

化學治療副作用注意事項

化學治療副作用-腹瀉症狀

腹瀉是一天有數次的稀便或水便。主要是腸道中的水分由於某種原因沒有被吸收回體內時會發生的情況。腹瀉的症狀有許多原因造成，像是與癌症疾病的位置、症狀、手術、治療及藥物的治療使用，還有與其他的健康問題有關的例如腸胃炎等都會影響而造成腹瀉。

在接受化療、標靶治療或免疫治療期間的治療方式，腹瀉的症狀可能在治療後數小時、數天或數週內發生。而做放射性治療後也可能會在一段時間內引起腹瀉；有時候腹瀉的症狀在治療療程結束後可能還會持續數週或到數月不等。

腹瀉症狀時的衛教注意事項：

- 當覺得有腹瀉症狀時，可改清流質飲食（水、蘋果汁、運動飲料、肉湯、清湯等）。
- 可吃少量易消化的食物，例如白吐司、白米飯、香蕉、優格、蘇打餅乾等。
- 避免飲酒或抽菸、碳酸性飲料和汽水。
- 避免牛奶或乳製品、高脂肪食物，如油炸和油膩食物、濃郁的甜點等，可能使腸胃消化不良。
- 如果一至二天後腹瀉症狀改善後，可開始少量的正常飲食。
- 若腹瀉症狀較為嚴重時，可依照醫師指示建議服用改善腹瀉的藥物。