

高雄榮民總醫院護理部護理指導單張

科別	血液腫瘤科	編號：7A10049
主題	癌症病人口腔黏膜炎的預防及照顧	2014.07.16 訂定
製作單位	37 病房	2024.07.08 五修

一、口腔黏膜炎對身體造成的影響有哪些？

口腔潰瘍造成的疼痛及不適會減低食慾、降低營養攝取外，也增加感染的危險性，因此口腔潰瘍照護是非常重要的。

二、發生原因:常見於癌症治療（化學治療或放射線治療）導致口腔，包含嘴唇或擴及牙齒、牙齦到咽喉的黏膜出現發炎反應及潰瘍損傷，原因如下：

(一)嗜中性白血球減少：常見於白血病及淋巴瘤病人，經癌症治療後嗜中性白血球少於 $1000/\text{mm}^3$ 時，易發生邊緣規則的多發性潰瘍。

(二)癌症藥物治療:抗癌化學治療會干擾細胞的生長及分化，影響口水的分泌，導致黏膜細胞萎縮及破壞，進而造成口腔黏膜紅腫、潰瘍。

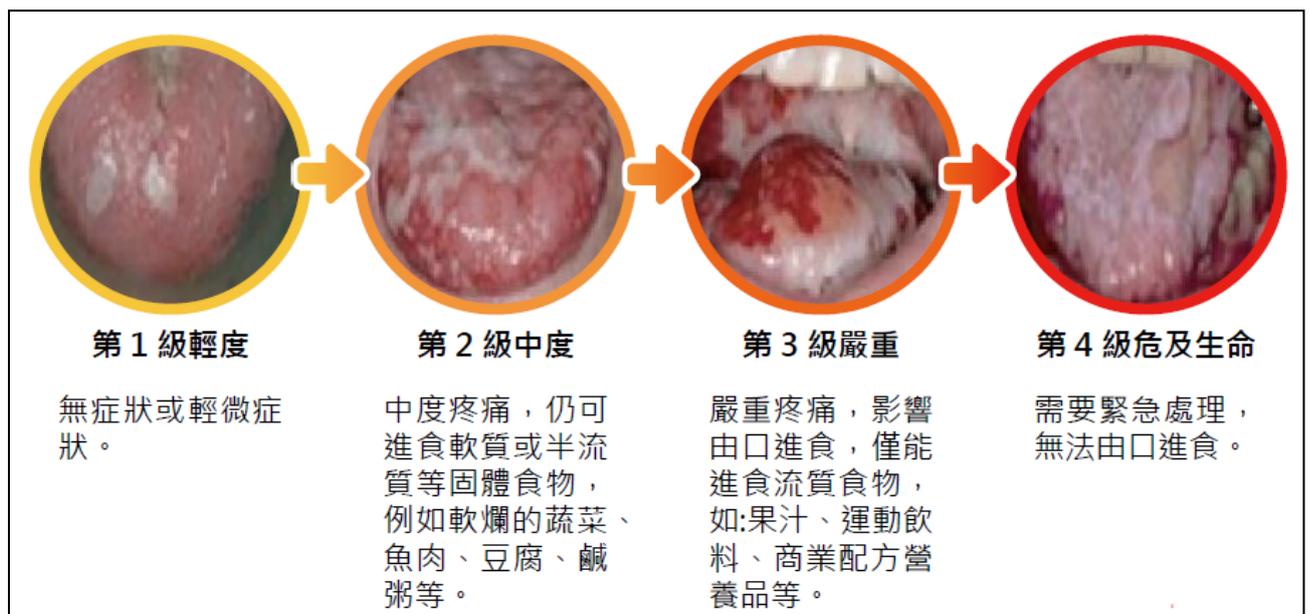
1.常在用藥後的 4~7 天開始發生，首先在唇與黏膜上皮的交界處有輕微的紅、腫。

2.隨後口腔會變乾及嘴唇有灼熱感，常發生在唇、內頰及軟顎的黏膜。

(三)放射線治療:30~60%接受頭頸部放射線治療的病人在開始治療後 2~3 週，於舌頭、口腔底、軟顎處發生口腔黏膜炎，特徵有口乾、味覺改變、瀰漫性紅腫、偽膜的形成及潰瘍。

(四)其他因素：口腔衛生不良、蛀牙、齒齦疾病及慢性輕微的口腔感染，會增加口腔潰瘍的機會。

三、臨床症狀及分級：本院以『美國國家癌症機構不良事件共同術語標準第五版評估表依嚴重程度分級為第 1 級輕度至第 5 級死亡，如下圖一：



圖一、口腔黏膜炎嚴重程度

四、維持口腔衛生及預防口腔黏膜炎的照護：

(一)每天評估口腔黏膜狀況，可使用手電筒、壓舌板、清潔手套或乾淨紗布等設備自我檢查口腔黏膜並做成記錄（圖二）。



圖二、手電筒檢查口腔

(二)使用軟毛牙刷刷牙每日 2 次，每次至少 90 秒，不要過於急促或用力；刷牙後將牙刷放在空氣中自然乾燥。

(三)每次進食後須清潔口腔，每日至少 2~4 次以清水或漱口水漱口；漱口水的選擇如下：

1. 使用不含酒精成分的漱口水。

2. 可以自行泡製 0.9%生理食鹽水及小蘇打混合的漱口水，泡製方式為 1 茶匙(5ml)食用鹽加上 2 茶匙(10ml)小蘇打粉，加入 500ml 煮過之開水。

