

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

肺癌

患者护理与家庭照顾

于媛◎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

肺癌

患者护理与家庭照顾

董碧莎◎丛书主编

于媛◎主编



中国协和医科大学出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

肺癌患者护理与家庭照顾 / 于媛主编. —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 978-7-5679-0532-0

I. ①肺… II. ①于… III. ①肺癌-护理 IV. ①R473.73

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 066840 号

国家癌症中心肿瘤专家答疑丛书

肺癌患者护理与家庭照顾

主 编: 于 媛

责任编辑: 林 娜

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: 11.75

字 数: 110 千字

版 次: 2016 年 12 月第 1 版

印 次: 2016 年 12 月第 1 次印刷

定 价: 49.00 元

ISBN 978-7-5679-0532-0

(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

肺癌患者护理与家庭照顾

主 编：于 媛

副主编：李 宁

编 者（按姓氏笔画排序）：

王 宇	王 黎	朱 珍	乔涌起
任夏洋	刘金英	闫加庆	李国辉
李 敏	杨芳宇	杨 梅	邹小农
周海燕	赵京文	贾 贝	黄进丰
梁雅楠	董碧莎	蒋顺玲	

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）外科治疗及护理	2
1. 什么是肺癌?	2
2. 吸烟一定会导致肺癌吗?	3
3. 肺癌患者有哪些症状?	3
4. 哪些方法可以发现早期肺癌?	4
5. 肺癌分哪些病理类型?	5
6. 什么是病理类型? 对治疗有什么意义?	5
7. 肺癌分几期? 如何分期?	5
8. 肺癌的 5 年生存率大概是多少?	6
9. 癌症会传染吗?	6
10. 哪些情况适合手术治疗?	7
11. 中晚期肺癌患者是否该放弃治疗?	8
12. 手术前都需要做哪些检查?	8
13. 什么是 CT 检查?	8
14. 反复多次做 CT 是否会接受过多放射线, 影响健康?	9
15. 做 CT 检查有哪些注意事项?	9
16. 什么是 PET-CT 检查?	10
17. 做 PET-CT 检查有哪些注意事项?	10
18. 什么是磁共振检查?	11
19. 做磁共振检查有哪些注意事项?	11
20. 什么是肺功能检查?	13
21. 手术前为什么要做心电图?	13
22. 什么是骨扫描?	14
23. 做骨扫描检查有哪些注意事项?	14
24. 什么是 B 超检查?	15
25. 什么是支气管镜检查?	15

26. 为什么手术前要做支气管镜检查?	15
27. 患者术前要做哪些化验?	15
28. 做哪些血液化验项目需要空腹? 为什么?	17
29. 留尿标本需要注意什么?	17
30. 留痰标本需要注意什么?	18
31. 肺癌手术方法有哪几种?	18
32. 做胸腔镜手术能切除肺癌吗? 与普通手术有什么不同?	19
33. 什么样的肺癌患者不适宜手术?	20
34. 月经期患者可以手术吗?	20
35. 手术前为什么要戒烟? 戒烟多久才能手术?	21
36. 术前为什么要禁食、禁水?	21
37. 手术后发热是正常的吗?	22
38. 一般手术后疼痛会持续多久?	22
39. 如何描述疼痛性质?	22
40. 如何描述疼痛程度?	23
41. 哪些方法可以帮助缓解疼痛?	24
42. 手术后为什么会觉得冷?	25
43. 有什么办法可以缓解冷的感觉?	26
44. 手术后为什么觉得口干?	26
45. 口干时怎么办?	26
46. 什么是胸管?	27
47. 术后为什么要留置胸管?	27
48. 胸腔积液是怎么产生的?	28
49. 胸腔积液是什么颜色的?	28
50. 胸腔积液是无用的“脏水”吗?	29
51. 留置胸管期间患者需要注意什么?	29
52. 手术后为什么会觉得头晕、恶心? 如果出现头晕怎么办?	30
53. 如果出现恶心该怎么办?	30
54. 什么是静脉留置针?	31
55. 静脉留置针留置期间有哪些注意事项?	31

