

丛书主编：董碧莎

丛书副主编：徐波 王艾 马建辉 王子平 于雷

国家癌症中心肿瘤专家答疑丛书

甲状腺癌

患者护理与家庭照顾

王晓雷◎主编



协和医科大学出版社

国家癌症中心肿瘤专家答疑丛书

甲状腺癌

患者护理与家庭照顾

董碧莎◎丛书主编

王晓雷◎主编



中国协和医科大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

甲状腺癌患者护理与家庭照顾 / 王晓雷主编. —北京: 中国协和医科大学出版社, 2016. 6

(国家癌症中心肿瘤专家答疑丛书)

ISBN 978-7-5679-0536-8

I. ①甲… II. ①王… III. ①甲状腺疾病-腺癌-护理
IV. ①R473.73

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 067000 号

国家癌症中心肿瘤专家答疑丛书 甲状腺癌患者护理与家庭照顾

主 编: 王晓雷

责任编辑: 吴桂梅

出版发行: 中国协和医科大学出版社

(北京东单三条九号 邮编 100730 电话 65260378)

网 址: www.pumcp.com

经 销: 新华书店总店北京发行所

印 刷: 北京兰星球彩色印刷有限公司

开 本: 710×1000 1/16 开

印 张: 12.25

字 数: 115 千字

版 次: 2016 年 12 月第 1 版

印 次: 2016 年 12 月第 1 次印刷

定 价: 51.00 元

ISBN 978-7-5679-0536-8

(凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页及其他质量问题, 由本社发行部调换)

国家癌症中心肿瘤专家答疑丛书

编辑委员会

顾问：
陆士新 孙 燕 程书钧 詹启敏 赫 捷
林东昕 殷蔚伯 余子豪 唐平章 赵 平
王明荣 王绿化 程贵余 周纯武 乔友林
孙克林 吕 宁 李 槐 李长岭 齐 军
徐震纲 孙 莉 吴 宁 吴健雄 李晔雄
王贵齐

丛书主编：
董碧莎

丛书副主编：
徐 波 王 艾 马建辉 王子平 于 雷

分册主编（按姓氏笔画排序）：
于 媛 王仲照 王 凯 王晓雷 吕春梅
寿建忠 苏伟才 郑朝旭 聂红霞 黄进丰

策划编辑：
张 平

国家癌症中心肿瘤专家答疑丛书

甲状腺癌患者护理与家庭照顾

主 编：王晓雷

副主编：吕 青

编 者（按姓氏笔画排序）：

王 宇	王晓雷	吕 青	乔涌起
任夏洋	刘金英	闫加庆	李国辉
杨 梅	杨芳宇	吴秀玲	邹小农
周海燕	贾 贝	董碧莎	

前 言

由于癌症已经成为我国常见病、慢性病，有关癌症的预防、治疗和康复等问题涉及越来越多的人群，人们希望得到相关的专业知识，以降低癌症对健康的威胁，减轻癌症对患者身体的损害，尤其是患者及其亲属更希望能够提高治疗效果，使患者早日康复。对于治疗中、治疗后的患者，在与癌症长期的斗争中如何给予他们更多地帮助，是在战胜癌症过程中贯穿始终的重要问题。长期持续的护理、细心科学的照顾，对提高癌症患者的治疗效果、尽早康复或带瘤生活都发挥着积极有效的作用。为此，我们编写了这套丛书，希望能够帮助患者及亲属掌握一些专业知识和技能，为患者在日常工作、居家生活时进行科学有效的服务。

《国家癌症中心肿瘤专家答疑丛书》（以下简称“丛书”），是专门应对癌症治疗和侧重于癌症护理的科普读物。由中国协和医科大学出版社于2014年出版的《国家癌症中心肿瘤专家答疑丛书》——《应对×癌专家谈》，共18个分册，主要侧重于癌症的临床治疗、康复和预防。继而国家癌症中心再次组织肿瘤专家编写了新的分册——《×癌患者护理与家庭照顾》，包括鼻咽癌、喉癌、甲状腺癌、肺癌、食管癌、乳腺癌、胃癌、结直肠癌、膀胱癌和宫颈癌，共10个分册，主要侧重于癌症患者的护理、照顾与膳食。《×癌患者护理与家庭照顾》比较系统地介绍了癌症检查、治疗、康复过程中的护理知识，以及家庭亲友如何对癌症患者更加专业的照顾，是对《应对×癌专家谈》的补充和完善。《应对×癌专家谈》侧重于医疗方面，《×癌患者护理与家庭照顾》侧重于护理方面。

