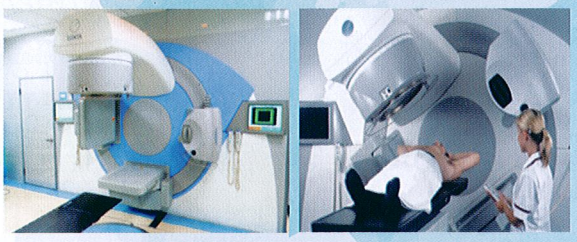
乳癌放射治療與治療後皮膚照護事項

文/放射腫瘤科 楊蕙芳 護理師

一、放射線治療

現今乳癌的治療，除了手術治療、化學治療及荷爾蒙治療外，放射線治療（radiotherapy）已成為不可或缺的一部分。放射線治療是以高能量X光、直線加速器照射來治療腫瘤(俗稱電療)，像照X光一樣，病人只需安靜的躺在治療台(圖一)上即可。



圖一、放射線治療台(Synergy/Axesse機型)

二、放射線治療的流程

(一)模擬攝影

放射治療師會先製做一個固定身體的模具（圖二），模具目的在每天治療時，將身體固定好，減少在治療時移動產生誤差，也增加治療的準確度。

在製作模具過程中，病人必需穩定的躺在治療床上，若病人有任何不適，可立即反映，不要忍耐，因為整個療程需要5-6週的時間，所以必需做出一個最適合病人的模具。

做完模具後，放射治療師會在病人身上畫上定位的輔助線，然後使用抗敏紙膠將定位線保護起來。回家後，請病人盡量維持定位線的完整性，洗澡時勿使用香皂或沐浴乳將記號洗掉。

標完線後，接著進行電腦斷層掃描，醫師會視狀況，決定是否需要注射顯影劑。其目的是為了看清楚治療的範圍，但非絕對必要。定位完成後，再按約定好的時間來接受放射線治療即可；放射線治療計畫製作時間約需要5-7天的工作天。



圖二、模具

(二)治療

進行放射線治療時，病人只要放輕鬆躺好，一般療程約需持續5至6周(約25-30個工作天)，每日一次(周一至周五)，照射總劑量約在5000-6000cGy範圍內，cGy是放射治療劑量的單位，醫師會視病情調整照射的劑量和次數。

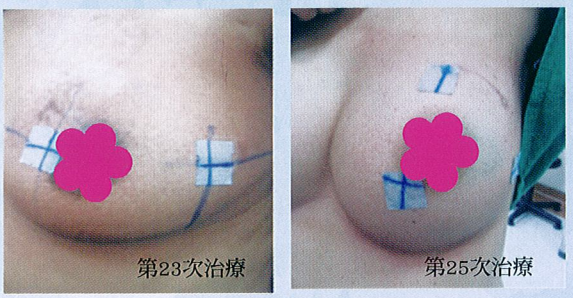
三、放射線治療常見的副作用

病人接受放射線治療過程中，發生急、慢性皮膚反應為最常見的副作用。在剛開始照射前三周幾乎沒變化，進入第三周後，皮膚呈現輕微紅腫如同曬傷一般，表皮的毛孔也會變得比較明顯(圖三)。少數的病人在照射約五周後，可能在皮膚上會產生一些小水泡或溼性傷口，但通常範圍不大，些許疼痛感，可與醫師討論是否搭配藥膏或藥物治療。

治療結束後，進入皮膚恢復期，但皮膚反應在治療完成後二周仍會持續，皮膚紅腫會改善，但易發色素沉著，變得黑或暗色，部分會漸漸脫皮與乾癢的感覺。

上述的現象約治療完成後一個多月會改善。依照每個人體質不同，皮膚需要約三、四個月的時間才會漸漸恢復原本皮膚顏色。

少部分病人仍有持續偶發性乾癢、手術疤痕處皮下抽痛，若有此問題發生，可與醫師討論後續治療。



圖三、放射線治療的皮膚反應

四、自我皮膚照護

1.放射線治療期間，盡量保持治療範圍乾爽，建議不要做會流汗的運動、煮飯時減少靠近熱源、睡覺時不要壓到治療的部位。治療開始第二週可以冷水冷敷或將毛巾放入冰箱下層冷藏（不冷凍），一次冷敷10至15分鐘，每天至少兩次，慢慢依皮膚反應來增加次數，冷敷範圍可包含肩膀至內衣下緣，胸骨中線至腋下。

可以水弄濕毛巾裝入塑膠袋內交替使用，冷敷時隔著塑膠袋。避免冷敷範圍的皮膚潮濕、不超過30分鐘以免感冒或凍傷。更完整的方法與詳細範圍，可與醫護人員討論。

2. 可與主治醫師討論，是否適合搭配使用市售含有膠原蛋白成分的乳液或凝膠，加強皮膚保濕滋潤(非油性)，降低皮膚反應，但在治療前3小時勿塗抹，其餘時間均可，盡量保持照射部位皮膚清潔。

3.洗澡採淋浴，水溫勿太熱，蓮蓬頭勿直接沖洗，洗完後用毛巾輕拍乾，患側不要背背包，避免皮膚磨擦造成破皮。皮膚搔癢時，可冷敷或加強保濕。

4.在易受到摩擦的皺褶部位如腋下、乳房下緣以及乳頭等處，會因動作或穿著產生摩擦的緣故，讓皮膚反應變得較為嚴重；手能多採插腰姿勢，保持腋下通風乾爽。

建議治療期間不穿胸罩或太緊的內衣，治療時穿脫方便如前扣式襯衫，在家穿寬鬆透氣、棉質勿太粗糙衣物，以減少摩擦對皮膚造成更多的傷害。

五、治療後小叮嚀

建議做好遮陽與保濕，短期內不要泡溫泉或日光浴，因治療後皮膚散熱比較差，放射線治療過的範圍會不舒服。如要游泳的話，請在皮膚傷口好了一個月以上才開始。



中山醫學大學附設醫院放射腫瘤科關心您