建議以下事項

- 1.充份的休息，限制日常活動。
- 2.維持均衡飲食。

3. 坐下或起身動作放慢，預防暈眩。
4. 當出現手腳麻木時，應注意末梢肢體保暖；此外，如有聽力減退、腿部痙攣等情況發生，請立即回診。
5. 補充足夠的水份，每天攝取 2000~3000 cc 的水份。

#### 十四、Cyclophosphamide (Endoxan®)

- (一) 作用主要是利用烷基化鍵結 DNA 干擾腫瘤細胞 DNA 的合成，抑制腫瘤細胞生長。
- (二) 可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐。  
慢性症狀：白血球減少、腹瀉、出血性膀胱炎、精子減少、禿髮。
- (三) 為預防膀胱炎的發生，建議注意事項如下：
  1. 多攝取水分。
  2. 當解尿有出血情形，持續無改善時，請立即回診。
  3. 不要憋尿。

#### 十五、Cytarabine (Cytosar®)

- (一) 抗代謝藥物，抑制 DNA 合成，誘導白血病細胞的終期分化，抑制腫瘤細胞生長。
- (二) 可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐、白血球減低、血小板減低、發燒、頭痛、皮膚過敏（高劑量使用）。  
慢性症狀：口腔黏膜破損、血清肝臟酵素指數升高、化學性結膜炎、腹瀉、尿酸升高。
- (三) 注意事項
  1. 當皮膚或眼白呈現異常的黃色或食慾不振時，請立即回診。
  2. 高劑量藥物使用時易有結膜炎出現，請保持眼部的清潔，遵照醫囑使用眼藥水。

#### 十六、Dacarbazine (DTIC-Dome®、Dacarbazine®)

- (一) 為利用烷基化攻擊 DNA 達抑制細胞複製作用，干擾腫瘤細胞生長。
- (二) 可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐、食慾不振、注射部位疼痛、靜脈炎、過敏、發燒、低血壓、臉潮紅、呼吸喘。  
慢性症狀：白血球減少、血小板減少、肝功能異常、掉頭髮、皮膚紅疹。
- (三) 注意事項
  1. 當發生注射部位疼痛時，請持續冰敷，並諮詢醫護人員。
  2. 出現類似流行性感冒症狀時，請充份休息，減少日常活動，採均衡飲食。

### 十七、Dactinomycin (Cosmegen®)

(一) 主要是嵌入 DNA 的分子中，使 DNA 斷裂，抑制合成，終止有絲分裂。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐、靜脈炎、過敏、胃腸道發炎。

慢性症狀：白血球減少、血小板減少、貧血、掉頭髮、口腔黏膜潰瘍、腸胃黏膜潰瘍及發炎、腹瀉、毛囊性青春痘、皮膚色素沉著、脫皮、靜脈炎、停經、精子減少。

(三) 注意事項：

1. 可多攝取含鐵食物，如：葡萄、梨子、菠菜、蘋果等。

2. 為預防暈眩，坐下或起身時，動作應放慢，採漸進式更換姿勢，勿突然改變姿勢。

3. 建議採溫和無刺激性之食物。

4. 當有毛囊性青春痘時，請勿擠壓，應保持皮膚清潔，避免感染。

5. 如需外出時，請穿長袖、戴帽子。

6. 皮膚如有脫皮時，應保持皮膚清潔，並以乳液或嬰兒油輕柔擦拭。

### 十八、Daunorubicin (Daunoblastina®)

(一) 細胞毒性抗生素，作用主要是嵌入 DNA 的分子，使 DNA 斷裂，抑制合成。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐、發燒、畏寒、注射部位疼痛、靜脈炎、高尿酸血症。

慢性症狀：白血球減少、血小板減少、心律不整、腹瀉、嚴重掉頭髮、口腔黏膜炎、皮膚紅疹、停經、精子減少、心臟毒性。

(三) 注意事項

1. 當發生注射部位疼痛時，請持續冰敷並諮詢醫護人員。

2. 請充分休息，建議採溫和無刺激性之食物，定時回診追蹤。

3. 行動時如有感覺喘不過氣或合併有下肢水腫，請立即回診。

4. 注射後 1-2 天尿液會呈現橘色，屬正常現象，請多攝取水份。

### 十九、Docetaxel (Taxotere®) 歐洲紫杉醇

(一) 為半合成植物鹼類藥物，主要是作用於細胞間期的細胞分裂，阻止微管束 (microtubule) 的去聚合，中止有絲分裂。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：發燒、過敏反應、低血壓、全身紅疹。

慢性症狀：白血球減少、體液蓄積症狀 (如末梢肢體水腫、肺積水等)、口腔黏膜炎、手腳麻木感、掉頭髮、指甲色素沉著。

(三) 注意事項

1. 當發生體液蓄積症狀，如有水腫肢體可抬高以促進末梢血液回流，並應定

期回診追蹤觀察。

- 2.當藥物引起手腳麻木時，需注意末梢肢體的保暖，另腿部出現痙攣情形，請立即回診。

## 二十、Doxorubicin (Adriblastina®)

- (一)細胞毒性抗生素，作用主要是嵌入 DNA 的分子中，使 DNA 斷裂，抑制其合成，終止有絲分裂。
- (二)可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐、腹瀉。  
慢性症狀：白血球減少、血小板減少、口腔黏膜破損、肝功能異常、心臟毒性、掉頭髮、皮膚與指甲色素沉著、局部皮膚反應、靜脈炎。
- (三)注意事項
  - 1.當皮膚或眼白呈現異常的黃色、食慾不振、行動時感覺喘不過氣或合併下肢水腫時，請立即回診。
  - 2.注射後 1-5 天會呈現紅色尿液屬正常現象。
  - 3.當靜脈注射部位發生疼痛或靜脈炎時，請持續冰敷，並立即回診。