56. 什么是压疮?	32
57. 压疮的发生与哪些因素有关?	32
58. 如何预防压疮发生?	34
59. 手术后为什么要活动?	34
60. 手术后为什么不能让很多亲友来探视?	35
61. 手术后可以开窗通风吗?	36
62. 手术后可以翻身吗?	36
63. 什么是排气? 手术后多久会排气?	36
64. 如何能促进排气?	37
65. 手术后为什么要心电监护?	38
66. 手术后为什么要吸氧?	38
67. 手术后多久可以拆线?	38
68. 手术后多久可以洗澡?	39
69. 手术后多久可以上班?	39
70. 出院后需要注意什么?	39
71. 出院后如何预防感染?	40
(二) 内科治疗及护理	41
72. 什么是化疗?	41
73. 新辅助化疗是什么?	41
74. 化疗前应该注意哪些事项?	41
75. 化疗有哪些给药方法?	42
76. 什么是化疗方案和化疗周期?	42
77. 化疗有什么不良反应?	42
78. 如何减轻化疗导致的恶心、呕吐?	43
79. 化疗后出现腹泻该怎么办?	43
80. 化疗时出现便秘怎么办?	43
81. 化疗药物对骨髓的影响有哪些?	44
82. 出现白细胞减低后应该注意什么?	45
83. 出现血小板减少时怎么办?	46
84. 化疗药物对口腔有什么影响?	47

85. 如何减轻口腔溃疡的疼痛?	47
86. 化疗药物对皮肤有哪些影响?	48
87. 化疗后出现手脚麻木怎么办?	48
88. 化疗期间和结束后为什么要多喝水?	49
89. 化疗会脱发吗? 发生脱发了怎么办?	49
90. 化疗期间可以上班吗?	50
91. 什么是靶向治疗?	50
92. 什么是肿瘤免疫治疗?	51
93. 使用升血药物会出现哪些反应?	51
94. 怎样减轻升血针剂引起的疼痛?	51
95. 化疗周期中的休息期应该注意什么?	51
96. 化疗必须要做深静脉置管吗?	52
97. 什么是中心静脉导管?	53
98. 什么是 PICC?	54
99. PICC 可以保留多长时间?	54
100. 携带 PICC 出院有哪些注意事项?	55
101. PICC 多长时间需要维护一次?	55
102. 什么是 CVC?	56
103. CVC 多长时间换药?	56
104. 带 CVC 回家应该注意哪些问题?	57
105. 出院后怎样观察导管的情况?	57
106. 什么是输液港?	58
107. 输液港是怎样植入患者体内? 有痛苦吗?	58
108. 输液港能保留多长时间? 不需要时可以拆除吗?	59
109. 化疗后练习气功可以吗?	59
110. 如何选择进口药物和国产药物?	60
111. 肺癌骨转移患者如何家庭护理?	60
112. 骨转移患者为什么要睡硬板床?	61
113. 出现骨转移的患者怎样进行锻炼?	61
4 (三) 放射治疗及护理	62

114. 什么是放射治疗?	62
115. 放疗的流程是怎样的?	63
116. 放疗过程中有痛苦吗?	63
117. 放疗前家属需要做哪些准备?	63
118. 放疗期间外出应注意什么?	64
119. 放疗期间可以进行体育锻炼吗?	64
120. 在肺癌放疗过程中, 会出现放射性肺炎, 有什么防治方法?	65
121. 什么是急性放射性皮炎?	65
122. 如何保护放疗照射区域内的皮肤?	66
123. 出现放射性皮炎后怎样应对?	66
124. 放疗期间能不能洗澡?	67
125. 放疗结束后皮肤还要特别保护吗?	68
126. 为什么放疗期间每周要进行血象监测?	68
127. 放疗期间对服药和饮水有什么建议?	68
二、营养与饮食篇	71
(一) 手术患者饮食指导	72
128. 手术后为什么不宜吃易产气的食物?	72
129. 手术后多久可以进食?	72
130. 手术后为什么要多喝水?	72
131. 手术后可以吃凉的饮食吗?	73
132. 手术后可以吃海鲜吗?	73
133. 吃绿豆会降低药效吗?	74
134. 手术后可以吃市面上热销的营养品吗?	74
135. 出院后食欲差怎么办?	74
136. 什么是饮食均衡?	75
(二) 放化疗患者饮食指导	76
137. 化疗期间的饮食如何调理?	76
138. 怎样减轻化疗引起的进食不足?	77
139. 哪些蔬菜含有抗癌成分?	77
140. 怎样合理安排饮食与化疗的时间?	78

