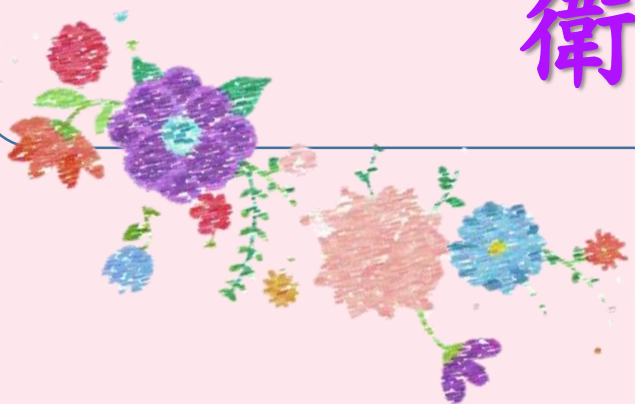


婦科放射線治療 衛教手冊





放射線治療

• 體外放射治療:

利用直線加速器產生高能量放射線，從體外穿透到要治療的範圍，給予腫瘤足夠劑量，以達治療效果。每次治療約10-20分鐘，每週治療5次，共約5-6週。

• 體內照射(近接治療):

治療當日以電腦斷層定位後，製作專屬個人治療計畫，由電腦遙控放射性物質進行體內放射治療，須採平躺姿勢，腿部及臀部維持不動。每次療程約2-3小時，每週治療2-3次，共約1-2週。





可能的副作用及照護

腹瀉



清淡或流質食物：清粥、白吐司、蒸蛋。



補充水份及高鹽或高鉀食物：湯、運動飲料、果汁、溫開水。



排便後可使用濕紙巾或水洗，避免因摩擦皮膚受損。



避免以下食物-

牛奶與乳製品、高脂、豆類食物

高纖：地瓜、生菜、粗菜梗

刺激香辛料：胡椒、辣椒

咖啡因飲品：可樂

頻尿、解尿疼痛

- 1、少數人會有頻尿、解尿疼痛的不適症狀。
- 2、適量的喝水，及避免憋尿。



治療期間有任何身體不適可告知醫護人員
必要時請醫師開立藥物緩解症狀



如何預防泌尿道感染



勤洗手

上廁所前後需洗手，保持手部衛生。



由前往後的清潔私密處

可以避免肛門排泄物汙染尿道及陰道。



糖尿病者須穩定控制血糖

糖尿病患者，較容易發生泌尿道感染，血糖的控制更是攸關膀胱功能退化的重大關鍵。



依醫師指示服藥

若有接受泌尿道感染治療期間，不可自行停藥，避免造成感染復發或細菌產生抗藥性。



清水清洗陰道部位

不要過度洗滌，以免過度清潔陰道，反而破壞陰道酸鹼值與粘膜。



不亂服偏方

有些不明藥物可能對人體有害，不要聽信偏方亂服用來源不明的藥，應選用合法藥品。



不憋尿

若有尿液感，勿憋尿。

常憋尿，使尿液一直停留在膀胱，容易成為病菌生長的溫床，增加泌尿道感染的風險。

我可以多吃什麼，預防泌尿道感染？



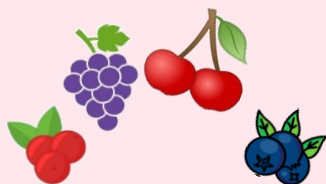
蔬菜和水果

蔬菜和水果含有豐富益生質(益菌生)，幫助好菌生長，可維持腸道內菌叢生態及酸鹼值正常，便可降低泌尿道感染的機會。



多喝水

若無特殊禁忌，每天喝水2000cc，對尿道感染是有益處的。



花青素

花青素可降低尿液酸鹼值，有助於改善泌尿道感染。

食物來源

1. 無糖蔓越莓原汁
2. 不加糖蔓越莓乾
3. 小紅莓汁或藍莓、酪梨、李子、洛神花



黃色水果

1. 增加抗氧化能力，並協助對抗感染。
2. 黃酮醇使泌尿系統維持酸性，在酸性環境下可抑制細菌生長。

食物來源

柑橘類、木瓜、鳳梨



預防泌尿道感染 - 避免之飲食



辛辣、刺激性


刺激性食物會使發炎更加嚴重

 **食品來源**
辣椒、麻辣鍋



甜食、高油


高糖和高油脂會干擾免疫系統功能，容易讓壞菌滋生。

 **食品來源**
蛋糕、大餅



咖啡因、酒


有利尿作用的食物，會減少身體水分，使發炎症狀更加嚴重。

 **食品來源**
咖啡、巧克力、酒精、碳酸飲料



高鹽、醃漬

高鹽會破壞體內電解質及水分的平衡，造成高血壓及容易尿路結石。

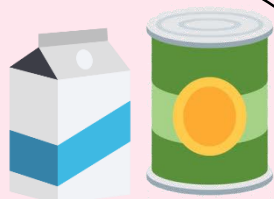
 **食品來源**
臘肉香腸、醃漬品

免疫力低下自我照護小叮嚀



均衡飲食

高熱量高蛋白質飲食



包裝完整

小包裝，以一次能吃完為主



熟食

所有食物均煮熟再食用



勤洗手



充足睡眠



戴口罩

營養諮詢專線: (05)2648000分機5685



婦科放射線治療小叮嚀

- 1.切勿自行中斷治療確保療效
- 2.當您有疑問，請找醫護人員諮詢
- 3.療程期間可多休息、放鬆心情



如有特殊問題請聯絡 放腫科護理師

聯絡電話: (05)2648000

放射腫瘤科櫃檯:分機5684

衛教室:5679

第一治療室:5681

第二治療室:5682

第三治療室:5683

放腫科門診:5673

癌症個案師:5688

B2資源中心:5685



醫病溝通平台

參考資料:

- 台灣泌尿科醫學會(2018)。泌尿道感染保健手冊。第12版。
 - Dietary factors protecting women from urinary tract infection. *The American Journal of Clinical Nutrition*, Volume 77, Issue 3, March 2003, Pages 600–604.
 - Urinary tract infections in women.
 - *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology* 156 (2011) 131–136.
 - Effect of Increased Daily Water Intake in Premenopausal Women With Recurrent Urinary Tract Infections.
 - *AMA Intern Med.* 2018;178(11):1509-1515.
- いらすとや官方網站 (<https://www.irasutoya.com/>)。)