

日常護理技巧



林明月護士
東區醫院
2.4.2014

癌症病人面對的困難

- ◆ 治療引致身體不適
- ◆ 心理負擔 / 反應
- ◆ 家庭 / 社交失衡
- ◆ 經濟壓力
- ◆ 靈性困惑



照顧需要- 生理



- ◆ 化療副作用
 - 噁心和嘔吐
 - 口腔疼痛
 - 脫髮
 - 疲勞

- ◆ 作好準備
- ◆ 藥物紓緩



照顧需要- 生理



- ◆ 電療副作用
 - 容易感到疲累
 - 接觸輻射皮膚可能有灼傷感覺
 - 不同部位反應

- ◆ 作好準備
- ◆ 皮膚護理
- ◆ 藥物紓緩



照顧需要- 心理

- ◆ 癌症病人心路歷程的特性
 - 震驚、沒感覺
 - 否認
 - 憤怒
 - 討價還價
 - 感到悲傷、憂鬱、
 - 無助、沒希望
 - 接受



照顧需要- 心理

- ◆ 心理矛盾、衝突
 - 身體形像的改變
 - 相互依賴及角色執行的衝突
 - 害怕死亡

- ◆ 聆聽
- ◆ 同理心
- ◆ 同行者心理支持
- ◆ 肯定和鼓勵



照顧需要-家庭 / 社交

- ◆ 家庭角色衝突
- ◆ 失去工作能力
- ◆ 經濟困難
- ◆ 活動能力下滑
- ◆ 社交退縮



- ◆ 家人支持
- ◆ 支援小組
- ◆ 傷殘津貼
- ◆ 社區資源



7

照顧需要-靈性

- ◆ 生存的意義
- ◆ 受苦的意義
- ◆ 死亡的意義
- ◆ 個人價值



- ◆ 慰藉病者憂傷的心靈，協助他們肯定生命的價值，學習寬恕與諒解，積極面對人生。
- ◆ 信仰支持



8

照顧理念和目標

全人照顧



改善生活質素

9

FAQ About Palliative Care Services

紓緩科常見問題

- ◆ 什麼是紓緩治療？
- ◆ 什麼病人需要紓緩服務？
- ◆ 紓緩科有什麼服務？
- ◆ 家訪護士的角色是什麼？
- ◆ 晚期病人可留醫院照顧嗎？



10

藥物篇- 常見問題

服藥依從性困難 (poor drug compliance)

- ◆ 病人因素：情緒問題、身體機能影響（嚥吞困難）、心理因素
- ◆ 服藥方法
- ◆ 藥物管理



11

藥物篇- 止痛藥錯誤觀念

- ◆ 痛楚增加表示病情惡化
- ◆ 病一定會痛，要忍受
- ◆ 會「上癮」
- ◆ 假如現在服用強烈止痛藥，將來痛楚加劇時，就沒有更有效藥物
- ◆ 因為病者宗教信仰、觀念，認為痛苦源於過往的罪過，或是一種補贖、懲罰，必須默默忍受



12

藥物篇- 止痛藥注意事項



- ◆ 依時服藥，不是有痛才服用
- ◆ 服用藥物以達到止痛效果是不會上癮
- ◆ 止痛藥種類和服用途徑很多，醫生必定有辦法幫忙
- ◆ 兼用其他治療方法
- ◆ 痛楚增加未必表示病情惡化，有些痛楚可能是暫時性
- ◆ 認識止痛藥的副作用

13

飲食篇



注重食物營養、色、香、味，菜式以多樣化為佳

- ◆ 沒胃口進食，不宜催促或強迫進食，要尊重病者意願，烹調病者喜好的食物，鼓勵進食，可採取少食多餐方法
- ◆ 病者胃口變化大時，在早餐的時候，或胃口較好時，不妨多吃一點
- ◆ 進食時宜坐得舒適，如背墊軟枕
- ◆ 提供舒適和光線充足的環境



