



您可能對化療心存憂慮，但很多人在治療期間也能應付自如。請向醫生或護士查詢，瞭解會出現甚麼狀況，在哪裡可以獲得幫助與支援。

化療是怎樣的？

每個人對化療的反應都不盡相同。您的感覺取決於很多不同因素，包括：

- 所患癌症類型
- 化療所用藥品
- 是否還接受其他治療方法，如手術或放射治療
- 是否還有其他健康問題

有些人須留院接受治療，或要離家出門接受治療。

但很多人在化療期間卻能照常生活。他們仍可正常上班，從事其他日常活動，並和家人朋友一起享受美好時光。

會有副作用嗎？

- 治療期間，多數人會出現副作用。
- 不同人遇到的副作用不盡相同。
- 副作用也取決於化療所用藥品。
- 若遇到副作用，請諮詢醫生或護士，瞭解如何處理。

有時，您會覺得疲憊或不適。

- 覺得累時，就盡量休息。
- 善待自己，抽出時間放鬆身心。

有時，您也會覺得情緒低落，或感到難以應付情況。

- 不要害怕求助。
- 和其他人傾訴自己的感受。
- 向醫生或護士查詢自己該怎麼做。

！ 有用提示

獲取幫助與支持

- ✓ 瞭解如何聯絡醫生或護士或醫院，以便獲取幫助與意見。
- ✓ 瞭解該到何處徵詢經濟等實際問題的意見。
- ✓ 瞭解在感到焦慮或抑鬱時該到哪裡獲得支援。
- ✓ 詢問在需要額外支援時可到哪裡獲取幫助，如獨自生活或需要出門接受治療。

化療與感染

- ✓ 瞭解如何降低感染風險。
- ✓ 瞭解體溫達到或超過 38°C 或發生其他感染跡象時，應當立即聯絡醫生或護士

化療安全

- ✓ 瞭解在家治療期間應採取哪些安全預防措施。

治療副作用

- ✓ 詢問可能出現哪些副作用及如何應付。

欲知詳情，請前往 eviq.org.au 查閱患者須知。

我能服用其他藥物嗎？

藥物是指會影響人體的藥品或物質。這包括醫生開具的處方藥物，也包括無需處方自行購買的藥物，如維生素或治療頭痛和傷風感冒的藥品。

輔助和另類醫療

癌症治療包括手術、化療、放射治療和標靶治療。

有時，癌症患者會希望嘗試其他治療方法。這稱為輔助及另類醫療(CAM)。這包括：

- 維生素
- 膳食補充品
- 順勢療法
- 傳統醫學，如中醫、印度阿育吠陀醫學或土著醫學

有些CAM會干擾您的化療。

開始癌症治療前，請務必告訴醫生自己正在服用的其他藥物，包括CAM。未諮詢醫生，請勿停用或開始使用任何藥物。

免疫接種有何影響？

化療期間的免疫接種

化療期間，一些疫苗可以安全接種，但也有一些不能接種。流感疫苗可以安全接種。

治療期間或治療結束後至少6個月內，不得接受任何含有活性疫苗的接種。這包括：BCG(肺結核)、水痘；帶狀皰疹；MMR(麻疹、腮腺炎和德國麻疹)。

家人的免疫接種

您在治療期間，家人應照常接種疫苗，包括活性疫苗。

輪狀病毒是給6個月以下嬰兒的接種疫苗。這類疫苗有些會在接種後兩週內停留在嬰兒的糞便(大便)。若正在照顧接種這類疫苗的嬰兒，在此期間請盡量讓別人幫忙為嬰兒換尿布。

懷孕與哺乳

接受化療的女性患者，在治療期間不要哺乳。

若正在接受化療，如果您的照顧者懷孕在身或正在哺乳，那麼照顧者不應接觸您的化療藥品，也不應清理可能含有化療藥品的任何體液。

我能正常吃喝嗎？

治療期間，為保證體力，務必要盡量保持正常飲食。

- 盡量保持均衡的健康飲食。
- 充份飲水，每天8杯或2升左右。(若由於醫療狀況而被“限制飲用液體”，請諮詢醫生可飲用多少水。)
- 諮詢醫生或護士，瞭解治療期間飲酒是否安全。

食品安全

一些食物攜帶可能引發感染的病菌。

- 您應瞭解哪些食物可在治療期間安 食用，瞭解如何正確地準備和烹煮食物。

飲食與副作用

有些化療副作用會導致您吃喝困難。這些包括：

- 噁心和嘔吐
- 口腔或喉嚨疼痛或乾燥
- 味覺和嗅覺發生變化

向醫生或護士查詢如何應付這些問題。若有吃喝困難的問題，也可要求去看營養師。

性愛與生育

您的情況取決於年齡、關係及性生活是否活躍。

癌症治療期間，您可能不會想有性生活。這其中既有身體原因，也有情緒原因。若有疑慮，請和醫生或護士商談。

化療藥品會損害胎兒，因此請務必採用避孕方法，以防自己或配偶意外懷孕。請諮詢醫生或護士，瞭解哪種避孕方法較為適宜。

有些化療會影響您的生育能力。若計劃日後生小孩，請務必在治療前徵詢建議。

請記住，如果對治療有任何疑問，請告訴醫生或護士。

聯絡電話：

白天：.....

晚間/週末：.....

攜手合作舒緩癌症造成的影響

Cancer Institute NSW PO Box 825, Alexandria, NSW 1435

電話：+61 (0)2 8374 5600 傳真：+61 (0)2 8374 3600 電郵：information@cancerinstitute.org.au

www.cancerinstitute.org.au

