
第三章 化學治療（化療）

化學治療（化療）

面對癌症是一件很難接受的事。但是因為現代醫學倡明，很多癌症都可以用外科手術，或者電療，或者化療來控制，有些人因為接受治療而得到痊癒。

這一章會幫助你和你的家人明白甚麼是化療。你可能對這種治療的方法存有很多疑問，此章可以幫助你解答其中一些問題，內容包括有：

- 化療的作用
- 化療的是如何進行的
- 飲食營養的重要性
- 如何處理常見的副作用

癌症的治療通常是手術治療，放射治療以及化學治療幾種方式的結合。對某些癌症，化療治療收效甚好。可能你有很多問題 此章中沒有談及到，請你隨時請教醫生、護士或藥劑師。

甚麼是化療？

化療就是利用化學藥物治療疾病，當你服用阿斯匹靈（Aspirin）時，已經是在使用化療了。但是今天化療的意思是指利用藥物醫治癌症。

- 癌症是身體內細胞生長失去規律
- 細胞失去控制，生長過快而且可能蔓延到其他器官
- 化療就是使用強力的藥物來殺死癌細胞

化療是如何進行的？

醫生按不同的癌症使用一種或多種的化療。通常用藥的方法有三種：

- 口服，如藥丸
- 肌肉注射

- 靜脈血管注射，如 I. V. (通過一條細導管滴注入周圍靜脈或主要靜脈)

如果注射時，藥物流出血管外，會引起注射部位紅腫刺痛，應該立即通知醫生或護士。化療是無痛的治療，但可能會引起暫時性不舒服的感覺，例如：噁心。

化療就是通過血液輸送藥物，以殺滅體內的癌細胞。

在甚麼地方可以接受化療？

- 醫生診所
- 醫院
- 偶而也有在家中

不同的醫生、不同的醫院會有不同的規定。

治療的時間及次數

有些化療是每天一次至每月一次不等，接受治療的時間及次數需看：

- 癌症的種類
- 所用的藥物
- 身體對化療的反應

如果你已服用其他藥物，應該告訴醫生現在服用的藥名，數量及次數。

如何知道治療是否有效？

在接受化療期間及之後，需要進行檢查以幫助醫生診斷病情是否有較好的進展。其中包括：

- 驗血
- 照 X 光
- 量體重
- 檢查身體

治療引起的副作用

化療抑制癌細胞生長同時也會影響正常細胞的生長，而引起以下的副作用，常見的有：

- 噁心、嘔吐
- 疲倦
- 脫髮

疲倦和禿髮現象出現在治療初期直至治療結束，而噁心嘔吐的現象通常見於服藥後數小時。

當治療停止後，正常細胞重新生長時這些副作用也會全部消失。

對化療的反應和所引起的副作用程度是因人而異的。切記告訴你的醫生和護士有關你對化療的反應，並且詢問他們怎樣去克服副作用。

如何克服副作用

噁心嘔吐

- 化療影響胃細胞及部份腦細胞而產生作嘔的感覺。

通常在接受治療前，先服止嘔藥。飯前半小時，先服止嘔藥，也可以幫助止嘔。

飲食要訣

- 少吃多餐，可避免胃漲滯的感覺。
- 避免飯後或用飯時喝大量水份，使胃漲塞，如要喝水，應在兩餐之間喝。
- 避免油膩食物（如火鴨）。
- 避免太熱或太冷的食物。
- 飲食的時候，應該細嚼慢吞。
- 飲食後稍作休息，但避免立即平臥，以站立或步行為宜。
- 避免味道欠佳的食物。
- 多預備好一些煮好的食物，放在冰箱內留作後用。