141. 如何减轻口腔溃疡的症状?	78
142. 哪些食物减轻化疗引起的便秘?	79
143. 化疗后腹泻的患者在饮食上应注意哪些?	79
144. 出现腹泻为什么需要补充含钾的食物?	80
145. 化疗期间为什么要多喝水?	80
146. 化疗后味觉异常怎么办?	81
147. 化疗患者需注意补充哪些维生素和矿物质?	81
148. 放化疗导致的恶心、呕吐怎么办?	82
149. 放化疗期间感到疲劳如何饮食调理?	82
150. 治疗导致口干时吃点什么食物好?	83
151. 治疗期间清蛋白降低如何纠正?	83
152. 某些化疗药物会引起尿酸升高, 如何调理饮食?	84
(三) 康复期患者饮食指导	85
153. 如何判断患者的营养状态?	85
154. 水果和蔬菜能否互相替代?	86
155. 牛奶促进肿瘤生长吗?	86
156. 牛羊鸡肉鸡蛋是发物吗?	86
157. 营养支持会促进肿瘤生长吗?	86
158. 酸性体质、碱性体质与肿瘤有无关系?	87
159. 能吃冬虫夏草、灵芝孢子粉吗?	87
160. 肿瘤患者有没有必要每天吃海参?	88
161. 出院后选择饮食注意什么?	88
三、用药篇	89
(一) 总则	90
162. 口服药服用多长时间需要停用?	90
163. 肿瘤患者平时口服多种药物, 术前如何调整?	90
164. 总是忘记服用口服药怎么办?	91
165. 口服多种药时, 需要注意什么?	91
166. 如何识别假药?	92
167. 如何避免买到假药劣药?	92

168. 喝什么水服药最好?	93
169. 为什么不能用牛奶、果汁送服药品?	93
170. 用药期间为什么不能喝酒?	94
171. 胶囊为什么不能掰开服用?	94
172. 漏服药物怎么补救?	94
173. 药物为什么有处方药和非处方药之分?	95
174. 出现哪些问题需要停药?	95
175. 为什么“小广告”上的药物不可信?	96
176. 为什么一定要按医嘱服用药物?	96
(二) 镇痛药	97
177. 镇痛药物包括哪些?	97
178. 镇痛药是否会“上瘾”?	98
179. 镇痛药是否会产生“耐药性”?	98
180. 镇痛药是否会影响记忆力?	99
181. 为什么用了镇痛药还是会疼痛?	99
(三) 呼吸系统相关药物: 镇咳、平喘、化痰药	100
182. 呼吸系统常用药物有哪些?	100
183. 哪些情况是术后的正常反应, 不需要服药?	100
(四) 退热药	101
184. 常用退热药有哪些?	101
185. 什么情况下需要使用退热药物?	101
186. 服用退热药物有哪些注意要点?	102
187. 什么情况下不需要继续服用退热药物?	102
188. 服用退热药物可能出现哪些不良反应?	102
189. 服用退热药物是否有意义?	103
四、心理帮助篇	105
190. 怎样正确面对得了恶性肿瘤的事实?	106
191. 癌症患者一般会出现哪些心理现象?	106
192. 患者应该如何进行自我心理调节呢?	107
193. 自我心理调节有哪些方法?	108

194. “我没有做过任何坏事，为什么让我得癌症”这样的心理怎样调节？ 111
195. 如何应对对手术的紧张、焦虑、害怕？ 111
196. 患者后悔自己以前的生活方式，长期处于懊恼自责中，怎么办？ 112
197. 如何能尽快回归家庭、回归社会？ 113
198. 怎么克服对死亡的恐惧？ 113