(四)漱口水使用方式：

1. 刷完牙或是使用牙線清潔牙齒後，建議至少漱口 30 秒後再吐掉。

2. 骨髓移植病人可用含 chlohexidine 漱口水降低口腔炎發生機率。

3. 但經歷放射線治療後的頭頸部癌症病人，不宜使用含 chlohexidine 的漱口水，以減少刺激性。

4. 開封後之生理食鹽水或自行泡製的漱口水，需每天更換。

(五)每日移除假牙 2 次，並使用生理食鹽水清潔假牙。

(六)無限制水份情況下，每日飲水 2000ml~3000ml 補充水份。

五、發生口腔黏膜炎時的照護：

(一)每天評估口腔黏膜狀況，並記錄；看牙醫(每半年 1 次)，出現口腔疼痛或牙齦腫脹時儘快就醫。。

(二)每次進食後須清潔口腔，每日至少 4 次使用不含酒精成分的漱口水，或生理食鹽水或小蘇打水漱口，每次漱口至少 30 秒，然後吐掉。漱口水需避免汙染。

(三)口腔護理後，使用水溶性護唇膏保持嘴唇濕潤。

(四)口腔黏膜炎若出現疼痛服藥仍無法改善或出血時，勿使用牙刷、牙線或裝假牙，改以指頭包裹紗布或海綿棒（圖三）沾漱口水清潔牙齒。



圖三、海綿牙刷

(五)除了維持口腔衛生外，醫師會開立抗炎性類固醇類藥膏直接塗抹於患處或依醫師處方每天 3~4 次使用 1 顆 Nystatin 抗黴菌藥物（圖四）加上冷開水 10~25ml)，含漱 5~10 分鐘後吞下預防白色念珠菌的感染。



圖四、Nystatin 藥物外觀

六、飲食方面：

- (一)若疼痛發生時可依醫師處方使用鴉片類止痛藥，或攝取冰涼的液體，如冰奶昔、冰淇淋、冰棒（維持足夠熱量及止痛）。
- (二)為增加蛋白質（魚、肉、豆類）及熱量的攝取，可採少量多餐。
- (三)避免抽菸(圖五)、喝酒及刺激性食物，例如酸、辣、熱、粗糙及油炸的食物；應採流質、軟質、低刺激性的飲食。



圖五、避免抽菸

- (四)可用吸管吸流質食物，避免刺激潰瘍處。嚴重口腔黏膜炎導致無法進食時，醫師會依需要注射非腸道營養劑。

七、頭頸癌病人服用左旋麩醯胺酸預防及修復口腔粘膜炎，可參考本院醫病共享決策網站>決策輔助工具>：「我或我的家人罹患頭頸癌需接受放射治療，是否需額外補充左旋麩醯胺酸(L-Glutamine)來預防嚴重的口腔粘膜炎？」(可掃描下方 QR Code 連結到決策輔助工具，圖六)。



圖六、QR Code

八、出院護理指導：

- (一)持續口腔黏膜評估：癌症治療期間每日評估 2 次，若已出現口腔黏膜炎則每日評估 3 次至恢復。
- (二)若出現以下狀況應立即回診：
 1. 呼吸困難。
 2. 口腔黏膜炎惡化或出現合併症，如體溫 $>38^{\circ}\text{C}$ ，口腔有白點、發紅或腐臭味等，可能是有感染。
 3. 口腔出血持續 2 分鐘。
 4. 吞嚥困難、無法進食超過 24 小時，口腔疼痛等無法控制的症狀時。

參考資料：

謝枝華、李婷婷、黃欣儀、沈青青、梁家佳、陳誼珮 (2023) · 含鹽蘇打漱口水對緩解癌症病人口腔黏膜炎之成效 · 榮總護理, 40 (4), 353-364。
[https://doi.org/10.6142/VGHN.202312_40\(4\).0003](https://doi.org/10.6142/VGHN.202312_40(4).0003)

- Ana, G. S., Normando, A. G. C., de Toledo, I. P., Dos Reis, P. E. D., & Guerra, E. N. S. (2020). Topical treatment of oral mucositis in cancer patients: a systematic review of randomized clinical trials. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention: APJCP*, 21(7), 1851-1866.
<https://doi.org/10.31557/APJCP.2020.21.7.1851>
- U. S. Department of Health and Human Service. (2017). *Common Terminology Criteria for Adverse Events (CTCAE) Version 5.0*. https://ctep.cancer.gov/protocol_Development/electronic_applications/ctc.htm
- Wilairat, P., Kengkla, K., Kaewpanan, T., Kaewthong, J., Ruankon, S., Subthaweasin, C., Stenehjem, D. D., & Saokaew, S. (2020). Comparative efficacy and safety of interventions for preventing chemotherapy-induced oral mucositis in adult cancer patients: A systematic review and network meta-analysis. *European Journal of Hospital Pharmacy*, 27 (2), 103-110. <https://doi.org/10.1136/ejhpharm-2018-001649>

圖一、取自高雄榮民總醫院醫病共享決策網站(2024, 5月3日)·我或我的家人罹患頭頸癌需接受放射治療,是否需額外補充左旋麩醯胺酸(L-Glutamine)來預防嚴重的口腔黏膜炎? <https://org.vghks.gov.tw/sdm/News.aspx?n=CEA978E2996359F9&sms=375CE464065A936E>

圖二、「手電筒檢查口腔」高雄榮總 37 病房陳韻如(2022)拍攝授權使用。

圖三、「海棉棒」高雄榮總 37 病房陳韻如(2022)拍攝授權使用。

圖四、取自高雄榮民總醫院藥物辨識(2010, 10月8日)·AC18895100-Nystatin Cap 500000U"Yung Shin" ·<https://www2.vghks.gov.tw/DIWEB/DIQuery.jsp>

圖五、「禁止吸菸」取自國民健康署(2014)。

備註：每年審閱一次

所有衛教資訊內容僅供參考使用,無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷,若有問題,請向門診醫師或原住院病房諮詢!