

# 放疗之“痛”——放射性口腔黏膜炎

放射治疗是癌症治疗的重要手段之一,放疗在治疗肿瘤的同时,它也会给病人机体造成损害,产生各种并发症。头颈部肿瘤患者的放疗过程中,最让病人痛苦记忆的莫过于放疗引起的口腔黏膜炎了,放射性口腔黏膜炎,是指癌症病人在进行放疗期间或者放疗后所产生的严重并发症之一,它严重影响放疗患者的生活质量。熟悉掌握放射性口腔黏膜炎的成因、症状、如何预防、如何治疗等措施,对于患者来说至关重要。本文将带您深入了解这一常见问题,并提供实用的防护建议。

## 放疗后为什么会发生口腔黏膜炎

放射性口腔黏膜炎是指继发于肿瘤放疗期间或者放疗后出现的口腔黏膜损伤。放射线包括X射线、伽马射线等,它们在杀死癌细胞的同时,也会对正常组织造成一定程度的损伤。由于射线导致口腔黏膜受损,口腔腺体分泌减少、抑制身体免疫,使机体抵抗力减弱,引起口腔自洁作用的减弱或者消杀,导

致口腔溃疡,出现黏膜充血、水肿、糜烂等。它在头颈部放疗的患者中发病率高达80%以上。

放射性口腔黏膜炎症状包括口腔疼痛、灼烧感、溃疡、口干、味觉功能障碍等,严重的病人甚至可以发生进食障碍、营养不良、消瘦等严重并发症。面对放射性口腔黏膜炎带来的不适,只要我们了解其成因、症状和防护措施,积极采取应对策略,就能有效减轻不适感,促进康复。

## 怎样防止放射性口腔黏膜炎

按照中华护理学会于2021年2月1日颁布的团体标准《放疗化疗相关口腔黏膜炎预防及护理》

1. 在放疗期间建议戒烟、戒酒,多喝水,减少刺激性食物。
2. 患者应每天自我评估口腔情况,有异常变化及时告知医护人员。
3. 做好基础口腔护理,良好的口腔卫生可以防止和降低预防黏膜炎的发生,减轻黏膜炎的症状。
4. 进食后和睡前推荐软毛牙刷刷牙,至少2次/d,每月最少

换一次牙刷。

5. 用生理盐水或碳酸氢钠漱口水清洗口腔,先含漱,再鼓漱,时间至少1min。

6. 治疗期间禁用牙线和牙签。

## 出现症状如何护理

**I、II级口腔黏膜炎护理措施**

1. 晨起、饮食后和睡前用软毛牙刷刷牙,至少2次/d。
2. 用生理盐水或碳酸氢钠水溶液漱口,至少6次/d。
3. 清水漱口后,再应用口腔黏膜防护剂或促使口腔黏膜恢复的药品。
4. 避免刺激口腔黏膜的食品。
5. 调整食物的黏稠度、软硬度。
6. 愈合之前尽量少佩戴义齿,义齿用后充分清洁。

**III、IV级口腔黏膜炎的护理措施**

1. 在I、II级口腔黏膜炎防护方法的基础上进一步加强。
2. 对张口困难的患者,可以使用海绵棒清洁口腔。
3. 对疼痛的患者,进食前可

使用2%利多卡因或含有镇痛成分的漱口液。

4. 对口腔干燥的患者,应多饮水。

5. 多吃刺激唾液分泌的鲜嫩水果。

6. 使用保证口腔湿润的漱口液。

## 科普小贴士

1. 定期检查:治疗前医生会对口腔黏膜进行评估,但为了确保安全,患者仍需定期进行口腔检查。
2. 坚持治疗:一旦开始治疗,请遵医嘱,定时检查。
3. 预防感染:治疗期间,患者身体免疫力较低,易感染疾病。要尽量避免前往人群密集地,注意个人卫生。
4. 学会自我调节:要懂得自我调节心态,保持开朗情绪,有助于康复。让我们一起关注放射性口腔黏膜炎,为患者提供实用的防护建议,共同守护健康。

(作者:王金凤1 福建省立医院 肿瘤内科 主管护师

谢莉2 福建省立医院 肿瘤内科 副主任护师)