新编分册包括肺癌等十种疾病，每种疾病内容独立成册。编者根据临床工作中患者、患者亲属常常提出的问题，设置了治疗与护理篇、营养与饮食篇、用药篇、心理帮助篇、功能康复篇、日常生活与复查篇等六个部分。丛书以问答形式与读者交流，读者通过目录查找到问题后，就可在书中找到答案。由于对患者护理、照顾的基本原理的一致性和方式上有许多相通，所以不同单册书中的内容也有相同部分，但对于不同癌症的不同治疗护理、照顾都在每一册书中进行了详尽介绍。合理的营养与膳食对增强

患者机体的抵抗能力、完成治疗方案、提高治疗效果发挥着重要的作用。根据读者的需求，丛书中的营养部分为患者提供了一些常用的食谱，供患者参考选择。癌症，无论对患者本人还是对于患者家庭都是信心和意志的一个考验，因此，在治疗康复过程中，不可忽视的重要内容是将不断坚定战胜癌症的信心、增强与疾病斗争的意志，作为一项治疗内容同步进行。丛书中的“心理帮助篇”，希望为患者提供一些心理疏导，对患者改善心理状态有所帮助，真诚地希望患者能够尝试书中介绍的方法，积极应对疾病。

丛书的编者是国家癌症中心长期从事一线工作的医生、护士和药学、营养及其他专业的医务工作者，他们将专业知识与实践中的经验相结合，秉承科学、严谨、专业特点突出的原则，对丛书的内容、文字反复提炼、细心修改，力求实用、通俗易懂，能够给予读者最实际的指导和帮助。在丛书的编写过程中，编写者都是在繁忙的工作之余，抽出休息时间进行创作，尤其编者中许多是从从事护理工作的骨干，她们在每天 24 小时倒班的空隙中挤出时间按时完成书稿的编写，充分表达了她们对患者的真挚爱心。刘金英老师承担了“营养与饮食篇”的编写，精益求精反复修改；李国辉主任组织编写了“用药篇”，编者用十个月的时间便完成了全部书稿的编写，通过此书将医疗护理工作从医院延伸到了社会、家庭。在此，对他们辛勤的付出表示诚挚的感谢。非常感谢首都医科大学的杨芳宇教授，应邀编写了“心理帮助篇”，运用心理学原理给予患者提供帮助。还要特别感谢孙桂兰、岳鹤群、田守光三位老师，他们的抗癌经验、与病魔斗争的精神，为我们树立了榜样。在丛书编写过程中，策划编辑张平主任，建立微信群、收发书稿，全方位联系参编部门及人员，并参与了公共部分内容的修改，在每一个环节上都付出了艰辛劳动，对她为本套丛书出版做出的贡献致以衷心的感谢。丛书顺利与读者见面，还要感谢中国协和医科大学出版社吴桂梅主任带领的编辑团队，是她们的的工作将丛书尽快送到了读者的手中。

作为科普读物，丛书在内容的收集、语言的使用等方面还存在着许多不足，敬请读者多提宝贵意见。

最后，为了更加美好的明天，我们将永不言弃。

董碧莎

2016年10月15日

目 录

一、治疗与护理篇	1
(一) 外科治疗护理	2
1. 甲状腺的形态和功能是什么?	2
2. 甲状腺癌有哪些症状?	3
3. 甲状腺激素有什么作用?	3
4. 甲状腺癌有哪些治疗方法?	3
5. 甲状腺癌患者术前需要做哪些检查?	4
6. 甲状腺癌手术前为什么都要做 B 超检查?	5
7. 手术前为什么要戒烟、戒酒?	5
8. 手术前为什么要加强营养?	6
9. 为什么术前要进行床上排便训练?	6
10. 如何进行深呼吸、咳嗽训练?	7
11. 为什么患者手术前要洗澡?	8
12. 为什么术前要剪指甲和剃胡须?	8
13. 为什么术前要取下眼镜、活动假牙、首饰?	9
14. 手术前一天晚上和手术当天早晨为什么要禁食、禁水?	9
15. 手术前家属需要做哪些准备?	10
16. 手术前配血是怎么回事?	10
17. 手术后能枕枕头吗?	11
18. 术后采取什么体位好?	11
19. 吸氧有哪些注意事项?	12
20. 术后为什么要活动手术一侧的肢体?	13
21. 家属应如何对待手术后患者的疼痛等不适?	13
22. 手术后伤口疼痛怎么办?	14
23. 手术后什么时候能饮水和进食?	14
24. 手术后何时能下床活动?	14
25. 下床活动要遵循哪些原则?	15
26. 为什么手术后一活动往往会感到气喘、汗多?	15