## 二十一、Epirubicin

- (一)作為細胞毒性抗生素，作用主要是嵌入 DNA 的分子中，使 DNA 斷裂，抑制合成。
- (二)可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐。  
慢性症狀：白血球減少、血小板減少、落髮、口腔黏膜刺激腫痛或潰瘍、心臟毒性、熱潮紅。
- (三)注意事項
  - 1.若已知對此類藥物過敏或有骨髓、嚴重心臟或肝臟方面疾病或是否曾接受過胸腔放射線治療，請先主動告知醫師。
  - 2.請告訴醫師或藥師正在服用的藥物(包含非處方藥物、維他命及中草藥)。
  - 3.避免過度的曝曬於陽光下或燈泡的照射，若有灼傷請向醫師諮詢。
  - 4.若要施打任何疫苗(如：麻疹或流行感冒疫苗等)，請先告知醫師。
  - 5.藥物在治療 1-2 天後，會使尿液變紅，是正常現象，請注意避免衣物弄髒。

## 二十二、Etoposide

- (一)可作用於細胞週期中，是拓撲異構酶第二型 (topoisomerase II) 抑制劑，作用為細胞生長抑制劑，使得細胞無法生長。
- (二)可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐、易皮膚或牙齦出血。  
慢性症狀：白血球減少、血小板減少、貧血、脫水、落髮、皮膚刺激、疲倦。

- (三) 注意事項：若有下列情形發生，請立刻通知醫師：不正常出血或瘀血、持續腹瀉或排便習慣改變超過二天、發燒或發冷、喉嚨有傷口、呼吸短促、皮膚出現紅疹，請立即求診。

### 二十三、Fludarabine (Fludara®)

- (一) 為抗代謝藥物，可抑制惡性腫瘤細胞內 DNA 的合成。
- (二) 可能產生的副作用
- 急性症狀：噁心、嘔吐、皮膚和牙齦出血。
- 慢性症狀：白血球減少、落髮、疲倦、頭痛。
- (三) 若有下列情形發生，如出現威脅生命的症狀，請立即回診：呼吸困難、蕁麻疹等，或出現感染的症狀，包括：發燒、寒顫等。

### 二十四、Fluorouracil (Fluorouracil®、5-Fu®)

- (一) 為抗代謝藥物，作用主要是干擾腫瘤細胞 DNA 及 RNA 的合成，抑制腫瘤細胞生長。
- (二) 可能產生的副作用
- 急性症狀：噁心、嘔吐、腹瀉、心絞痛。
- 慢性症狀：白血球減少、血小板減少、貧血、口腔粘膜破損、口腔炎、肝功能異常、意識改變、掉髮、皮膚紅疹及指甲色素沉著。
- (三) 注意事項：若出現意識改變狀況，請立即回診，治療期間請注意防曬以免色素沉著。

### 二十五、Gemcitabine (Gemmis®) 健擇

- (一) 為抗代謝藥物，作用主要是干擾腫瘤細胞 DNA 的合成，抑制腫瘤細胞生長。
- (二) 可能產生的副作用
- 急性症狀：輕微噁心、嘔吐、皮膚紅疹。
- 慢性症狀：白血球減少、血小板減少、輕微掉頭髮。
- (三) 注意事項
1. 皮膚紅疹可能出現在手臂、腿上、胸部、背部或腹部，必要時依醫師指示用藥，以減輕不適。
  2. 如果有出疹現象，淋浴或洗澡時可使用溫度較低的水，並以不含香料之乳霜或乳液滋潤皮膚。

### 二十六、Hydroxyurea (Hydrea®)

- (一) 抗代謝藥物，可抑制惡性腫瘤細胞內 DNA 的合成。
- (二) 可能產生的副作用
- 急性症狀：噁心、嘔吐、食慾不振、皮膚紅疹。
- 慢性症狀：骨髓抑制（白血球減少、血小板減少、貧血）、掉頭髮、口腔黏

膜潰瘍、高尿酸。

- (三) 注意事項：皮膚紅疹可能出現在手臂、腿上、胸部、背部或腹部，必要時依醫師指示用藥，以減輕不適。

## 二十七、Idarubicin (Zavedos®)

- (一) 作為細胞毒性抗生素，作用主要是嵌入 DNA 的分子中，使 DNA 斷裂，抑制合成。
- (二) 可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐。  
慢性症狀：白血球減少、血小板減少、落髮、口腔黏膜刺激腫痛或潰瘍、心臟毒性、熱潮紅。
- (三) 注意事項
1. 若已知對此類藥物過敏或有骨髓、嚴重心臟或肝臟方面疾病或是否曾接受過放射線治療，請先主動告知醫師。
  2. 請告訴醫師或藥師正在服用的藥物（包含非處方藥物、維他命及中草藥）。
  3. 避免過度的曝曬於陽光下或燈泡的照射，若有灼傷請向醫師諮詢。
  4. 若要施打任何疫苗（如：麻疹或流行感冒疫苗等），請先告知醫師。
  5. 藥物在治療 1-2 天後，會使尿液變紅，是正常現象，請注意避免衣物弄髒。
  6. 若已接受過完整 Daunorubicin、Doxorubicin、Epirubicin 或 Idarubicin 治療，請先主動告知醫師。