腹瀉

如果腹瀉很嚴重並持續 24 小時以上的話，應通知醫生。醫生會開止瀉藥給你服用。如有腹瀉請遵從以下的建議：

- 喝大量的水
- 除非醫生另有指示，否則應多吃含豐富鉀質的食物，如香蕉，橙，馬鈴薯，桃或杏汁等。
- 避免飲用酒精或含有咖啡因的飲料，如茶，咖啡等，或糖果類。

口腔炎

在接受化療期間，若發現有口部潰瘍（破損）或白點，應立即告訴醫生或護士。若口腔破損有痛，會影響食慾，吞嚥困難。

- 應每日自己檢查口腔。用較軟的牙刷刷牙。
- 口腔清潔：每日漱口，有破損的應用醫生處方的漱口水。

飲食要訣，避免刺激口腔

- 免吃太熱或太冷的食物。
- 多飲開水或湯水。吃水份高的食物，如雪糕、水果等。
- 盡量將食物打碎後才食用。

疲倦

骨髓另外的功能是製造紅血球來輸送氧，受化療影響，這個功能會減弱，所以容易產生貧血而感到：

- 疲倦
- 氣促

足夠的休息是很重要，嚴重的貧血，需要留醫院進行輸血。輸血以後做輕微的運動可助體力復原。

出血

某種化療會抑制骨髓製造血小板。血小板有止血的作用，不足夠時就容易有出血現象，如：

- 身體多處有瘀傷
- 大小便內有血
- 鼻或牙齦出血

特別小心，避免割傷出血：

- 男仕剃鬚宜用電鬚刨
- 女仕修甲不宜用剪刀剪皮
- Aspirin 使血凝固的時間延長，容易有出血的現象，不應該用。

若發現出血的現象，應該立即見醫生。

脫髮

化療影響毛髮細胞的生長，引致部份禿髮或全部禿髮。

禿髮是很難接受的事實，感到情緒低落或憤怒是很自然的心情。應該向別人訴說以幫助你的心情好轉。

化療期間應該考慮：

- 用假髮
- 戴絲巾
- 戴帽

皮膚

化療可能會影響皮膚組織而產生輕微不適，如：乾燥、脫皮等現象。

護理：

- 用適合的潤膚劑
- 避免直接曬太陽，化療期間皮膚較易被晒焦。
- 用帽子或傘遮蓋。
- 戶外陽光下應用 15 度或以上的防晒太陽膏。

感染

白血球的作用是抵抗細菌，防止感染。化療影響骨髓減少白血球的數量，身體就容易有感染的危險。

預防方法：

- 用廁後或飯前要洗手。
- 避免去人多的地方。
- 避免與有傷風的人接觸。
- 避免擦損皮膚，若有擦損的應用肥皂清水沖洗。
- 男仕用電剃鬚刀來剃鬚子。

感染的徵狀

- 發燒
- 發抖
- 出汗
- 小便刺痛
- 嚴重的咳嗽或喉痛
- 腹瀉

若患感染，應立即通知醫生或護士，嚴重時或需要留醫院接受抗生素靜脈治療。

性器官會受影響嗎？

化療不會影響性功能或性慾，但可能因身體疲倦而影響性的關係。

- 婦女：經期會有不規則或停經現象。育嬰年齡的婦女，宜用避孕法以防止懷孕。
- 男子：精子會改變，可能有不育現象。請與醫生或護士討論此問題。

飲食的重要

平衡飲食比較容易克服化療的副作用。平衡飲食，攝入足夠的澱粉質、蛋白質、維他命素及礦物質等營養素，可以幫助細胞恢復生長，如：

- 含有大量蛋白質的食物如肉類、家禽、雞蛋、魚類。
- 水果、各種蔬菜。

在接受化療期間，應食用：

- 比平常多 50%的蛋白質
- 比平常多 20-50%的熱量。
- 多喝水，如稀飯、湯、果汁等，起碼每天喝 8-10 杯水，因為大量的水份可以幫助濾清藥物。

感受

化療常會造成情緒低落、恐懼、焦慮等感覺。心理健康與身體健康同樣重要，將你的感受向明理的家人或親友傾訴，將你的病情或治療情況向醫生、護士、社會工作者，或其他病人述說，均可幫助你解決心情上的需要。

你應該：

- 將你平時的問題記在簿上，見到醫生時可以詢問。
- 儘量維持日常的活動。
- 接受治療時會有煩燥、單調的感覺。最好帶備讀物閱讀，收聽音樂，可能的話，帶同家人或朋友作陪伴。

切記：

幫助自己順利地完成化療，你要：

- 保持積極的態度。
- 飲足夠的水份。
- 吃營養豐富的食物。
- 得到充足的休息。
- 維持平常的活動以保身心的健康。

其它治療癌症的方法

外科手術

外科手術的目的有多種，其中包括抽取身體組織作檢驗，（即活組織切片檢查）以作為診斷癌症的依據，以及割除癌腫瘤或前期癌細胞。很多種癌症可通過手術，而得到很大的痊愈機會，特別是那些尚未擴散至身體其它部位的癌症。隨著現代科技的進步，外科手術已變得更安全，侵略性亦大大減低。然而，當您決定做手術前，應像考慮其它治療方法一樣，明白手術所帶有的風險。

手術時發生的併發症並不普遍，但可包括以下幾項：

- 失血過多，需要輸血
- 鄰近器官或血管受到損害
- 對麻醉藥產生反應

疼痛是手術後最普遍的問題。舒解疼痛有很多方法，請與您的醫生商討哪一種緩解疼痛的方法最適合您。

荷爾蒙（激素）治療法

性激素可刺激前列腺癌及乳癌的生長。荷爾蒙(激素)治療法可抑制激素或阻止其作用。治療期的長短會根據您的歲數，癌症期類，和其它因素而有所不同。普遍的副作用有以下幾點：

- 潮熱
- 噁心，嘔吐
- 食欲不振

對於男性，荷爾蒙(激素)治療法有可能導致：

- 性功能削弱
- 性慾減低

對於女性，病人可感到：

- 情緒變化
- 凝血塊
- 陰道乾澀
- 免疫療法（亦稱生物治療）
- 免疫療法是利用病人自身的免疫系統去對抗癌症。其中一種途徑是通過刺激免疫系統，使之發揮更大功用，而另外一種方法就是運用外來資源。癌症疫苗是免疫療法裡其中一種最具希望的療法，但尚未被美國聯邦食品及藥物管理局認可。

資料提供：Dr. Richard Cohen Cancer Fund