27. 患者手术后为什么汗多?	15
28. 手术后尿管要保留多长时间?	16
29. 尿管保留期间要注意哪些事项?	16
30. 拔除尿管后解不出小便怎么办?	17
31. 拔除尿管后解小便疼痛怎么办?	17
32. 术后伤口需用酒精消毒吗?	18
33. 为什么甲状腺癌首次手术很关键?	18
34. 甲状腺癌术后护理有哪些注意事项?	18
35. 甲状腺癌术后咽喉疼痛怎么办?	19
36. 甲状腺癌患者手术后多久可以进食?	19
37. 甲状腺癌手术后伤口肿胀发硬怎么办?	20
38. 为什么甲状腺癌手术后吞咽会有牵拉感?	20
39. 甲状腺癌手术后为什么说话正常但感觉比较吃力?	21
40. 拔除引流管后伤口还有渗液流出怎么办?	21
41. 出院后发热怎么办?	21
42. 手术后可以坐飞机吗?	22
43. 甲状腺切除后对今后生活有何影响?	23
44. 颈淋巴结清扫术后可能有哪些并发症? 如何预防?	23
45. 甲状腺癌术后需要放疗吗?	24
46. 甲状腺手术后几天能拆线? 拆线后几天可以洗澡?	24
47. 如何预防瘢痕的形成?	25
48. 甲状腺癌患者术后出现进食呛咳怎么办?	25
49. 为什么甲状腺癌术后患者会出现进食阻挡感?	26
50. 为什么有的甲状腺癌患者术后高音唱不上去?	26
51. 为什么有的甲状腺癌患者术后会出现声音嘶哑?	26
52. 甲状腺癌患者手术后声音嘶哑能恢复吗?	27
53. 手术后出现手脚麻木怎么办?	28
54. 什么是甲状腺功能减退症?	28
55. 甲状腺癌患者术后出现的甲状旁腺功能减退症状会缓解吗?	28
56. 如何治疗患者术后出现的甲状旁腺功能减退?	29
57. 患者脸部发木, 没有感觉, 如何恢复?	29

58. 为什么颈淋巴结清扫术后胳膊抬不起来?	30
59. 为什么颈淋巴结清扫术后会出现脸肿?	30
60. 为什么有时术后引流管可引出乳白色液体?	30
61. 手术后患者出现乳糜漏该如何处理?	31
62. 手术后为什么会感到疼痛?	31
63. 手术后伤口疼痛怎么办?	32
64. 镇痛药是否会影响伤口愈合?	33
65. 使用镇痛药是否会上瘾?	33
66. 为什么用了镇痛药还是会感到疼痛?	33
67. 家属应如何帮助患者减轻手术后的疼痛等不适?	34
68. 手术后为什么会觉得头晕、恶心?	34
69. 术后发生头晕怎么办?	35
70. 术后发生恶心怎么办?	36
71. 手术后为什么要活动?	36
72. 手术后应该如何活动?	37
73. 手术后为什么不宜让很多人来探视?	38
74. 手术之后患者可以做什么运动?	38
75. 如何使用水银体温计测量腋下体温?	38
76. 手术后发热是正常的吗?	39
77. 手术后发热时怎么办?	39
78. 什么是物理降温?	40
79. 如何进行物理降温?	41
80. 为什么发热时要保持口腔卫生?	42
81. 发热时为什么要多喝水?	42
82. 发热到什么程度需要用退热药?	43
83. 发热到什么程度需要尽快到医院就诊?	43
84. 发生便秘怎么办?	43
85. 术后为什么会感觉疲乏?	44
86. 感觉疲乏怎么办?	44
(二) 气管切开患者的护理	45
87. 为什么甲状腺癌患者需要做气管切开?	45