五、功能康复篇 115

(一) 呼吸功能锻炼 116

199. 什么是腹式呼吸？ 116
200. 手术后为什么要做腹式呼吸？ 116
201. 什么是有效咳嗽？ 117
202. 手术后为什么要做有效咳嗽？ 118
203. 如何做有效咳嗽？ 118
204. 每天做几次有效咳嗽？ 119
205. 痰是如何产生的？ 120
206. 为什么肺癌术后患者会产生痰？ 120
207. 咳嗽时伤口很疼怎么办？ 121
208. 什么是雾化吸入？ 121
209. 如何叩背？ 121

(二) 肢体功能锻炼 123

210. 为什么术后会觉得手术侧的上肢和肩膀疼痛？ 123
211. 什么样的患者术后不能过度活动手术侧的胳膊？ 123
212. 如何进行上肢活动锻炼？ 123
213. 如何进行床上下肢活动锻炼？ 124
214. 手术后下床时需要注意些什么？ 125
215. 手术后几天可以去户外？ 126
216. 为什么手术后要活动下肢？ 126
217. 什么是下肢深静脉血栓？ 127
218. 为什么肺癌术后易发生下肢深静脉血栓？ 127

219. 血栓会对人体有哪些危害?	128
220. 为预防血栓可以采取哪些措施?	129
221. 抗血栓弹力袜的原理是什么?	129
222. 如何正确穿着抗血栓弹力袜?	130
223. 弹力袜如何保养?	130
六、日常生活与复查篇	133
224. 外科手术后为什么需要复查?	134
225. 外科手术后复查项目有哪些?	134
226. 复查多长时间没有复发就说明痊愈了?	134
227. 手术治疗后复查需要持续多长时间?	135
228. 化疗结束后应该多长时间复查?	135
229. 做患者复查如何选择医院?	135
(一) 异常症状处理	136
230. 伤口多久才会愈合?	136
231. 伤口有渗液怎么办?	136
232. 伤口有些痒怎么办?	137
233. 伤口周围有一种麻木的、蚂蚁爬的感觉, 怎么办?	137
234. 伤口有些红肿, 怎么办?	138
235. 出院后一直干咳怎么办?	138
236. 什么是物理降温?	139
237. 如何做物理降温?	139
238. 为什么发热时要保持口腔卫生?	140
239. 发热时为什么要多喝水?	140
240. 发热到什么程度需要尽快到医院就诊?	141
241. 手术后为什么会感觉疲乏?	141
242. 感觉疲乏怎么办?	141
243. 什么是咯血?	142
244. 咯血怎么办?	143
245. 肺癌术后为什么会声音嘶哑? 如何恢复?	143
246. 什么是皮下气肿?	144

247. 发生皮下气肿怎么办?	144
248. 肺癌患者为什么会觉得胸闷、气短?	144
249. 感觉胸闷、气短怎么办?	145
(二) 家庭吸氧	145
250. 什么情况下需要吸氧?	145
251. 氧气流量是越大越好吗?	146
252. 吸氧时可以吃饭喝水吗?	146
253. 家庭吸氧时有哪些注意事项?	147
(三) 健康生活	147
254. 肺癌患者出院后可以做什么运动?	147
255. 如何把握活动量?	148
256. 为什么要坚持运动?	148
257. 为什么要戒烟?	149
258. 患癌后还有必要戒烟吗?	149
259. 家属该如何帮助患者戒烟?	150
260. 吸烟是否与肿瘤有关, 与哪些肿瘤有关?	150
261. 为什么吸烟与发生肿瘤有关?	151
262. 不吸烟的人是否不会得肺癌?	151
263. 吸烟者能否避免吸烟的危害?	151
264. 不吸烟的人如何避免二手烟的危害?	152
265. 吸烟上瘾是怎么回事?	152
266. 吸烟多年, 戒烟很难。有什么好的办法?	152
267. 什么是戒烟咨询?	153
268. 什么是戒烟戒断状态	153
269. 目前有哪些可用于戒烟的药物治疗?	154
附录: 肿瘤患者谈抗癌	155
生命——在挫折和磨难中崛起	155
坚持康复“五诀”乐观拼搏抗癌	161
保持一个好心态	167