

口腔癌

壹、前言

口腔包括：唇、頰黏膜(唇和臉頰的內襯)、下齒齦、上齒齦、白齒後三角區、口腔底、硬顎(口腔頂部的前面部分)及舌前三分之二、及一部份唾液腺體。一旦上述區域內的細胞發生了不正常的分裂成長,侵犯到周圍正常的組織,甚至轉移到身體其他部位影響個體正常功能進而危及病患生命稱為「口腔癌」。口腔癌一般好發的年齡在40~60歲之間,以男性居多。目前已知造成口腔癌的危險因子以嚼檳榔、抽煙、喝酒為主。「癌前病變」包括：口腔白斑症、口腔紅斑症、口黏膜下纖維化症與口腔扁平苔蘚等,以上均是口腔癌前的警訊。

貳、症狀

- 一、口腔黏膜顏色或外表形狀改變：如變白、紅、褐或黑,且無法抹去；或原先存在之瘡面積增大、表面增高、變粗、出現潰瘍或色澤發生改變。
- 二、潰瘍：超過二週以上尚未癒合的口腔黏膜潰瘍。
- 三、腫塊：口內或頸部任何部位不明原因之腫塊(觸摸時不一定有疼痛感)。
- 四、舌之運動與知覺：舌頭之運動性受限制,導致咀嚼、吞嚥或說話困難,或舌頭半側知覺喪失、麻木。
- 五、顎骨與牙齒：顎骨的局部性腫大,導致臉部左右的不對稱,有時合併有知覺異常(如下唇麻木感)或牙齒動搖等症狀。
- 六、口腔黏膜之知覺與開口度：有嚼檳榔習慣的人應注意是否感到口腔黏膜乾澀、灼熱、或有刺痛感,以及開口受限,張嘴時口腔黏膜拉緊。
- 七、口腔內有反覆出血或口水中持續有血絲出現。

參、診斷、檢查

- 一、口腔組織切片。
- 二、一般包括牙齒、頭及胸部的X光檢查。
- 三、電腦斷層：是一種將X光檢查與電腦結合,取得體內一系列影像檢查。
- 四、磁共振造影：使用磁場連接電腦的檢查方法,藉產生身體某一部位影像。
- 五、骨骼掃描、正子攝影

肆、治療照護

一、外科治療：

一般來說,最可靠的治療方式是手術完全切除病灶,必要時加上頸部區域的淋巴廓清術,此種治療的效果最好。。

- (一)手術治療的後遺症:手術的目的主要是把腫瘤切除乾淨,術後張嘴的程度頂多是和術前一般,通常是更張不開;因手術造成的口腔組織不完整性導致飲食的不便、講話不清晰、外觀的醜形、傷口處的麻木酸痛,或肩膀手舉困難

等，都可能造成工作及日常生活的不便，或影響工作機會。部份的後遺症可經由復健或整形美容獲得改善，部份則不可能恢復。

(二)口腔重建:口腔組織切除，乃至於原本就有口腔纖維化病人更會張口限制，均需半年以上的生理性張口運動練習。口腔缺牙要進行假牙（固定、活動、全口）製作與重建，上顎骨有缺損要做閉塞器來改善口腔、鼻腔、顎骨的關係，讓患者恢復應有美觀、咀嚼、吞嚥、與發音。上下顎骨缺損要取身體其他部位骨骼來重建有軟組織的問題，目前的肌皮血管吻合顯微手術使口腔重建有更好的臉部修復效果。顎骨缺損雖經骨重建

二、化學治療

化學治療的目的為1. 治療癌症 2. 預防腫瘤細胞轉移 3. 緩解癌細胞的生長 4. 減輕癌症所引起的不適及症狀。

(一)做化學治療常見的副作用與處理

1、白血球下降：通常無症狀，但當發現下列症狀時，要考慮到白血球下降。

- (1)體溫高於腋溫 38°C 或耳溫 38.5°C
- (2)寒顫、發冷、冒汗、呼吸急促
- (3)小便時感到疼痛或燒灼感
- (4)嚴重咳嗽或喉嚨痛

照護:(1)禁止接觸感冒者；(2)勿到公共場所，人群擁擠之處，出門戴口罩；(3)採熟食及剝(削)皮之新鮮水果或甚至罐裝果汁；(4)經常洗手並養成良好衛生習慣，注意口腔衛生及肛門清潔。