# 化疗路上 PICC 是你得力助手

化疗是一种常见的治疗癌症的方法,但同时也带来了一些问题,如药物的毒副作用和患者身体的耐受性。在这个过程中,一种名为PICC管的医疗器械成为化疗患者的得力助手。今天,我们就来揭秘一下PICC管,让你更了解它、更好地利用它。

## 什么是PICC管

PICC管是通过外周手臂的静脉进行穿刺,留置到上腔静脉的一种导管,使用后有助于防止某些特殊药物对手臂血管的影响,它能够减少药物对周围血管的刺激,降低输液并发症的发生率,减轻病人的痛苦。

## PICC管的优势

1. 减少化疗药物的副作用:PICC管避免了直接注射到静脉中的刺激,从而减少了化疗药物对皮肤的刺激和疼痛,也降低了药物对血管的损伤。
2. 减少感染风险:PICC管可以避免患者频繁穿刺静脉,降低了感染的风险。
3. 减轻患者痛苦:PICC管的使用可以减轻化疗药物对身体的毒副作用,让患者在治疗过程中更加舒适。

4. 减少注射次数:使用PICC管,医生可以一次性将化疗药物输送到中心静脉系统,无需频繁进行静脉注射,大大减少了患者的痛苦和麻烦。

5. 适用范围广:PICC管适用于需要长期化疗的患者,尤其适用于年龄较大、血管条件较差的患者。

## 导管维护

1. 换膜时间:放置PICC管的第一个24小时必须进行更换,再根据伤口愈合程度可逐渐改为每周一次的更换,同时更换输液接头,有助于预防感染(每次换膜记得带登记本记录)。
2. 冲管:在PICC管使用期间,使用前要进行冲管;未使用时,要每周到医院进行冲封管的维护,避免管道堵塞。
3. PICC管观察:要观察管道的固定情况,贴膜是否卷边、松动,是否对敷贴过敏。如果管道脱出,必须到医院处理,不能自行推入。

## PICC管的注意事项

1. 避免潮湿:洗澡时候可以用袖套保护手臂,尽量选择淋浴,避免管道被浸湿,预防导管

感染,有利于延长管道使用寿命。

2. 避免剧烈运动:安管的手臂尽量不要提重物、干重活,避免剧烈运动导致管路脱出、移位等情况。

3. 保持卫生:保持贴膜处干燥、卫生,遇到管道贴膜卷边、脱落等情况及时到医院处理。

4. 避免医疗操作:避免在留置导管侧手臂测量血压;除耐高压导管外,普通导管禁用注射造影剂;尽量避免经导管内采血化验,减少感染的机会。

5. 避免尖锐物:避免尖锐物品如剪刀等在PICC管外露周围进行修剪,防止剪破或剪断导管。

6. PICC管的使用期限为一年,治疗结束或无需使用导管时根据医嘱予以拔管。其他:有出现任何情况不要擅自处理,如置管手臂局部肿胀、导管脱出、皮肤过敏、导管周围红肿、有渗液等情况,应及时就诊。

7. 福建省立医院东街院区PICC门诊时间:周一至周五全天,周六上午半天。地点:门诊二楼PICC导管室。需要提前预

约PICC门诊号(方法:关注福建省立医院公众号→便民服务→门诊预约挂号→福建省立医院(东街院区)→肿瘤内科→PICC护理专科)

在化疗路上,PICC管是你最得力的助手。它能够减少输液时间、降低感染风险、减轻患者痛苦,适用于需要长期化疗的患者。在使用过程中,保持清洁、避免剧烈活动、及时报告异常、定期到医院进行导管维护是维护PICC管的关键。PICC管化疗是一种安全、有效的治疗方法,可以帮助患者在化疗过程中减轻痛苦,提高生活质量。了解并合理使用PICC管,能够让你在化疗路上更加从容和舒适。

(作者:林建芳1 谢莉2 福建省立医院 肿瘤内科 主管护师1,2)

医学科普专栏投稿邮箱:

fujianwsbkp@126.com

联系电话:0591-88369123

联系人:杨老师