

末期病人噁心嘔吐（病人/家屬衛教）

- 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。

一、引發噁心之因素：

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，因此需要作詳細評估，及病史資料，以確定出可能誘發因子，對症下藥。

二、大部分的噁心感是可以處理的

（一）噁心嘔吐時家屬該注意些什麼

1. 協助病人採側臥以防嗆到。
2. 紀錄噁心嘔吐的時間，嘔吐物的量、特性。回想噁心嘔吐是否同時發生，及可能誘發的因子。
3. 嘔吐後需協助口腔護理。

（二）緩解噁心嘔吐的可能方式

1. 休息；暫停進食；若因腸胃道出血或阻塞症狀時（如，一吃就吐時），可能需休息幾餐，等發炎狀況減緩後再進食。
2. 使用治療性及預防性藥物。
3. 鼓勵說出心中之擔心及害怕。
4. 分散注意力法（DISTRACTION）如聊天，能忘卻噁心的痛苦。
5. 古典音樂或病人喜愛的音樂，可放鬆精神。
6. 可嘗試使用具鬆弛效果的芳香精油，或柑橘類精油。
7. 定時口腔清潔。少量多餐；避免太甜、油膩食物。
8. 進食後採坐姿休息，若立刻平躺，易引發食物自胃逆流至食道及噁逆現象。
9. 注意進食及水分攝取情形、因會影響電解質之平衡。