## 二十八、Ifosfamide (Holoxan®)

- (一) 烷基化劑，作用在細胞週期的階段中，與 DNA 形成共價鍵，抑制細胞分裂。
- (二) 可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐、血尿。  
慢性症狀：白血球減少、血小板減少、出血性膀胱炎、掉頭髮、腎功能障礙及中樞神經系統毒性造成意識混亂、憂鬱、情緒改變甚至昏迷。
- (三) 注意事項
1. 為預防膀胱炎的發生，醫師會事先或同時給予解毒劑(Mesna)外，宜多攝取水份，且不要憋尿。
  2. 當解尿有持續出血或意識混亂情形，請立即回診。

## 二十九、Imatinib (Glivec®) 基利克

- (一) 為口服標靶藥物，是小分子蛋白酪氨酸激酶抑制劑，可有效抑制BCR-ABL激酶及許多酪氨酸激酶受體。
- (二) 可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐、腹瀉、肌肉骨骼疼痛、皮疹、體液蓄積及水腫。  
慢性症狀：貧血、白血球減少、血小板減少、疲倦。

### (三) 注意事項

- 1.若有下列任何一症狀，請立即回診：不正常出血或瘀血、解黑便、嘔血、胸痛、呼吸困難、發燒或發冷等。
- 2.避免懷孕及哺餵母乳。

## 三十、Irinotecan (Campto®) 抗癌妥

- (一) 為喜樹鹼的半合成水溶性衍生物，具抑制 topoisomerase I 酵素的作用，造成細胞 DNA 斷裂。
- (二) 可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐、早發性腹瀉、流淚、出汗、唾液增加。  
慢性症狀：嚴重腹瀉、白血球減少、掉頭髮、口腔黏膜潰瘍。
- (三) 注意事項：若出現嚴重腹瀉情形，應多攝取水分並依醫師指示服用藥物，避免體液電解質流失。如腹瀉仍無法改善，請立即回診。

## 三十一、Lenalidomide (Revlimid®)

- (一) 為口服抗癌藥品，具備抗血管新生與抗腫瘤發生的特質，是一種免疫調節劑。
- (二) 可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、皮膚搔癢、便秘、腹瀉、抽筋、頭痛、發燒。  
慢性症狀：貧血、白血球減少、血小板減少、疲倦、失眠。
- (三) 注意事項  
1.過敏症狀包括：紅斑性的皮膚疹，可能伴隨發燒、心跳加快及血壓降低等情況，請立即就醫。  
2.當手或腳感覺麻木、刺痛或灼熱、心跳快速、緩慢或不規律、不明原因的發熱、寒顫、不尋常的挫傷或出血請儘速就醫。  
3.避免懷孕及哺餵母乳。

## 三十二、Liposomal Doxorubicin (Lipo-dox®)

- (一) 作為細胞毒性抗生素，作用主要是嵌入 DNA 的分子中，使 DNA 斷裂，抑制合成。
- (二) 可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐。  
慢性症狀：白血球減少、血小板減少、落髮、口腔黏膜刺激腫痛或潰瘍、心臟毒性、熱潮紅。
- (三) 注意事項  
1.請主動告知醫師或藥師，是否對 Doxorubicin 或其他藥物有過敏的反應。  
2.請告訴醫師或藥師服用的藥物（包含非處方藥物、維他命及中草藥）。

- 3.若施打任何疫苗（如：麻疹或流行感冒疫苗等），請先告知醫師。
- 4.藥物在治療 1-2 天後，會使尿液變紅，是正常現象，請注意避免衣物弄髒。
- 5.若有下列任一症狀：如不正常出血或瘀血、血尿、持續腹瀉或排便習慣改變超過二日以上、發燒或發冷、靜脈注射部位紅、腫或疼痛、喉嚨痛、呼吸不適、心跳快速或不規則、手或腳出現皮膚紅腫或水泡，請立即回診。
- 6.本藥即使在停藥數月或數年後，仍可能造成心臟方面的問題，請定期回診接受醫師的檢查及追蹤。

### 三十三、Melphalan (Alkeran<sup>®</sup>)

- (一) 為烷基化劑，作用在細胞週期的階段與 DNA 形成共價鍵，抑制細胞分裂。
- (二) 可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐或腹瀉。  
慢性症狀：白血球減少、血小板減少、掉頭髮、停經、精子減少或肺炎。
- (三) 注意事項：注意保暖、預防感冒。

### 三十四、Mercaptopurine (6-MP、Purinethol<sup>®</sup>)

- (一) 為抗代謝藥物，可抑制惡性腫瘤細胞內 DNA 蛋白質的合成。
- (二) 可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐、食慾不振、腹瀉。  
慢性症狀：白血球減少、血小板減少、肝功能指數上升、黃疸、色素沉澱。
- (三) 注意事項：皮膚或眼白呈現異常的黃色或食慾不振時，請立即回診。

