

# 處理肝癌 口服靶向 治療藥物 常見副作用 的症狀



**幫助您記錄可能發生的症狀，並幫助您與醫生的交談**

有關肝癌的更多資訊，請訪問  
[www.LiverFirst.com/chinese](http://www.LiverFirst.com/chinese)



# 治療肝細胞癌 (肝癌的一種) 口服靶向藥物的 常見副作用

我們了解您或您所愛的人可能正經歷著被診斷出肝細胞癌 (hepatocellular carcinoma) 的艱難時期，一些已經臨床證明的口服治療方案可能有所幫助。

推出本指南是為了幫助您更加了解就診斷所選擇的潛在口服治療法的預期狀況，以及為減輕副作用可採取的措施。您、您的家人或朋友也可以在本指南上做註釋，並與醫生分享。

本指南不能取代與您醫生交談，亦不能取代閱讀醫生制定的與治療方案有關的病人須知。請務必遵守醫生的治療指示。若出現任何副作用，請告知您的醫生。與醫生坦誠的溝通將對整個治療極有幫助。





## 高血壓

這些藥物可能會使血壓增高；此外，您族群類別可能成為高血壓 (HBP) 風險因素之一。你若屬於高血壓高風險群，或因高血壓正在服用藥物，或過去曾服用過高血壓藥物，請在開始肝癌治療前告知您的醫生。同時請與您的醫生討論如何以袖套式血壓計在家中測量血壓 (BP)，及醫生建議測量的次數。

血壓讀數由兩個數字組成：上面的數字表示心臟收縮時動脈的壓力強度數值，下面的數字表示心跳之間的血壓數值。必要時可另外使用筆記本追蹤記錄您的血壓。

**務必：** 在開始進行肝癌口服治療前與您的醫生合作來控制血壓。

**務必：** 按照醫生建議的次數監測您血壓。

**務必：** 按照醫生的處方，服用所有藥物。

**請告知醫生**，然後再更改服用任何藥物。

**如果**在服用肝癌藥物期間，您的一般血壓值升高了，請向醫生諮詢。您的醫生可更好的幫您管理您血壓和藥物。

根據醫生建議，記下您的血壓數值、日期和時間。

日期\_\_\_\_\_時間\_\_\_\_\_血壓\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

日期\_\_\_\_\_時間\_\_\_\_\_血壓\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

日期\_\_\_\_\_時間\_\_\_\_\_血壓\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

日期\_\_\_\_\_時間\_\_\_\_\_血壓\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

日期\_\_\_\_\_時間\_\_\_\_\_血壓\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

日期\_\_\_\_\_時間\_\_\_\_\_血壓\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

日期\_\_\_\_\_時間\_\_\_\_\_血壓\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

日期\_\_\_\_\_時間\_\_\_\_\_血壓\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

日期\_\_\_\_\_時間\_\_\_\_\_血壓\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_



## 手腳上產生皮疹、發紅、發癢或脫皮

在接受某些肝癌治療期間，您的皮膚可能會感覺敏感、發紅、發癢和疼痛。這些情況通常發生在手掌和腳掌上，但有時也可能發生在其它部位，如膝蓋或手肘。

在開始接受肝癌治療時，向醫生查詢您可以採取哪些步驟防止皮膚反應，例如，醫生可能會要求您開始使用乳霜滋潤皮膚。如果您的手或腳上已有老繭，請在開始肝癌治療前先告知醫生。

**務必：** 考慮穿上棉質襪子和手套，軟而厚的鞋墊和合穿的鞋子。

**務必：** 洗手後，請務必徹底拍乾您的手。

**避免**使用促使皮膚乾燥的產品，如香味乳液、泡沫肥皂和含酒精的洗手液。

**避免**讓未受保護的皮膚暴露在陽光下或寒冷天氣中。

**避免**可導致手腳生成老繭的活動，例如提重物。

**如果**出現皮疹和乾燥狀況，請告知醫生，查詢下列方式是否有所幫助：

- 含20%–40%尿素的乳液。
- 含有水楊酸、乳酸銨或 $\alpha$ -羥基酸的保濕劑，可能有助於軟化和剝落已結老繭的部位。
- 使手部降溫，以含有硫酸鎂的水浸泡足部。

