



癌症末期病人噁心嘔吐之護理指導

一、發生噁心嘔吐之原因

60%癌症末期病人都會發生噁心嘔吐，但多數是間歇性發生的。發生原因可能包括腹脹、腹腔腫瘤壓迫、口腔或全身性感染、特定藥物或化學治療藥物副作用、癌細胞轉移至腦部致腦壓升高或影響神經中樞平衡功能、頭頸部放射線治療後、電解質不平衡、情緒因素如焦慮、情感波動等。由於常為多種因素同時存在，因此需要詳細評估及病史資料，以確定可能誘發因子對症治療。

二、噁心嘔吐之注意事項

- (一)若病人意識清楚，發生嘔吐時，立即協助病人採側臥姿勢以防噎到。
- (二)評估並記錄噁心、嘔吐的時間、嘔吐物量、特性及噁心、嘔吐是否同時發生，與可能誘發的原因。
- (三)嘔吐後需協助口腔護理，可準備茶葉水或加甘草片水漱口，用海綿牙刷或大棉花棒沾茶葉水協助刷洗牙齒及舌頭。

三、噁心嘔吐的處理方法

(一)飲食方面：

- 1.休息、暫停進食，若因腸胃道出血或阻塞症狀時，如一吃就吐，可能需暫停進食幾餐，等發炎狀況緩解後再進食。
- 2.少量多餐，兩餐間給予點心，避免太甜、油膩的食物，可吃土司或蘇打餅乾。
- 3.注意進食及水分攝取情形，因嚴重嘔吐容易造成電解質不平衡，可給予稀釋一倍的運動飲料補充水分及電解質。
- 4.進食後採坐姿休息，若立刻平躺，易引發食物胃逆流而致食道及噁逆現象，可使用口含劑如檸檬糖、喉糖降低噁心感。
- 5.可食用酸性飲料或調味料，如檸檬、奇異果、柑橘類、酸梅汁或烏醋，來減輕噁心嘔吐情形，且可促進食慾。
- 6.若飲食營養有任何問題，可向醫護人員提出諮詢協助。

(二)心理方面：

- 1.鼓勵說出心中擔心及害怕之事情。
- 2.分散注意力，如聊天、看電視、古典音樂或病人喜愛的音樂，可放鬆精神；並能忘卻噁心的痛苦。
- 3.可嘗試使用具鬆弛效果的芳香精油，如柑橘類精油薰香或按摩。

(三)藥物方面：依醫囑使用治療性及預防性藥物。

參考資料

- 蘇麗智、簡淑真、劉波兒、蘇惠珍、林靜娟、呂麗卿(2007)·實用基本護理學(下冊)·台北：華杏。
- 台北榮總安寧病房(2008)·安寧緩和醫療共同照護家屬衛教手冊·台北：台北榮總。