### 三十五、Methotrexate (MTX、Methotrexate<sup>®</sup>)

- (一) 為抗代謝藥物，抑制葉酸合成，干擾 DNA 合成。
- (二) 可能產生的副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐、腹瀉。  
慢性症狀：白血球減少、血小板減少、掉頭髮、皮膚色素沉著、皮膚紅疹、口腔潰瘍、肝、腎功能受損、胃腸道出血傾向、視力模糊、頭暈。
- (三) 注意事項
  - 1.坐下或起身動作應放慢，採漸進式更換姿勢，勿突然改變姿勢，預防暈眩。
  - 2.應多攝取水分。
  - 3.皮膚如出現紅疹、癢或紅腫時，請告知醫師，並依醫師指示用藥，以減輕不適。

### 三十六、Mitomycin (Mitomycin-C Kyowa<sup>®</sup>)

- (一) 為細胞毒性抗生素，與癌細胞 DNA 分子結合，抑制腫瘤細胞生長。
- (二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐、食慾不振、腹瀉、發燒、頭痛、靜脈炎、口腔炎。  
慢性症狀：白血球減少、血小板減少、腎功能受損、皮膚紅疹、關節疼痛、掉頭髮、間質性肺炎。

(三) 注意事項

- 1.維持腎臟功能：補充足夠水份，每天攝取 2000~3000cc 的水份。
- 2.淋浴或洗澡時可使用溫度較低的水，並以乳霜或乳液滋潤皮膚。

三十七、Mitoxantrone (Novantrone®)

(一) 為細胞毒性抗生素，是 DNA 作用劑，嵌入 DNA 分子抑制 DNA 合成，對癌細胞具毒殺作用。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：骨髓抑制、黏膜炎、口腔炎、噁心、厭食、靜脈炎、咳嗽。  
慢性症狀：心臟毒性、掉頭髮。

(三) 注意事項

- 1.當發生注射部位疼痛時，請持續冰敷並諮詢醫護人員。
- 2.如果出現心律不整，活動時易覺呼吸不順或併有下肢水腫時，請立即回診並告知醫師。
- 3.在注射藥物後 24 小時內，尿液呈藍綠色屬正常現象，請多攝取水分，每天攝取 2000~3000cc 的水份。

三十八、Oxaliplatin (Oxalip®、Eloxatin®) 歐力普

(一) 為含鉑化合物製劑，作用為癌細胞生長抑制劑，可抑制 DNA 的複製、轉錄，阻止或消滅細胞增殖，以達到抗腫瘤效果。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐、施打多次後，可能會出現過敏反應：皮膚癢、紅疹、發燒、發冷、臉潮紅、呼吸困難、咳嗽不止、胃腸不適、頭暈、鼻塞、流鼻水等情形要立刻告知醫護人員。

慢性症狀：白血球減少、血小板減少、貧血、手腳麻木、腹瀉、疲倦。

(三) 注意事項

- 1.若已知對此類藥物過敏或有腎臟方面疾病，請先主動告知醫師。
- 2.請告訴醫師或藥師服用藥物，包含：非處方藥物、維他命及中草藥，口服抗凝血劑，如 Warfarin (Coumadin) 等。
- 3.若要進行手術（含牙科手術），要告知醫師或牙醫師，正在使用本藥。
- 4.治療期間，容易被感染，請儘量避免出入公共場所及預防感冒。
- 5.使用本藥五日內暴露於冰冷處，易造成手腳麻木，避免進食冰的食物及冷飲，也避免使用冷水洗手、避免碰觸冷的東西或物體。從冰箱中拿取食物時，最好穿戴手套，若手指、腳趾麻木時，拿取尖銳物品或熱的東西需更加小心。避免暴露於寒冷或強風的環境，在冷空氣中，可使用口罩或圍巾

保護口、鼻，注意保暖，感覺冷時，可穿戴毛巾、圍巾、手套。在室內時可用溫水、熱敷袋來溫暖雙手。

6.治療期間若產生腹瀉時，應避免服用牛奶製品、油膩、高纖維的食物，請多補充水份，嚴重時可依醫囑使用止瀉劑，另外應進食高蛋白及富含維生素 A、C、E、礦物質等食物。

7.施打多次後（最易出現在治療的第 6-8 次療程），可能會出現過敏反應，若施打本藥品途中或結束後不久即發生皮膚癢、紅疹、發燒、發冷、臉潮紅、呼吸困難、胃腸不適、頭暈、鼻塞、流鼻水等情形，要立刻告訴醫護人員處理。

### 三十九、Paclitaxel (Taxol®) 太平洋紫杉醇

(一) 為植物鹼類藥物，主要是作用於細胞間期的細胞分裂，穩定細胞內微小管，抑制微小管去聚合，使細胞無法完成分裂過程而死亡。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐、心跳過快、低血壓、過敏反應、黏膜炎、食道炎。

慢性症狀：嗜中性白血球減少、末梢神經病變（如手、腳麻木感）、肌肉酸痛、掉髮、腹瀉、疲倦及心臟毒性。

(四) 注意事項

1.當藥物引起手腳麻木時，請注意末梢肢體的保暖，若執行精細運動（如扣釦子、綁鞋帶）的能力喪失、腿部痙攣等情形，請立即回診。

2.若有皮膚紅疹、喘、胸悶、呼吸困難、低血壓、腹部疼痛等，請隨時告知醫護人員。

### 四十、Rituximab (Mabthera®) 莫須瘤

(一) 屬抗癌單株抗體藥物，用來治療帶有 CD 20 抗原的 B 細胞惡性淋巴瘤。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐、無力、頭痛、低血壓、過敏反應（發燒、寒顫、痙攣），大部份發生在第一次注射時。