**記錄**您經歷到的任何皮膚反應，以便能與醫生更好地討論這些情況。您的醫生可能會開藥或向您轉介皮膚科醫生。



## 腹瀉

經常出現稀鬆，水性糞便可能會令人感覺不適和沮喪，然而，您的醫生可能會建議您某些在家中可實施的步驟，以減輕這些潛在副作用帶來的不適。

**務必：** 考慮使用膳食日記，幫助您確認應避免的食物，特別是如果您已經常腹瀉。

**避免** 咖啡因、酒精、辛辣或高脂食品、乳製品和含高量不溶性纖維的食品（包括全穀物、麥麩和某些蔬菜，如玉米、茄子、青豆、西蘭花、菠菜、羽衣甘藍、豆類等）。

**如果** 發生腹瀉：

- 攝取低纖維食物（如香蕉、米飯、蘋果、白麵包吐司、雞蛋、雞肉等）和/或含益生菌的食品（如酸奶）。
- 喝大量水份，並考慮飲用含電解質飲料、果汁和/或清湯來補充流失的水份。

**如果** 有腹瀉，請致電醫生，告知以下症狀，以尋求幫助。

**記錄** 您每天排便的次數，並記錄排便的頻率，以及糞便的濃稠度和顏色，這些都可能有助於您與醫生更好地進行討論。

日期 \_\_\_\_\_ 次數 \_\_\_\_\_

濃稠度 \_\_\_\_\_ 顏色 \_\_\_\_\_



## 噁心和嘔吐

某些肝癌口服治療藥物已知會讓一些患者感覺噁心，甚至嘔吐。請記住以下幾點：

**務必：** 一日之中頻繁進食，少量多餐。在空腹下您可能會更感覺噁心。

**務必：** 進食常溫食物，以減少其氣味和味道。

**務必：** 每次進餐後，試著安靜地直坐至少1小時。

**避免** 巧克力、咖啡因、酒精和吸煙。這些物質會讓您感覺更噁心。

**避免** 肥膩、油炸、辛辣或極甜的食物。

**如果** 發生噁心或嘔吐，請向醫生查詢緩和的建議。

**記下** 如果您在接受癌症治療期間發生噁心或嘔吐症狀；也要記下症狀發生的頻率，以及這些症狀有多難受，以便與您的醫生分享。您的醫生或能夠幫助您控制噁心和/或嘔吐。



## 疲勞

某些肝癌口服靶向治療藥物可能會讓您非常疲勞。如果疲勞成爲一大問題，請與醫生商討解決方案。

- 務必：** 根據您的體力狀況進行日常計劃，在一天當中多休息。
- 務必：** 考慮每天從事輕度活動。在健康允許的情況下，與醫生商討哪些活動可能最適合您。
- 務必：** 試着保持健康的膳食習慣，攝取大量的水份。
- 務必：** 告訴醫生您正在服用的藥物，以及您病史的任何變化，和/或您在接受癌症治療期間的藥物。

**請告知醫生**您在治療過程中的疲勞程度，或任何可能影響到您精力程度的副作用。

**如果**您感覺疲勞，請向醫生尋求可能有助的建議。

**記錄一本體力日記**，並與您的醫生分享。



## 食慾不振和體重減輕

您的肝癌治療可能是使您食慾降低的原因之一，以至於導致體重減輕。在服藥期間繼續攝取營養食物十分重要。

- 務必：** 考慮每週或按照醫生建議跟進體重。
- 務必：** 向醫生查詢有關維生素或其它可能有幫助的補充劑。

**如果**產生食慾不振的問題，請與醫生商討高熱量飲食是否可能適合您。

**記錄**您的體重和食慾不振發生的日期，以便與醫生進行商討。

日期 \_\_\_\_\_ 體重 \_\_\_\_\_ 食慾不振 有 沒有

### 查詢註冊營養師

詢問您的醫生與註冊飲食營養師 (RDN) 合作是否會有幫助。註冊飲食營養師可以制定膳食計劃，可能有助您解決某些潛在的副作用，如腹瀉、噁心和體重減輕，並包括介紹有助於增加體力的食物。