88. 如何防止气管套管脱出?	46
89. 如何清洗气管套管内管?	46
90. 气管切开患者出院后如何吸痰?	47
91. 如何进行气管湿化?	47
92. 在家中如何给气管切开伤口换药?	48
93. 带气管套管患者家庭护理的注意事项?	48
94. 为什么气管切开患者要保持大便通畅?	49
95. 气管切开后带胃管患者家庭护理注意事项?	49
96. 气管切开患者何时拔除气管套管?	50
97. 气管切开后如何恢复正常饮食?	50
98. 气管切开患者饮食上有什么要求?	51
99. 如何给气管切开患者进行鼻饲?	51
100. 如何准备鼻饲营养液?	52
101. 如何练习经口进食?	52
(三) 药物治疗	53
102. 甲状腺癌患者术后还需要进行药物治疗吗?	53
103. 得了甲状腺癌, 什么时候进行化疗?	53
104. 化疗过程中会出现哪些不良反应?	54
105. 如何减轻化疗的不良反应?	54
106. 化疗期间饮食应注意些什么? 有忌口吗?	54
107. 化疗后为什么会排出排便困难、便秘?	55
108. 化疗后出现排便困难、便秘怎么办?	56
109. 化疗后患者为什么会觉得指尖麻木?	57
110. 当患者出现指尖麻木时, 家属应该如何护理?	57
111. 输入化疗药物时出现局部血管及皮肤疼痛怎么办?	58
112. 化疗间歇期的患者应该如何安排日常活动?	59
113. 如何评价患者化疗后的疗效?	59
114. 中医能够治疗甲状腺癌吗?	59
(四) 放射性核素治疗	60
115. 哪些甲状腺癌患者需做放射性核素治疗?	60
116. 为什么有些甲状腺癌患者手术后还需要应用 ¹³¹ I 治疗?	60

117. 哪些甲状腺癌患者不宜接受 ¹³¹ I 治疗?	61
118. ¹³¹ I 治疗有副作用吗?	61
119. 患者采用 ¹³¹ I 治疗对家属有辐射吗?	61
120. 服用 ¹³¹ I 治疗会有哪些不适症状?	62
121. 接受 ¹³¹ I 治疗的患者有什么注意事项?	62
122. ¹³¹ I 治疗期间为什么要停用优甲乐和限制含碘饮食?	63
123. 常见含碘的药物和食物都有哪些?	63
(五) 放射治疗护理	64
124. 放疗对甲状腺癌有效吗?	64
125. 得了甲状腺癌, 什么情况下进行放疗?	65
126. 甲状腺癌放疗有痛苦吗?	65
127. 放疗前患者需要做哪些心理准备?	65
128. 放疗对患者的着装有什么要求吗?	66
129. 放疗过程中会出现哪些身体反应?	67
130. 如何预防和减轻放疗的不良反应?	67
131. 放疗期间营养支持为什么特别重要? 放疗期间什么食物 不能吃?	68
132. 放疗期间不想吃饭怎么办?	69
133. 放疗期间需要忌口吗?	69
134. 放疗照射区域皮肤会有哪些变化?	70
135. 放疗期间如何保护照射区域皮肤?	70
136. 患者在放疗期间外出应注意什么?	71
137. 可以在放疗照射区域的皮肤上贴膏药吗?	71
138. 照射区域可以热敷吗?	71
139. 颈部放疗的患者能戴围巾吗?	72
140. 可以用手按摩放疗照射区域的皮肤吗?	72
141. 放疗期间患者能洗澡吗?	72
142. 放疗期间患者可以做运动吗?	73
143. 接受放疗的患者能和亲人接触吗?	73
144. 头颈部放疗有什么后遗症吗?	73
145. 肿瘤患者在放疗结束后的日常生活中需要注意什么?	74