2、紅血球下降：

照護:(1)充份的休息，以恢復體力；(2)緩慢走動，避免昏眩，採漸進式起床(先在床邊坐一陣子，避免馬上下床)；(3)增加綠葉菜含豐富鐵質的食物，動物肝臟、紅色肉(牛肉、瘦豬肉)的攝取促進紅血球之產生；(4)紅血球過低，醫師可能會幫您輸血補充血球。

3、血小板下降：

照護:(1)禁止碰觸及小心接觸尖銳物品；(2)使用電動刮鬍刀勿用剃刀；(3)使用軟毛牙刷取代硬毛牙刷，勿用牙線；(4)勿用力擤鼻涕、挖耳朵、咳嗽；(5)勿使用含阿斯匹靈之藥物及禁止喝酒；(6)避免燙、灼傷，尤其是在燙衣服或煮飯時；(7)避免接觸性的運動，如籃球、足球，因碰撞易受傷。

4、口腔潰瘍：

照護:(1)每次進食後漱口；(2)避免進食刺激性食物，例如：過辣、過酸及油炸食物；(3)避免抽煙及喝酒；(5)吃冷食或接近室溫的飲食；(6)選擇柔軟、溫和的食物，如冰淇淋、軟性水果(如香蕉、蘋果泥)、布丁或果凍。您也可以使用果汁機將食物打碎，使食物變得鬆軟方便吞嚥。

5、噁心、嘔吐：

照護:(1)採少量多餐，避免空腹太久；(2)攝取清淡飲食，避免油膩、辛辣及含香料食物；(3)進食溫和飲食，例如：烤麵包、蘇打餅、三明治、土司、麥

片…；(4)注射化學藥物時，可聽音樂、看書、閱讀、睡覺等方法轉移注意力；(5)避免在太熱太悶的房間用餐

6、腹瀉：

照護：(1)維持水份電解質平衡，多攝取水份，防止脫水；(2)避免喝過熱及過冷的飲料；(3)攝取低纖維高營養的食物，避免炸的油膩食物及產氣性食物；(4)維持肛門黏膜完整性。

7、便秘：

照護：(1)多吃高纖食物；(2)可多喝水、梅子汁或蜂蜜汁；(3)養成良好排便習；(4)使用保護性軟化劑或潤滑劑，減輕排便時的疼痛；(5)每天做適當的運動

8、掉髮：

照護：(1)預先剪短頭髮，可使掉髮不那麼明顯和突然；(2)準備假髮、頭巾、帽子或適當髮飾，在掉髮前先改變裝扮，慢慢適應；(3)勿用力梳頭髮；(4)整理頭髮時，動作輕柔避免使用染髮劑、髮膠或燙髮

(二)化學治療後返家，若有以下症狀需立即回診

1、發燒、發冷或顫抖(體溫高於 38°C)

2、嚴重腹瀉或便秘

3、嘔吐厲害無法進食

4、呼吸急促

5、血尿或血便

6、流血不止或大面積瘀青

7、暈眩、臉色蒼白、煩躁不安

8、任何其他不尋常之疼痛

三、放射線療法：

放射治療即俗稱電療，可單獨使用，或配合手術、化學治療使用。

治療的副作用及照護：

(一)疲倦：充分的休息與足夠的睡眠及營養補充，預防感染。

(二)皮膚反應：放射治療範圍之皮膚，一般於第三、四週後，開始有紅、熱和微癢之反應，一般症狀並不嚴重，好似在太陽下曝曬的皮膚，膚色在全部療程後可能會變黑，有脫屑情形。治療結束一段時間後皮膚可逐漸恢復原來膚色。

