

接受子宮／子宮頸／陰道體 內放射線治療之照顧

- 一、使用醫護人員建議的措施，以控制腹瀉及疲倦。
- 二、經常更換衛生棉墊。
- 三、每次更換衛生棉墊時，同時清潔陰道及肛門部位。
 1. 使用溫水及中性肥皂由前往後清洗乾淨再以手拍乾。或以非刺激性棉織布輕輕擦拭。
 2. 當發現分泌物量多、呈紅色或臭味產生時，立即告知醫師。
- 四、每天至少做一次陰道灌洗。步驟如下：
 1. 500毫升的溫水中，加入25ml的消毒液（或使用煮沸過的開水）。
 2. 在每次使用前用熱肥皂水清洗灌洗器。
 3. 洗手。
 4. 坐在馬桶上或澡盆內。
 5. 將上述調好的消毒溶液（或使用煮沸過的開水冷卻後），由陰道往肛門方向沖洗，並清潔會陰部位。



6. 用水溶性的潤滑液潤滑灌洗器噴嘴。
 7. 以拇指及食指分開陰唇，然後將灌洗器插入陰道約5-6公分（約小指之長度）。
 8. 插入陰道後，並前後移動。
 9. 移出灌洗器，並清洗會陰部位。
 10. 完成後，不要立刻站起來，應保持坐姿數分鐘。
 11. 以手拍乾會陰部位。或以非刺激性棉織布輕輕擦拭。
 12. 清洗灌洗器，並讓其自然風乾。
- 五、每星期至少擴張陰道三次，持續一年，以避免陰道纖維化。

1. 有效的陰道擴張方法包括：

- (1) 在體內放射線治療結束後，隔天即可恢復性交。
- (2) 插入陰道棒。



2. 每次性交及使用陰道棒後，必須灌洗陰道。
3. 使用水溶性潤滑液以保護黏膜的完整性。於性交及插入陰道棒時，可消除不適及疼痛感。
4. 使用陰道棒擴張陰道時，步驟如下：
 - (1) 檢查陰道棒的表面是否平滑。
 - (2) 用熱肥皂水沖洗乾淨。
 - (3) 放鬆肌肉，採取產檢姿勢（斜靠，張開雙腿，彎曲膝蓋）。
 - (4) 將潤滑過或套上保險套的陰道棒，圓的一端輕輕插入陰道內，直到感覺疼痛為止。
 - (5) 連續插入、移出，至少5分鐘。
 - (6) 用熱肥皂水將今陰道棒洗淨，然後風乾。
5. 當有以下情形時則通知醫師及護理人員：
 - (1) 陰道出血時間拉長或再度出血。
 - (2) 疼痛及不舒服的時間拉長或加劇。

祝您健康愉快！



北醫健康諮詢專線(02)2738-7416



臺北醫學大學附設醫院 957
TAIPEI MEDICAL UNIVERSITY HOSPITAL 印刷

六、腹瀉（拉肚子）

體內放射線治療易使腸蠕動增加，下列方法可以幫助您控制腹瀉：

1. 進食清淡的液體狀食物來減輕胃的負擔，藉著飲料來補充身體所流失的水分，如果汁、開水、清湯等。
2. 應採少量多餐進食法。
3. 避免吃一些會造成腹部不舒服的東西，如：咖啡、豆子、甜食，腹瀉情況轉好後，再逐漸添加低纖維食物，如飯、香蕉、餅乾、芋泥。
4. 腹瀉後補充一些高鉀的食物，如：香蕉、橘子、洋芋。
5. 暫時不要進食牛奶或奶製品。

註：若有任何疑問請聯繫

臺北醫學大學放射線治療科

電話：27372181轉2126或2129

祝您健康愉快！



北醫健康諮詢專線(02)2738-7416



臺北醫學大學附設醫院 957
TAIPEI MEDICAL UNIVERSITY HOSPITAL 印製