146. 放疗结束后什么时候复查? 复查时需要查哪些项目?	75
(六) 其他治疗	75
147. 什么是消融治疗?	75
148. 甲状腺癌患者可以做消融治疗吗?	76
149. 物理消融的禁忌证是什么?	76
150. 中医治疗甲状腺癌有效吗?	77
151. 根治性甲状腺癌术后应用靶向药物治疗是否能预防复发和转移?	77
二、营养与饮食篇	79
152. 确诊肿瘤后如何补充营养?	80
153. 吃哪些食物有利于患者康复?	80
154. 甲状腺癌患者手术后要吃无碘盐吗?	81
155. 甲状腺癌患者能不能吃海产品?	82
156. 甲状腺癌患者手术后合并乳糜漏, 应如何选择食物?	82
157. 甲状腺癌患者手术后合并乳糜漏什么时候可以恢复正常饮食?	82
158. 甲状腺癌患者术后不能吃酱油吗?	83
159. 甲状腺切除术后已经拔管, 可以吃鸡蛋、牛奶等高蛋白食物吗?	83
160. 甲状腺癌患者术后如何补钙?	83
161. 甲状腺癌患者出院后近期饮食有何注意事项?	86
162. 术后放化疗进行营养调理的时机?	87
163. 术后什么时候开始加餐?	87
164. 睡眠不好的甲状腺癌患者其饮食如何调理?	88
165. 含铁高的食物有哪些?	88
166. 含维生素 B ₁₂ 的食物有哪些?	88
167. 甲状腺癌化疗患者需注意补充哪些维生素和矿物质?	88
168. 甲状腺癌放化疗导致的恶心、呕吐怎么处理?	89
169. 患者食欲不佳、厌食怎么办?	90
170. 患者口干吃点什么食物好?	90

171. 甲状腺癌放化疗患者出现腹泻如何调理饮食?	91
172. 便秘患者应多选用哪些食物?	91
173. 口腔溃疡患者如何调理饮食?	92
174. 患者吃肉类少, 如何补充蛋白质?	92
175. 汤的营养价值高吗?	93
176. 动物蛋白和植物蛋白的区别是什么? 为什么建议吃一些动物蛋白? 如果对动物蛋白不耐受呢?	94
177. 牛奶会促进肿瘤生长吗?	94
178. 营养支持(加强营养)会促进肿瘤生长吗?	94
179. 加强营养后, 营养被肿瘤吸收得多还是被正常细胞吸收得多?	95
180. 甲状腺癌患者能吃保健品吗?	95
181. 甲状腺癌患者能吃冬虫夏草、灵芝孢子粉吗?	96
182. 肿瘤患者有没有必要每天吃海参?	96
183. 甲状腺癌患者放化疗期间能吃生蒜吗?	97
184. 蔬菜、水果每天应吃多少?	97
185. 蔬菜、水果摄入不足怎么办?	97
186. 水果和蔬菜能否互相替代?	98
187. 甲状腺癌患者治疗期间为增加食欲可否吃辣椒?	98
188. 甲状腺癌患者出院后饮食选择应注意什么?	99
189. 康复期甲状腺癌患者如何进行食疗?	99
190. 为减少不良反应, 如何合理安排甲状腺癌患者饮食与化疗的时间?	100
191. 甲状腺癌患者吞咽困难选择什么食物较好?	100
192. 甲状腺癌患者食欲不振怎么办?	100
193. 化疗药物引起不良反应时患者的饮食选择及应对方法?	101
194. 什么是营养支持治疗?	102
195. 如何判断患者的营养状况?	103
196. 甲状腺癌术后准备化疗或放疗的患者如何加强营养?	104
197. 什么是特殊医用配方食品?	104
198. 化疗期间为什么要适量多饮水?	105