慢性症狀：白血球減少、掉髮、口腔炎、神經炎、B 型肝炎活化。

(三) 在治療中若出現以下情形，請告知醫護人員

1.呼吸困難或短促。

2.高燒不退、過敏反應。

3.感染現象，如：咽喉疼痛、咳嗽、紅腫發炎或排尿時疼痛。

4.表皮或關節疼痛。

5.懷孕及哺乳婦女禁用。

### 四十一、Tegafur & Uracil (UFUR®)

(一) 與thymidylate synthase結合並抑制其作用，使thymidylate無法生成，而影響

DNA的製造。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐、腹瀉。

慢性症狀：貧血、白血球減少、血小板減少、疲倦。

(三) 注意事項

- 1.通常白血球會在給藥後降低，如果有任何感染的症狀如發燒、發冷或喉嚨痛等，請儘速就醫。
- 2.會造成血小板減少及貧血的現象，要注意身上是否有出現小紫斑或出血點，不尋常的挫傷或出血，請儘速就醫。

#### 四十二、Thalidomide (Thado<sup>®</sup>)

(一) 為口服抗癌藥品，具備抗血管新生與抗腫瘤發生的特質，是一種免疫調節劑。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、皮膚搔癢、便秘、腹瀉、抽筋、頭痛、發燒。

慢性症狀：貧血、白血球減少、血小板減少、疲倦、失眠。

(三) 注意事項

- 1.過敏症狀包括：紅斑性的皮膚疹，可能伴隨發燒、心跳加快及血壓降低，請立即就醫。
- 2.當手或腳感覺麻木、刺痛或灼熱、心跳快速、緩慢或不規律、不明原因的發熱、寒顫、不尋常的挫傷或出血請儘速就醫。
- 3.避免懷孕及哺餵母乳。

#### 四十三、Topotecan (Topotecan Sandoz<sup>®</sup>)

(一) 可作用於細胞週期中，是抑制拓樸異構酶第一型 (topoisomerase I) 酵素的作用，造成細胞 DNA 斷裂。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐、易皮膚或牙齦出血。

慢性症狀：落髮、頭痛、腹痛、感覺疲倦、虛弱、食慾減退。

(三) 注意事項

- 1.使用這個藥物後，若有下列任一症狀，請立刻通知醫師：如出現威脅生命症狀包括呼吸困難、蕁麻疹時。
- 2.若施打任何疫苗（如：麻疹或流行感冒疫苗等），請先告知醫師。
- 3.若無限水的問題，請多補充水份。

#### 四十四、Trastuzumab (Herceptin<sup>®</sup>) 賀癌平

(一) 為抗癌單株抗體藥物，用以治療 HER2 基因過度表現之乳癌細胞。

(二) 可能產生的副作用

急性期：第一次治療時出現類似感冒症狀，如：發燒、寒顫、過敏反應。另

外單獨使用 Herceptin 有四分之一患者發生腹瀉。  
慢性期：心臟毒性。

(三) 注意事項

- 1.如有噁心、嘔吐或食慾不振時，宜採少量多餐方式進食，並加強口腔護理，以促進食慾。
- 2.當發生嚴重腹瀉、發燒或手腳麻木時，請立即回診。

四十五、Vinblastine (Vinblastine®)

(一) 為植物鹼類藥物，主要是作用於細胞間期的細胞分裂，阻斷微管束的聚合，中止有絲分裂，抑制腫瘤細胞的生長。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐、食慾不振、靜脈炎、頭痛。

慢性症狀：白血球減少、血小板減少、周邊性神經炎、手腳麻木、肌肉、骨骼酸痛、掉頭髮、疲倦、停經、精子減少、下頷痛。

(三) 注意事項

- 1.當藥物引起手腳麻木時，請注意末梢肢體的保暖，若有喪失執行精細運動的能力、腿部痙攣等情形，請立即回診。
- 2.當發生注射部位疼痛時，請立刻諮詢醫護人員，視需要採熱敷處理。

四十五、Vincristin (Oncovin®)

(一) 為植物鹼類藥物，主要是作用於細胞間期的細胞分裂，抑制微管束的聚合，中止有絲分裂，抑制腫瘤細胞的生長。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐、靜脈炎。

慢性症狀：週邊性神經炎、手腳麻木、掉頭髮、便秘、腹部脹氣、白血球減少、體重減輕、皮膚紅疹、停經、精子減少。

(三) 注意事項

- 1.當藥物引起手腳麻木時，請注意末梢肢體的保暖，若有喪失執行精細運動的能力，腿部痙攣及腹脹等情形，請立即回診。
- 2.當發生注射部位疼痛時，請立刻諮詢醫護人員，視需要採熱敷處理。

四十六、Vinorelbine (Navelbine®) 溫諾平

(一) 為長春花生物鹼類藥物，可抑制微管束的聚合作用，造成有絲分裂停止，細胞死亡。

(二) 可能產生的副作用

急性症狀：噁心、嘔吐、靜脈炎。

慢性症狀：白血球減少、血小板減少、貧血、輕度至中度末梢神經病變（如手腳麻木感）、便秘。

### (三) 注意事項

- 1.當發生注射部位疼痛、靜脈炎時，請持續熱敷並諮詢醫護人員。
- 2.當藥物引起手腳麻木時，請注意末梢肢體的保暖，若有喪失執行精細運動的能力、腿部痙攣等情形，請立即回診。

