

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

结直肠癌

患者护理与家庭照顾

郑朝旭
◎ 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

结直肠癌

患者护理与家庭照顾

董碧莎◎丛书主编

郑朝旭◎主编



中国协和医科大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

结直肠癌患者护理与家庭照顾 / 郑朝旭主编. —北京: 中国协和医科大学出版社, 2016. 5

(国家癌症中心肿瘤专家答疑丛书)

ISBN 978-7-5679-0527-6

I. ①结… II. ①郑… III. ①结肠癌-护理 ②直肠癌-护理
IV. ①R473. 73

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 060815 号

国家癌症中心肿瘤专家答疑丛书

结直肠癌患者护理与家庭照顾

主 编: 郑朝旭

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: 13. 5

字 数: 130 千字

版 次: 2016 年 12 月第 1 版

印 次: 2016 年 12 月第 1 次印刷

定 价: 56. 00 元

ISBN 978-7-5679-0527-6

(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

结直肠癌患者护理与家庭照顾

主 编：郑朝旭

副主编：聂红霞

编 者（按姓氏笔画排序）：

于 恬	于晓敏	王 宇	王春萌
云 红	牛丽霞	石其军	乔涌起
任夏洋	刘金英	邢淑君	闫加庆
闫红霞	李国辉	张彦新	杨 梅
杨玉萍	杨芳宇	和 芳	金 燕
邹小农	周海燕	郑 薇	郑朝旭
相 前	胡文娟	徐 泉	聂红霞
贾 贝	曹少木	董碧莎	褚亚丽
谭 微			

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积累的经验相结合，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. 结直肠癌的术后治疗有哪些？	2
2. 手术后伤口如何观察和护理？	2
3. 手术后洗澡可以用沐浴露或香皂吗？	2
4. 伤口有渗液怎么办？	3
5. 为什么伤口周围有麻木感？	3
6. 为什么伤口周围会瘙痒？	3
7. 伤口红肿怎么办？	4
8. 伤口化脓怎么办？	4
9. 伤口长得慢怎么办？	4
10. 肛门伤口一般多长时间能愈合？	5
11. 肛门伤口已愈合能下蹲吗？	5
12. 肛门有伤口怎么坐浴？	5
13. 怎样向医生描述疼痛？	5
14. 使用拉皮器固定的手术伤口，回家后应该如何护理？	6
15. 手术后一般多长时间拆线？	7
16. 手术后腹带应该使用多久？	7
17. 下床时需要注意什么？	7
18. 手术后什么时间开始下床活动？	8
19. 为什么要活动下肢？	8
20. 在床上如何锻炼下肢？	9
21. 如何活动下肢？	9
22. 什么是下肢静脉血栓？	9
23. 下肢深静脉血栓对患者的危害有哪些？	10
24. 为预防血栓的发生，可以采取哪些措施？	10
25. 抗血栓弹力袜的原理是什么？	10
26. 出院后还需要继续穿弹力袜吗？	11

27. 弹力袜如何保养?	11
28. 手术后睡眠质量明显变差应该如何应对?	12
29. 手术后腹部皮肤没有感觉了,是怎么回事,能恢复吗?	13
30. 出院后患者可以与家人、孩子亲密接触吗?	13
31. 出院后患者需要注意什么?	13
32. 手术后多久可以上班?	14
33. 出院之后可以和原来一样正常工作吗?	14
34. 手术后患者能做些什么运动?	14
35. 出院之后,还有必要吸氧吗?	14
36. 出院后,发生便秘应该怎么办?	15
37. 直肠癌手术后,每天大便几次是正常的?	15
38. 手术之后大便不成形正常吗?	15
39. 手术后出现饭后肚子胀怎么办?	15
40. 引流管什么时候才能拔除?	16
41. 如何在家护理引流管?	16
42. 手术回家后发热正常吗?	16
43. 如何做物理降温?	17
44. 为什么发热时要保持口腔卫生?	17
45. 发热时为什么要多喝水?	18
46. 发热到什么程度需要用退热药?	18
47. 中医治疗主要有什么帮助?	19
48. 如何预防癌症复发?	19
49. 做了造口之后对患者的生活有什么影响?	20
50. 患者有肠造口,在洗澡时应该注意什么?	21
51. 使用什么样的造口产品更好?	21
52. 带着造口袋还可以去游泳吗?	21
53. 出院后,造口患者需要佩戴造口腰带吗?	22
54. 造口底盘使用时应注意哪些?	22
55. 造口袋使用中注意什么?	23
56. 防漏膏和防漏条有什么区别?怎样使用?	23
57. 造口护肤粉是使用越多越好吗?	26