199. 患肿瘤后首先应去看医生，其次应该做什么呢？	105
200. 一些化疗药物会引起尿酸升高，使用这种化疗药物时应如何调理饮食？	106
附：甲状腺癌患者推荐食谱	107
三、用药篇	113
201. 甲状腺癌患者术后需服用哪些药物？	114
202. 分化型甲状腺癌患者手术后为什么要服用甲状腺素？	114
203. 目前常用的甲状腺素制剂有哪些？	115
204. 什么人不能服用甲状腺素制剂？	115
205. 应用甲状腺素制剂有什么不良反应吗？	116
206. 在甲状腺素替代治疗中应注意哪些问题？	116
207. 切除甲状腺右叶的患者，可以服用左旋甲状腺素钠吗？	117
208. 甲状腺癌患者术后要终身补充甲状腺素吗？	117
209. 甲状腺素制剂能与其他药物产生相互作用吗？	118
210. 孕妇能吃甲状腺素制剂吗？	119
211. 如何正确服用甲状腺素制剂？	119
212. 如果漏服甲状腺素制剂怎么办？	120
213. 患者总是忘记服药，怎么办？	120
214. 老年患者使用甲状腺素制剂时要注意什么？	121
215. 甲状腺癌患者服用钙片时要注意什么？	121
216. 如何避免买到假药、劣药？	121
217. 出现哪些问题时需要停药？	122
218. 用什么水服药最好？	123
219. 口服药为什么不能用牛奶、果汁送服？	123
220. 胶囊剂型的药物为什么不能掰开服用？	124
221. 药物漏服了怎么办？	125
222. 哪些药物应该早晨服用？	125
223. 哪些药物应该在餐前服用？	126
224. 哪些药物应该在睡前吃？	126
225. 药物为什么有处方药和非处方药之分？	127

226. 为什么一定要看药物的禁忌?	127
227. 为什么有些药物需要特殊的保存条件?	127
228. 为什么要尽量减少用药量和药物种类?	128
229. 为什么“小广告”上的药物不可信?	129
230. 为什么一定要按医嘱服用药物?	129
231. 用哪种体位服药最好?	131
232. 为什么一定要看药物的说明书?	131
233. 用药期间为什么不能喝酒?	132
234. 镇痛药物包括哪些药物?	133
235. 什么情况下需要使用镇痛药物?	133
236. 吃镇痛药物会上瘾么?	134
237. 吃了镇痛药还疼痛怎么办?	134
238. 镇痛药物有哪些不良反应?	135
239. 镇痛药物引起的不良反应怎么处理?	135
240. 哪些情况是术后的自然状况, 不需要服药?	136
241. 退热药包括哪些药物?	136
242. 什么情况下需要使用退热药物?	136
243. 服用退热药物有哪些注意事项?	137
244. 什么情况下不需要继续服用退热药物?	137
245. 服用退热药物可能出现哪些不良反应?	138
246. 服用退热药物后退热是否有意义?	138
四、心理帮助篇	139
247. 怎样正确面对得了恶性肿瘤的事实?	140
248. 癌症患者一般会有哪些心理特征?	140
249. 患者应该如何进行自我心理调节?	141
250. 患者自我心理调节有哪些方法?	143
251. 睡不着觉时怎么办?	145
252. 患者对手术感到紧张、焦虑、害怕怎么办?	146
253. 有些患者不愿去医院就医, 害怕听到坏消息, 怎么办?	147
254. 家属如何给恶性肿瘤患者以心理支持?	147

255. 对于疾病的诊断，是否应该告知患者？	149
256. 如何告知患者不好的病情进展？	149
257. 患者术后如何保持愉快的心情？	150
258. 患者如何能尽快回归家庭和社会？	151
五、功能康复篇	153
259. 颈淋巴结清扫术后患者如何进行功能锻炼？	154
260. 术后体育锻炼该如何进行？	156
261. 甲状腺癌患者术后能够工作和怀孕吗？	157
262. 手术伤口影响外观怎么办？	157
263. 甲状腺癌可以治愈吗？	157
六、日常生活与复查篇	159
264. 为什么肿瘤患者出院后还要定期到医院复查？	160
265. 甲状腺癌患者术后是否应该定期到医院进行检查？	160
266. 甲状腺癌患者术后多长时间开始复查？	160
267. 甲状腺癌患者复查时都有哪些检查项目？	161
268. 复查发现肿瘤标志物增高，应该怎么办？	161
269. 为什么分化型甲状腺癌患者需要长期随访？	161
270. 肿瘤患者手术后能否正常工作？	162
271. 家属怎么配合患者完成术后自我护理？	162
272. 癌症患者出院后为什么要进行随访？	162
273. 手术后患者能在当地医院复查吗？	163
附录：肿瘤患者谈抗癌	164
生命——在挫折和磨难中崛起	164
坚持康复“五诀” 乐观拼搏抗癌	170
保持一个好心态	176