## 四十七、Temsirolimus (Torisel<sup>®</sup>) 特癌適

(一) 為標靶藥物，可阻斷癌細胞內的訊息傳遞，進而達到抑制癌細胞生長及促使癌細胞凋亡的效果。

### (二) 可能產生的副作用

急性症狀：發燒、過敏。

慢性症狀：水腫、貧血、白血球減少、血小板減少、腹痛、腹瀉、高血脂、肌肉無力、高膽固醇、高血糖、咳嗽、口腔黏膜改變。

### (三) 注意事項

- 1.可能會發生立即性的過敏反應，在輸注期間若出現皮膚紅疹、呼吸困難或喉嚨腫痛等症狀，請立即通知醫護人員。
- 2.女性懷孕或哺餵母乳時，請先主動告知醫師；可能會傷害胎兒，因此若接受治療期間或治療後計畫懷孕，可向醫師做進一步諮詢。

## 四十八、Pertuzumab (Perjeta<sup>®</sup>) 賀疾妥

(一) 為標靶藥物，可阻斷 HER2 及其他人類表皮生長因子接受體的作用，藉由抑制癌細胞內的訊息傳遞路徑，導致癌細胞生長停止及凋亡。

### (二) 可能產生的副作用

急性症狀：全身過敏反應、噁心、嘔吐。

慢性症狀：疲倦、皮疹、白血球減少、禿髮。

### (三) 注意事項

- 1.全身性過敏反應、左心室功能不全，若出現過敏反應時，可減緩輸注速率，若出現嚴重過敏反應，則應立刻停止輸注，並立即通知醫護人員。
- 2.若左心室射出率功能在 3 週內未改善或降低，強烈建議停用。

## 四十九、Eribulin (Halaven<sup>®</sup>) 賀樂維

(一) 抑制微血管之生長期，導致 G2/M 的細胞週期阻斷及破壞有絲分裂紡錘體，造成癌細胞凋亡。

### (二) 可能產生的副作用

急性症狀：頭痛、發燒。

慢性症狀：血液毒性、周邊神經病變、無力疲勞、掉髮、胃腸不適、體重減輕、肝指數上升、關節肌肉疼痛、QT 波延長。

(三) 注意事項：使用後若出現胸悶、心跳速度等異常情形請立即回診。

#### 五十、Nab-Paclitaxel (Abraxane<sup>®</sup>) 亞伯杉

- (一) 為與奈米顆粒白蛋白結合型的太平洋紫杉醇，是一種微管抑制劑，可促進微管蛋白雙元體組合成微管，防止去聚合作用而穩定微管，促進癌細胞凋亡。
- (二) 可能產生的副作用
  - 急性症狀：疲倦、肝指數上升、噁心、嘔吐、發燒。
  - 慢性症狀：掉髮、手腳麻刺、白血球減少、肌肉或關節疼痛。
- (三) 注意事項：施注期間不可喝葡萄柚汁，妊娠期間禁用。

#### 五十一、Aflibercept (Zaltrap<sup>®</sup>) 柔癌捕

- (一) 為標靶藥物，藉由對抗血管新生因子抑制腫瘤血管新生，進而抑制腫瘤生長。
- (二) 可能產生副作用
  - 急性症狀：噁心、腹瀉、白血球減少、口腔黏膜破損。
  - 慢性症狀：高血壓、蛋白尿、腸胃出血、感染、疲倦、頭痛。
- (三) 注意事項
  - 1. 居家需進行血壓監控，若血壓太高，於返診時諮詢醫師是否增加降血壓藥物服用。
  - 2. 有腹瀉情形出現時，請增加水分攝取。
  - 3. 若出現出血、黑便、腸胃絞痛等情形，請立即就醫。

#### 五十二、Arsenic Trioxide (Asadin<sup>®</sup>)

- (一) 藉由砷劑作用於 APL 癌蛋白中，誘導白血病細胞內的分化與凋亡，達到清除白血病細胞的效果。
- (二) 可能產生的副作用
  - 急性症狀：噁心、嘔吐、腹瀉。
  - 慢性症狀：白血球增加、水腫、疲倦、高血糖、頭痛、眩暈。
- (三) 注意事項
  - 1. 若出現呼吸困難或呼吸喘情形，請立即就醫。
  - 2. 白血球指數會上升，宜定期追蹤血球計數。

#### 五十三、Ipilimumab (Yervoy<sup>®</sup>)

- (一) 為免疫抑制劑，是一種 T 細胞增效劑，會阻斷 CTLA4 的抑制訊息，使 T 細胞活化和增生，並讓淋巴球浸潤至腫瘤中，造成腫瘤細胞死亡。
- (二) 可能產生免疫相關副作用
  - 急性症狀：噁心、嘔吐、發燒。
  - 慢性症狀：腹痛、皮疹、搔癢、疲倦、腸炎、肝指數上升、無力、感覺異常。
- (三) 注意事項：若出現排便次數增加、血便、腹痛等症狀，請立即返診。