58. 造口附件产品中的皮肤保护膜应该怎样使用?	27
59. 造口附件产品的使用顺序是什么?	27
60. 对造口腰带过敏, 怎么办?	27
61. 造口患者什么时候需要扩肛? 应如何操作?	28
62. 更换造口底盘时需要晾晒皮肤吗?	28
63. 造口底盘溶解后需要修剪吗?	28
64. 造口周围皮肤应怎样清洗?	29
65. 造口术后 2 个月可以做哪些锻炼?	29
66. 造口底盘多长时间更换最好?	30
67. 造口底盘粘胶会不会引起皮肤过敏?	30
68. 造口周围皮肤发痒、发红怎样处理?	30
69. 造口周围的小红肉是什么? 为什么出血?	31
70. 造口黏膜出血怎么处理?	31
71. 造口周围出现刺激性皮炎该如何处理?	32
72. 造口周围皮肤不平怎么办?	32
73. 造口回缩怎么处理?	33
74. 造口周围皮肤红疹怎么办?	33
75. 造口底盘为什么贴不住?	34
76. 为什么造口底盘不易揭除?	34
77. 造口袋经常充气怎么处理?	34
78. 造口袋能反复用吗?	34
79. 好的造口袋, 是不是能戴的时间长?	35
80. 如何更准确的裁剪造口底盘?	35
81. 对于不规则的造口, 应该如何裁剪底盘?	36
82. 为什么在夏天造口底盘容易贴不牢固, 增加更换次数?	36
83. 如何预防造口疝的发生?	37
84. 造口周围皮肤上出现皮肤破损怎么处理?	37
85. 造口周围皮肤发炎了, 能用酒精消毒再涂抹红霉素软膏吗?	37
86. 造口附件产品的使用顺序是什么?	38
87. 造口周围有瘢痕, 底盘贴不住怎么办?	38
88. 造口周围出现皮肤并发症除了配合使用护肤粉、防漏膏、	

保护膜, 还应该注意什么?	38
89. 女性造口患者还能生育吗?	38
(二) 放射治疗及护理	39
90. 什么是放射治疗?	39
91. 直肠癌术后是否需要放疗?	39
92. 患者放疗时有什么感觉?	40
93. 放疗对造口有影响吗?	40
94. 放疗画线不清楚怎么办?	41
95. 放疗时, 为什么要保护照射部位的皮肤?	41
96. 放疗会对放射部位的皮肤造成什么损伤?	41
97. 如何预防放疗过程中的皮肤损伤?	42
98. 发生放射性皮肤损伤时如何护理?	42
99. 放射区域的皮肤有炎症了, 还可以进行放疗吗?	43
100. 为什么在放疗时会感觉到疲劳?	43
101. 放疗期间为什么要预防感冒?	43
102. 放疗期间可以做些什么运动?	44
103. 放疗期间为什么要多饮水?	44
104. 放疗期间有规律的睡眠对患者有哪些帮助?	44
105. 放疗期间出现腹泻怎么办?	44
106. 放疗期间出现排尿疼痛怎么办?	45
107. 放疗期间应该如何进行营养调节?	45
108. 放疗后身上会带有放射线影响孩子和家人吗?	46
(三) 化学治疗及护理	46
109. 什么是化疗?	46
110. 化疗应该如何选择医院?	47
111. 直肠癌手术后是否需要化疗?	47
112. 什么是新辅助化疗?	48
113. 什么是化疗周期?	48
114. 什么是化疗间歇期?	49
115. 化疗后会出现哪些不良反应?	49
116. 化疗时, 没有食欲、恶心怎么办?	50

117. 化疗时，为什么需要适当保暖？	51
118. 为什么在化疗时会感觉到疲劳？	51
119. 为什么要按时化疗？	52
120. 化疗期间为什么要多补水？	52
121. 化疗期间为什么要预防感冒？	53
122. 化疗期间可以做些什么运动？	53
123. 化疗期间可以配合吃中药吗？	53
124. 化疗药物对口腔的影响是什么？	54
125. 化疗后大便干燥怎么办？	54
126. 化疗出院后出现静脉炎应该怎样护理？	55
127. 出现白细胞减低后应该注意什么？	56
128. 在家里出现血小板降低时怎么办？	57
129. 如何减轻口腔溃疡引起的疼痛？	57
130. 化疗药物对皮肤有哪些影响？	58
131. 化疗后局部血管及皮肤出现疼痛怎么办？	58
132. 什么药物出现局部血管及皮肤疼痛不能用冷或凉处理？	58
133. 使用升血药物会出现哪些反应？	58
134. 化疗周期中的休息期应该注意什么？	59
135. 化疗期间可以上班吗？	59
136. 化疗时出现化疗药物外渗了怎么办？	60
137. 化疗后练习气功可以吗？	60
138. 注射升白细胞药物后，为什么会出现关节和脊柱的疼痛？	61
139. 怎样减轻升白针剂引起的疼痛？	61
140. 打升白细胞的针后出现发热是怎么回事？应该如何做？	61
141. 当白细胞低下时，发生发热怎么办？	62
142. 化疗间歇抽血检查肝肾功能，需要注意什么？	62
143. 化疗间歇期患者发生恶心呕吐怎么办？	63
144. 发生呕吐后应该注意什么？	64
145. 化疗后为什么会出现皮肤干燥的现象？应该如何护理？	64
146. 化疗后为什么会出现皮肤色素沉着？能恢复吗？	65
147. 化疗药物外渗后皮肤会留下瘢痕吗？	65