照護：1、治療部位禁用油膏、藥物、膠布、首飾或化粧品，亦不可直接暴露於陽光下、強風中或極冷極熱的水中，宜使用帽子或傘以遮陽光，遮雨。

2、輕微之搔癢感，不可用指甲抓，此時可用冷毛巾輕敷局部或放射線治療後擦拭少許醫生給予的藥膏，以減少皮膚乾燥之搔癢感。

3、治療部位避免穿緊身衣褲，穿著以輕鬆、輕便的棉質衣物為宜，並避免衣物與皮膚磨擦。

4、若有嚴重濕性脫屑反應，醫師將視情況停止治療 1~2 週或給予藥物塗抹，

但勿塗太厚絕對禁止自己亂塗不明藥膏。如需刮除治療區域之毛髮，盡量使用電動刮鬍刀，以免不必要的受傷感染。

(三)口腔乾燥

照護:1、口含刺激唾液分泌的食物如：無糖之口香糖、檸檬汁、酸梅、冰塊等。

2、選擇質地柔軟，但不粘稠的食物，如布丁、冰淇淋、濃湯、果凍、肉凍，進食時可拌湯汁或飲料，幫助吞嚥，以增加舒適感。

3、由於唾液分泌物減少，口腔內會很粘稠，食物容易附在牙齒上，易引起放射性齲齒（蛀牙）應常漱口以保持口腔濕潤，防止口腔感染，亦可保護牙齒。

4、每天至少攝取二公升的水可多飲用高熱量飲料。茶與檸檬汁有助於減低口乾感覺。

5、室內維持一定的濕度，並使用唇膏保持嘴唇濕潤。

6、外出時隨身攜帶水壺，隨時飲用、潤口，減少口乾。

7、避免太甜、太鹹或辣的食物，含酒精飲料亦應避免。

8、口乾的情形恢復時間較長，可能無法完全恢復，只能以多漱口、喝水來改善情況。

(四)味覺改變

照護:1、癌症有時會降低味蕾對甜、酸的敏感度，增加對苦的敏感。糖或檸檬可加強甜味及酸味，烹調時可多採用。並避免食用苦味強的食物，如：芥菜。

2、少量多餐，進餐時保持愉快的氣氛；食用自己喜愛的食物亦能增進食慾。

3、時常漱口或喝茶水、果汁以除去口腔中的異味，並注意飲用前後的口腔衛生

(五)口腔粘膜炎

照護:1、養成良好口腔衛生，除睡覺外，每隔4小時及每餐飯後10分鐘，清潔口腔採用牙線、軟毛尼龍牙刷，無刺激性牙膏，以免造成口腔粘膜之傷害。

2、放射治療時請暫時勿使用假牙，使用活動假牙的病人，應在飯後清洗假牙，睡前取下並經常檢查，防止假牙不合磨擦形成粘膜潰瘍。

3、避免煙、酒、辛辣及攝食太燙或煎、炸、烤、堅硬、粗糙等刺激性食物，如酸葡萄、咖啡、辣椒、柑橘等減少粘膜之損傷。

4、採冷、涼及質地軟滑食物，如冰淇淋、濃湯、牛奶、布丁、白木耳湯等，並鼓勵進食香蕉、木瓜、西瓜等軟質水果及飲用含豐富維生素C的果汁等。

5、如有嚴重的口腔粘膜炎時，必要時按醫師處方服用止痛藥物、口腔用藥或停止治療。

(六)食慾不振

照護:1、少量多餐，每天可進食6~8次，平時除了正常三餐外，可另外準備點心食用，如高蛋白奶粉、小麵包、三明治、小點心……等。

2、多攝取高蛋白、高熱量，易消化食品，試用各種溫和調味料，經常變化

烹調方式與型態，並注重色、香、味的調配以增加食慾及感官的刺激。

3、儘量不要自己烹煮油膩的食物，以免影響食慾，若溫熱的食物引不起食慾，可試用冷食。

4、飯前可做簡易的運動，如散步、以刺激胃口增加食慾。

5、用餐前可用少許開胃食物（如泡菜等）、飲料（如酸梅湯、洛神茶、果汁等）。

6、若感覺疲勞、應休息片刻，待體力恢復後再進食。

7、進餐時，保持愉快的心情及輕鬆的環境。

(七)牙關緊閉

照護:1、治療中即須做張嘴運動，每天早、午、晚三次，每次約三分鐘，儘量將嘴巴張大到最大程度，須注意避免用力過度，以防脫臼。

2、可利用壓舌板或手指幫忙張大嘴巴。

3、定期測量上下門齒間的距離，以瞭解進步的情形。

4、常做轉頭運動或咀嚼口香糖。