#### 五十四、Nivolumab (OPDIVO®)

- (一) 為免疫抑制劑，透過與 PD-1 受體的結合，阻斷 PD-L1 及 PD-L2 的交互作用，抑制 PD-1 的免疫反應，減少腫瘤細胞生長。
- (二) 可能產生免疫相關副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐、發燒。  
慢性症狀：疲倦、骨骼肌肉疼痛、食慾不振、便秘、咳嗽、肝腎毒性。
- (三) 注意事項：若出現劇烈咳嗽、胸悶、胸痛、呼吸喘等症狀，請立即返診。

#### 五十五、Pembrolizumab (Keytruda®)

- (一) 為免疫抑制劑，透過與 PD-1 受體的結合，阻斷 PD-L1 及 PD-L2 的交互作用，抑制 PD-1 的免疫反應。
- (二) 可能產生免疫相關副作用  
急性症狀：噁心、嘔吐、發燒。  
慢性症狀：疲倦、食慾不振、呼吸困難、咳嗽、肝腎毒性。
- (三) 注意事項：若出現劇烈咳嗽、胸悶、胸痛、呼吸喘等症狀，請立即返診。

### 參、照護注意事項

#### 一、如何處理便秘

- (一) 當便意產生時，應立即如廁。
- (二) 多攝取水份，無限水情形下每天可攝取 2000~3000 cc 的水份。
- (三) 勿用力排便，因易導致痔瘡肛裂與心律不整。
- (四) 可依醫師指示使用保護性軟化劑或潤滑劑，以減輕排便時的疼痛。
- (五) 養成每日定時排便的習慣，建議在第一餐飯後 1 小時完成解便，因此時腸蠕動最強。
- (六) 保持肛門周圍皮膚完整。
- (七) 攝取高纖維的食物能改善便秘，如：木瓜、柑橘、棗子、香蕉等，但增加纖維攝取時須注意，如果有懷疑腸阻塞或不適合持續補充水分，則不應增加纖維質的攝取。避免攝取高度精緻的澱粉食物，如：糕餅、派類。
- (八) 勿自行服用瀉藥，以免造成肌肉無張力而使便秘惡化，便秘情形嚴重時，請務必告知醫師。
- (九) 體力許可下，做適當運動。

#### 二、如何處理噁心、嘔吐

- (一) 化療期間有噁心感時，應避免在治療前 1-2 小時用餐。
- (二) 噁心感多在早上發生，可於起床前吃一些乾燥食物，如：穀類、麵包、土司。
- (三) 少量多餐，不要一次吃太飽太多。且避免用餐時喝太多液體，減少飽脹感。
- (四) 避免太甜、油炸、油膩的食物，如糖果、蛋糕、炸雞。
- (五) 口渴時可喝涼的、無糖的果汁，避免喝蘇打水。

- (六) 飯後 2 小時內儘量不要平躺。
- (七) 感到噁心感時，試著深呼吸或放慢呼吸的頻率。
- (八) 選擇較清淡的食物，如：土司、蘇打餅乾、麥片、去皮的雞肉、軟質的蔬菜水果。
- (九) 細嚼慢嚥，要有充分時間進食，才可以消化的好。
- (十) 避免特殊氣味（如香煙、香水）。
- (十一) 依醫師處方服用止吐藥物。

### 三、如何預防感染

- (一) 經常洗手，尤其是吃飯前、如廁後。
- (二) 排便後立即清洗肛門部位或採溫水坐浴，有發炎及痔瘡時，請告知醫師。
- (三) 勿自行灌腸或使用栓劑。
- (四) 避免出入公共場所及與感冒、麻疹等傳染病的病人接觸。
- (五) 剪指甲時不要撕破或剪傷皮膚。
- (六) 使用電動刮鬍刀，以免刮傷皮膚。
- (七) 使用軟毛牙刷，避免牙齦黏膜損傷、出血。
- (八) 用溫水淋浴，勿用力摩擦皮膚。
- (九) 皮膚乾燥龜裂時，可使用不含香料的乳液增加皮膚的彈性。
- (十) 勿擠壓或抓破青春痘及粉刺。
- (十一) 勿自行接受任何疫苗注射。
- (十二) 當發生下列症狀時，請立即就醫：
  - 1.發燒超過 38°C、寒顫、冒汗、呼吸急促。
  - 2.腹瀉、嚴重的咳嗽或喉嚨痛。
  - 3.異常的陰道分泌物或搔癢。
- (十三) 當白血球數目減少時，請食用煮熟的食物，避免生食，水果需以厚皮且可剝皮或削皮的為主。

### 四、如何處理口腔黏膜潰瘍

- (一) 選擇質地柔軟、細碎的食物，以幫助吞嚥：
  - 1.乳製品：如乳酪、布丁、奶昔、冰淇淋。
  - 2.水果類：如香蕉、木瓜、果泥。
  - 3.肉魚豆蛋類：如碎肉、豆腐、鮮魚。
  - 4.軟質蔬菜：如冬瓜、萵菜、絲瓜。
  - 5.主食類：如稀飯、細麵、冬粉、地瓜、麥片、馬鈴薯、綠豆、紅豆、蓮子等。
- (二) 避免刺激性食物，如：酒精類、酸性飲料及調味重之香料（如：辣椒、醋），以減少疼痛。
- (三) 可將食物剝碎或切細以利咀嚼。