148. 化疗后患者总觉得身体没有力气, 为什么? 应该怎么办?	66
149. 接受化疗头发是要脱发吗?	67
150. 化疗脱发怎么办?	67
151. 患者应该如何护理头皮?	68
152. 如果头皮瘙痒怎么办?	68
153. 化疗后为什么会出现排便困难、便秘?	69
154. 化疗后为什么会觉得指端麻木? 该如何护理?	69
155. 化疗间歇期睡觉时多梦、难以入睡、易醒、失眠等怎么办?	70
156. 化疗间歇期的患者应该如何安排日常活动?	71
157. 化疗期间患者需要控制体重的增长吗? 应该如何控制?	72
158. 为什么有些人的体重在化疗过程中增长较快?	72
159. 为什么有些人体重在治疗过程中出现迅速减轻?	73

二、营养与饮食篇

160. 结肠肿瘤手术后饮食应该怎么吃?	76
161. 肠造口术后不能吃什么?	76
162. 回肠造口术后吃饭时注意什么?	76
163. 造口术后可以吃哪些食物?	77
164. 少渣食物有哪些?	77
165. 肠道手术后可以喝酸奶吗?	78
166. 腹部放疗导致放射性肠炎饮食如何调理?	78
167. 胃肠道患者出院之后可以吃哪些主食?	79
168. 胃肠手术后为什么不宜吃烧烤等食物?	79
169. 胃肠术后如何饮食有益患者的康复?	79
170. 确诊肿瘤后该如何营养?	81
171. 如何知道自己的营养状况? 怎么办?	81
172. 手术前体重下降怎么办?	82
173. 新辅助化疗在手术前如何补充营养?	82
174. 什么时候开始加餐?	82
175. 睡眠不好的癌症患者其饮食如何调理?	83

176. 含铁高的食物有哪些?	83
177. 含维生素 B ₁₂ 的食物有哪些?	83
178. 治疗中只能吃流食,怎么补充营养?	83
179. 空肠造口患者的如何选择食物?	84
180. 肿瘤患者要忌口吗?	84
181. 放化疗导致的恶心呕吐应吃什么?	85
182. 食欲不佳、厌食怎么办?	85
183. 手术后进行放化疗需要及时调理营养吗?	86
184. 放化疗出现腹泻饮食如何调理?	86
185. 缓解便秘多选用哪些食物?	87
186. 治疗期间白蛋白降低如何纠正?	87
187. 白细胞和血小板低应该吃什么?	88
188. 患者吃肉类少,如何补充蛋白质?	88
189. 汤的营养价值高吗?	89
190. 牛奶促进肿瘤生长吗?	89
191. 牛羊鸡肉鸡蛋是发物吗?	90
192. 营养支持(加强营养)会促进肿瘤生长吗?	90
193. 进入身体的营养被正常细胞吸收多还是被肿瘤细胞吸收多?	90
194. 化疗期间可以配合吃保健品吗?	91
195. 每天补充一粒鱼油可以吗?	92
196. 冬虫夏草、灵芝孢子粉能吃吗?	92
197. 肿瘤患者有没有必要每天吃海参?	92
198. 放化疗期间能吃生蒜吗?	93
199. 加工的熟肉制品能吃吗?	93
200. 泡菜、酸菜能吃吗?	93
201. 蔬菜水果每天吃多少?	93
202. 如何补充蔬菜水果摄入不足?	94
203. 水果和蔬菜能否互相替代?	94
204. 蔬菜生吃好还是熟吃好?	94
205. 治疗期间为增加食欲可否吃辣椒?	95

