



肺癌常見症狀及自我照顧

一、肺癌常見症狀

- (一)咳嗽：是肺癌最常見的症狀，多為慢性，亦可能為乾咳、多痰。
- (二)咳血：當咳嗽嚴重，會將支氣管鄰近的血管咳破，造成咳血。
- (三)呼吸困難：若腫瘤阻塞支氣管，會阻塞空氣的進出，或導致肺塌陷，肺活量減少，而造成胸悶、呼吸困難的情形。
- (四)胸痛：若腫瘤蔓延到肋膜時，會引起胸痛，也會出現惡性肋膜積水，而造成呼吸喘。
- (五)聲音沙啞：當腫瘤壓迫到喉返神經，會造成聲帶麻痺而導致聲音嘶啞。
- (六)其他症狀：吞嚥困難、食慾不振、疲倦、體重減輕等。

二、肺癌常見治療方式

醫師會根據您的疾病型態給您相關的治療資訊，並與您討論治療方式，常見治療方式如下：

- (一)手術治療。
- (二)化學治療藥物或合併放射線治療。
- (三)化學治療藥物合併手術治療。

三、自我照顧

- (一)定期接受治療及門診追蹤檢查。
- (二)注意是否有感染、咳血或呼吸困難情形，包括：發燒、畏寒、呼吸喘、脈搏速度變快、臉部潮紅、咳出血痰或血塊，若出現以上症狀應立即就醫。
- (三)注意維護個人之健康生活，若有抽菸習慣則建議戒菸，並避免吸入二手煙；維持居住環境空氣流通，避免到對呼吸道有刺激性的環境，如人潮擁擠的KTV、百貨公司、餐廳等，以降低呼吸道刺激。
- (四)減少感染機會，如避免到公眾場所，減少呼吸道感染的機會，若需出入公共場所時，則應戴上口罩，以預防感染。



(五)維持適當及適度運動，運動強度採中等為主，如中等步伐行走，然後漸增步行的時間與距離，可促進血液循環，增強肺部功能。

(六)若食慾不振或體重減輕，可採取少量多餐或選擇高營養濃度的食物，亦可至醫院請營養師給予營養評估及飲食建議，改善營養狀況。

參考資料

于博芮、胡文郁、胡月娟、周守民(2013)。*成人內外科護理上冊*(六版，960-966頁)。台北：華杏。

陳麗妃、何淑娟(2012)。*肺癌病人癌因性疲憊之運動訓練*。*新臺北護理期刊*，14(2)，33-40。doi:10.6540/NTJN.2012.2.004

Thomas, K. W., Jett, J. R., & Vora, S. R.(2015, Aug 12). *Patient information: lung cancer risks, symptoms, and diagnosis*. Retrieved from Uptodate website http://www.uptodate.com/contents/lung-cancer-risks-symptoms-and-diagnosis-beyond-the-basics?source=see_link