14

飲食篇



- ◆ 陪伴病者一起進食
- ◆ 進食前漱口能刺激味覺，增強食慾
- ◆ 進食後，清潔口腔，讓病者休息
- ◆ 若病者年老，又不能配帶假牙，宜切碎食物並煮爛，以方便進食
- ◆ 病人若有噁心，在進食前半小時可給與止嘔藥，以減低嘔吐的機會

15

飲食篇



- ◆ 病人若太疲弱，可利用飲管慢慢吸啜流質和開水
- ◆ 有些病者需用凝固粉輔助飲水或飲流質
- ◆ 當病情惡化，病人進食量會日漸減少。這都是自然現象，不必強迫進食



16

口腔護理

常見的口腔問題

- ◆ 口腔及咀唇乾燥
- ◆ 口角破裂
- ◆ 口氣
- ◆ 舌苔
- ◆ 口腔出現白點或舌頭呈現紅色而光滑，即顯示黏膜發炎，且疼痛
- ◆ 嚴重者，會引至進食及嚥吞困難



17

基本口腔護理

- ◆ 每天最少早晚擦牙及漱口各一次，進食後再施行一次更佳
- ◆ 選用細小及柔軟牙刷，輕盈擦牙齒、牙肉和舌頭，以免引致疼痛
- ◆ 多塗潤唇膏，防止口唇乾裂流血。
- ◆ 多喝開水，補充水分。



18

基本口腔護理

- ◆ 啜食小冰塊或水果碎塊，如菠蘿粒等，以刺激口水分泌
- ◆ 戴假牙者，進食後及睡前應除下假牙漱口，把假牙清潔好。



19

加強性 / 潰瘍性口腔護理



- ◆ 每天最少四次使用氟化物牙膏擦牙或漱口，包括三餐後及睡前
- ◆ 使用生理鹽水(一公升沸水加入一平茶匙食鹽)或醫生處方漱口水漱口
- ◆ 避免使用含酒精的漱口水
- ◆ 避免進食刺激性、酸性、過熱或油炸食物
- ◆ 避免喝含咖啡因或酒精的飲料
- ◆ 如情況嚴重可服用或塗用經醫生處方的藥物

20

口腔護理重要



- ◆ 口腔內部為黏膜組織，含有大量分泌腺體，細菌也相當多。一旦免疫力降低或唾液分泌減少，感染的機會就會上升，特別是接受化療藥物或頭頸放射治療的病人
- ◆ 因此適當的口腔護理不但能防止疾病，增加食慾，而且能減少因口腔併發症而引發之不良影響，緩解病人的痛苦和提升生活素質，達到有效症狀處理

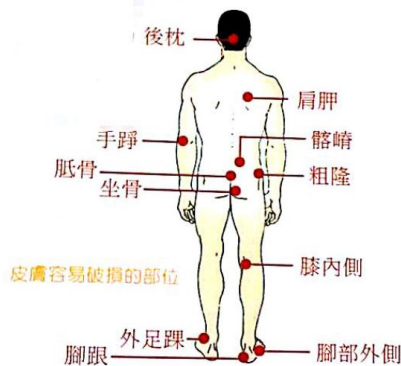
21

皮膚護理- 預防壓瘡



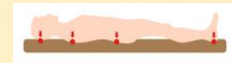
- ◆ 臥床而不能自行活動的人，身體骨隆突起的部位容易受壓而造成皮膚破損(壓瘡)

22



23

避免壓瘡注意事項



- ◆ 保持床鋪平整、乾爽、無碎屑
- ◆ 經常保持病者身體清潔、乾爽
- ◆ 不能自行轉身的病人，每 2 至 4 小時替他轉身一次。(若有疼痛，提供足夠止痛藥以減低活動時的痛楚)
- ◆ 當病人側臥時，以枕頭放在雙腿兩膝之間以減低受壓

24

避免壓瘡注意事項

- ◆ 為保持血液循環，一日 4 至 6 次輕輕按摩受壓的部位
- ◆ 每日一至二次在受壓部位塗上潤膚膏
- ◆ 避免受壓的部位呈現紅色皮膚，如有，要告知護士

25

THANK
YOU

26