206. 出院后饮食注意什么?	95
207. 康复期肿瘤患者如何食疗?	96
208. 康复期可以饮酒吗?	96
209. 为减少副作用, 如何协调饮食与化疗的时间?	96
210. 吞咽困难选择什么食物好?	97
211. 食欲不好怎么办?	97
212. 味觉改变如何调理?	97
213. 口干如何营养调理?	98
214. 腹痛腹胀的饮食措施有哪些?	98
215. 产生腹胀后怎么办?	99
216. 便秘如何营养调理?	99
217. 营养好不好如何判断?	99
218. 手术后准备化疗或放疗的患者何时加强营养?	100
219. 流食、半流食都包括哪些?	101
220. 对化疗药物引起的不良反应的饮食及对策?	101
221. 化疗患者需注意补充哪些维生素和矿物质?	102
222. 化疗后口腔有异味怎么办?	102
223. 化疗期间的饮食如何调理?	103
224. 某些化疗药物会引起尿酸升高, 如何调理饮食?	104
附: 结直肠癌患者推荐食谱	105
三、用药篇	117
225. 肿瘤患者同时吃多种药, 需要注意什么?	118
226. 中药能治疗肿瘤吗?	118
227. 患者在化疗期间可以吃中药吗?	118
228. 治疗肿瘤服用汤药好还是中成药好?	119
229. 什么是靶向药物?	119
230. 靶向药物主要有哪些副作用?	120
231. 靶向药物在结直肠癌治疗中的作用?	120
232. 贝伐珠单抗的不良反应有哪些?	120
233. 使用贝伐珠单抗有哪些注意事项?	121

234. 西妥昔单抗的不良反应有哪些?	121
235. 使用西妥昔单抗有哪些注意事项?	121
236. 卡培他滨有哪些常见的不良反应?	122
237. 卡培他滨与哪些药物可能存在相互作用?	122
238. 使用伊立替康有哪些注意事项?	123
239. 口服升白药效果不明显, 还需要继续服用吗?	123
240. 平时口服的药物, 手术前如何调整?	124
241. 化疗间歇期没有吃完的药, 做化疗时还可以继续服用吗?	124
242. 食疗(饮食调整)能代替升血药物吗?	125
243. 化疗全部结束后, 还用继续服用生血药物吗?	125
244. 结直肠癌手术出院后, 还需要继续服用药物吗?	126
245. 国产化疗药、进口化疗药该如何选择, 差别有多大?	126
246. 总是忘记吃药, 怎么办?	127
247. 如何避免买到假药劣药?	127
248. 出现哪些问题需要停药?	128
249. 服药时, 用什么水最好?	128
250. 用药期间为什么不能喝酒?	129
251. 吃药时用哪种姿势最好?	129
252. 胶囊为什么不能掰开服用?	130
253. 漏服药物了怎么办?	130
254. 哪些药物应该早晨吃?	131
255. 哪些药物应该在餐前服用?	131
256. 哪些药物应该在睡前吃?	132
257. 为什么有处方药和非处方药之分?	132
258. 为什么一定要看药品的禁忌?	133
259. 为什么有些药物需要特殊的保存?	133
260. 为什么要尽量减少用药量和药物种类?	134
261. 为什么“小广告”上的药物不可信?	134
262. 为什么一定要按医嘱服用药物?	134
263. 止痛药是否会“上瘾”?	135
264. 止痛药是否会影响记忆力?	136

265. 止痛药有哪些副作用?	136
266. 除了用药还可以采取哪些办法帮助缓解疼痛?	137
267. 怎么使用芬太尼透皮贴剂?	137
268. 使用阿片类药物为什么会发生恶心呕吐? 怎么办?	138
269. 使用阿片类药物为什么会发生便秘? 应该怎么办?	139

四、心理帮助篇 141

270. 怎样正确面对得了恶性肿瘤的事实?	142
271. 一般肿瘤患者会出现哪些心理特征?	142
272. 患者应如何进行自我心理调节?	143
273. 患者自我心理调节有哪些方法?	144
274. 患者睡不着觉怎么办?	147
275. 如何排解“我没有做过任何坏事, 为什么让我得癌症”?	148
276. 如何缓解“我经常觉得愤怒”情绪?	149
277. 患者对手术紧张、焦虑、害怕怎么办?	150
278. 如何排解后悔自己以前的生活方式, 长期处于懊恼 自责中?	150
279. 患者应该如何正确看待治疗中损失了组织器官?	151
280. 患者如何能尽快回归家庭、回归社会?	152
281. 患者如何克服对死亡的恐惧?	153
282. 确诊肿瘤, 是否应该告知患者?	154
283. 如何告知“坏消息”?	155
284. 如何给予晚期肿瘤患者情绪上的帮助?	155
285. 如何帮助想寻求解脱的患者?	156

五、功能康复篇 159

286. 携带尿管回家后, 应该怎么护理?	160
287. 携带尿管期间, 常见的异常情况有哪些? 应该如何处理?	161
288. 造口患者手术后能不能同房?	162
289. 手术后多久可以有性生活?	162
290. 手术后性功能会受损吗? 如果会受损还可以恢复吗?	163
291. 携带 PICC (经外周静脉置入的中心静脉导管) 侧肢体是	