- (四) 加入肉汁肉湯來幫助吞嚥。
- (五) 減少食用高溫食物，應放涼至常溫後再食用。
- (六) 進食後應立即漱口，以去除食物殘渣及細菌，並隨時維持口腔衛生以促進傷口癒合。
- (七) 使用軟毛的牙刷，。
- (八) 無限水情形下飲水每天至少攝取 2000cc 水份。
- (九) 依醫師處方服用口腔藥物及止痛藥。
- (十) 必要時可使用鼻胃管灌食。
- (十一) 避免吃黏牙食物，減緩口腔黏膜之疼痛感。

#### 五、如何處理腹瀉

- (一) 急性腹瀉後，可在初期 12-24 小時採清流質飲食（如：經過濾的果汁、菜汁、肉汁等），每天至少攝取 2000cc 水份，以補充流失的水份，並讓腸道休息。在醫師許可下，可選擇含鈉、鉀量高的液體，如稀釋後的運動飲料、肉湯、水蜜桃等。
- (二) 採少量多餐，避免濃烈的調味料，如：胡椒、辣椒、咖哩。
- (三) 避免攝取油膩、高纖維或含刺激性成份的食物，如：生菜、高麗菜、玉米、豌豆、胡蘿蔔、花菜、乾豆類。
- (四) 避免攝取含咖啡因的食物及飲料。
- (五) 液體攝取以室溫為宜，避免溫度太燙或冰冷。
- (六) 避免攝取奶類及乳製品的食物，減少腸道的機械性刺激，使腸道獲得充分休息。
- (七) 可採低纖維食物，如：麵條、水煮蛋、蒸蛋、土司。
- (八) 腹瀉情形嚴重時，請立即就醫。

#### 六、如何預防出血

- (一) 浴室鋪止滑墊及安置扶手，儘量穿止滑脫鞋。
- (二) 夜間室內應保持適當照明。
- (三) 移除室內外危險物品，如：尖銳桌角、易碎玻璃片等。
- (四) 避免用力擤鼻涕、用手指挖鼻孔、挖耳朵或咳嗽。
- (五) 避免量肛溫、灌腸或使用肛門栓劑。
- (六) 採軟質飲食，避免吃含骨頭的食物。
- (七) 預防便秘、多喝水，依處方使用軟便劑。
- (八) 維持皮膚及口腔黏膜完整，使用軟毛牙刷及電動刮鬍刀。
- (九) 請選擇柔軟的衣服，避免穿緊身衣服。
- (十) 缺乏維生素 C 或 K 的病人，應多進食綠色蔬菜、橘子、柳丁或檸檬等。
- (十一) 當發生下列症狀時，請立即就醫：
  - 1. 皮膚粘膜有出血點或瘀斑。
  - 2. 呼吸急促、脈搏微弱、皮膚濕冷。

- 3.解血尿、血便或黑便。
- 4.臉色蒼白、頭暈、疲倦、不安。
- 5.發生鼻出血時，應立即坐起並於鼻樑下的鼻孔部位施壓，如出血持續 10 分鐘以上或大量出血時，請立即就醫。

(十二) 避免從事激烈性的活動或運動，以減少受傷機會。

(十三) 未在醫師許可下，不可服用任何藥物。

#### 七、如何改善食慾不振

- (一) 食慾較好時，可多補充高熱量的食物。
- (二) 採少量多餐，並依個人狀況逐漸增加進食的量。
- (三) 避免產氣食物，如：豆類製品、沙拉或甘藍菜等。
- (四) 進餐時少飲用液體，避免因飽足感而吃不下。
- (五) 使用香料、調味品來刺激味覺，以增進食慾。
- (六) 排除環境中不愉快的刺激，如：異味、臭味等。
- (七) 進餐前 5-10 分鐘可做緩和運動，以促進食慾。
- (八) 若有疼痛，可依醫囑在進食前 30 分鐘先服用止痛劑。
- (九) 加強口腔護理，以減輕異味感促進食慾。
- (十) 可由他人陪伴進餐，促進進食動機。
- (十一) 儘量讓病人自己選擇食物，並經常變換菜色。

#### 八、如何改善疲倦

- (一) 疲倦是主觀的感覺，像是感覺很累、不想走動、眼皮很重、很想睡覺、四肢軟弱無力、注意力不集中或不想說話等，處理的方式以保存體力為主。
- (二) 可使用坐式馬桶或淋浴時坐在椅子上，減少能量消耗。
- (三) 選擇寬鬆的衣服，以方便穿脫，衣服儘量選擇釦子在前面的。
- (四) 儘可能坐著做事，使用輔助物以幫助維持姿勢（如助行器），避免提重物、穿有口袋的衣服方便放東西，減少因反覆拿東西而造成疲倦。
- (五) 調整生活作息並專注於喜歡的事物，預防過度勞累，避免爆發性的活動。
- (六) 適度的運動，藉由每周 150 分鐘的有氧運動來改善。協助安排較節省體力的活動，可局部按摩指壓促進血液循環、增加舒適。覺得較舒適時，可計劃一些不讓自己太累的活動。

#### 肆、諮詢服務電話

情人湖院區(02)24329292 轉 2420 或 2490

台北院區(02)27135211 轉 3614

林口院區(03)3281200 轉 5696、8196

嘉義院區(05)3621000 轉 2964、3200

高雄院區(07)7317123 轉 2455

長庚紀念醫院 N205 32K 105 年  
<http://www.cgmh.org.tw>

