

## 癌症的化學治療

癌症多年蟬聯國人十大死因第一位，台灣癌症基金會執行長賴基銘表示，全國每年有超過 8 萬人被診斷為癌症，以國內的癌症發生率推估，到 2020 年，一年新增癌症患者將高達 11 萬人，不僅造成健保支出快速增加，龐大的藥費、照護責任也可能在少子化趨勢下，成為下一代的負擔。

### 什麼是癌症的化學治療？

癌症的化學治療即利用藥物來治療癌症的方法。一般細胞的成長以及死亡皆處於正常控制下，相對的，癌細胞則是處於異常增生狀態而不受正常生理平衡所節制。所以，化學治療是經由停止癌細胞的生長或直接破壞癌細胞等手段來達成制癌的目地。有時化學治療，需多種藥物合併使用，甚至在一個癌症化學治療計劃中，有時更需包括外科手術或放射線治療，則我們稱之為多種方式合併治療。

另外，有所謂的輔助性化學治療，是指在外科手術治療或放射線治療之後輔佐以抗癌藥物殺死殘餘的癌細胞的化學治療。相反的，在外科手術治療或放射線治療之前用抗癌藥物殺死癌細胞，縮小腫瘤體積時的化學治療，稱之為緩解性化學治療。在不同的癌症，醫師會因應癌症不同的期別、特性與病友的身體體能狀況，計劃不同的治療方式。而化學治療也已經證明在癌症治療上扮演重要的角色。

### 抗癌藥物是如何發揮作用？

一個好的化學治療計劃是根據癌症的特性、病患的身心狀況以及癌症治療的既往史，配合適當的抗癌藥物組合之選擇來治療癌症。這些藥物可以經由口服、肌肉注射，或者由靜脈點滴注射等方式給予，來達到治療癌症的目的。

而抗癌藥物有如刀的兩面，同樣會影響體內正常組織，所以也會作用於體內中任何正常生長的細胞，例如體內的骨髓、腸胃道、生殖系統和毛囊等器官均會受到影響，不過這些組織在治療結束後很快就會恢復正常了。

### 癌症化學治療的進行：

#### (一)擬定抗癌藥物處方計劃：

醫師為每位病友選擇抗癌藥物，是依據癌症的種類、位置、期別，以及病友整體健康狀況而決定，有時是一種藥物或數種藥物合併來治療。而採用數種藥物治療的理由，是因為癌細胞可能對某類藥物沒有反應，但卻會被另一種藥物破壞殺死。

#### (二)如何給予化學治療：

可以經由以下的方式進行：

- 1.口服給藥：當藥物經由口腔給予，它們將經腸胃道內壁吸收進入血流。

2.肌肉注射：藥物可緩慢被血流吸收達到治療效果。

3.靜脈注射：可以在血中很快產生藥效，惟對肌肉結締組織會造成刺激，甚至組織壞死。所以最好在靜脈滴注法給藥時，要避免藥物漏針。

### (三)應該接受多少次和多久化學治療？

一般是根據癌症之類別、期別、治療的標地、藥物的使用，以及化學反應之差異性而不同，有時須根據血液檢查以及身體狀況延長治療次數。一般說來，假如追蹤治療三～五年，皆沒有復發的跡象，即可謂已經痊癒了。

### (四)有那些副作用？將持續多久：

既然化學治療會消滅生長快速的癌細胞，當然也會影響正在生長的正常細胞，例如：造血、胃腸、口腔黏膜，以及髮根等細胞。至於其它的器官，例如：心臟、腎臟、膀胱、肺臟、以及神經系統也或多或少會受到侵犯。最常見的副作用為嘔吐、禿髮、倦態，其它則為出血、感染以及貧血。

化學治療之副作用會持續多久？大部份副作用在化療後會漸漸消失，恢復的快慢與您本身的身體狀況以及所使用的化學藥物很有關係，所以有的很快恢復，有的須數月，甚至有的是終其一生皆受影響。假如有這些情形，應儘早與醫師討論，以便能預防更進一步副作用的產生，甚至可能需改變治療方式。

### (五)那要如何克服這些副作用(建議都先諮詢醫師)：

#### 1.噁心和嘔吐：

有一些抗腫瘤藥物引發大腦的嘔吐中樞，而導致引起噁心和嘔吐反應，甚至長達一兩個星期。通常醫師會給您一些藥物來幫助您預防胃部不適的感覺。下列可幫助您減輕噁心和嘔吐的現象：

少量多餐，細嚼慢嚥。

治療前不要吃太多的東西。

避免在進餐前或中過度喝水，可減少飽脹感。

避免太甜膩，或者油炸的食物。

覺得噁心時，試著以深呼吸來緩解。

#### 2.腹瀉：

腹瀉現象持續超過一天或覺得腹部疼痛、絞痛，就必須去看醫師。控制腹瀉方式有：

少量多餐。

食用清淡流質飲食。

避免刺激性的食物，如咖啡、茶。

避免食用牛奶或奶類製品。

### **3.處理口腔和咽喉潰瘍：**

有些抗癌藥物會引起口乾舌燥、潰瘍、刺痛等副作用。下列幾點建議可以幫助減輕現象：

避免一些過酸的果汁或刺激性食物。

保持口腔清潔，避免感染。

大量飲水，每天攝取以 2,000-3,000cc 水分。

使用軟毛牙刷刷牙，可以減少口腔組織受傷害。

避免使用含酒精及過鹹的漱口水。

### **4.骨髓造血功能的抑制：**

抗癌藥物會影響骨髓的各種血球的製造，例如紅血球、白血球、血小板等。

紅血球：

紅血球是攜帶氧氣到身體各部位，當紅血球降低，就會產生貧血的問題。貧血時，您會覺得容易疲倦、頭暈、心悸，或者呼吸急促，如果有這些症狀，必須立刻告訴醫師。下列幾點建議可以讓您較舒適：

(1)充分的休息及營養，以加速體力的恢復。

(2)減緩行動速度，可避免頭暈以及心悸。

(3)若紅血球過低，醫師可能會幫您輸血，以便改善貧血的不適感。

血小板：

體內的血小板具有幫助血液凝固而止血的功能。當血小板降低時，就會產生出血的問題。所以若您發現身體出現出血點或血斑、刷牙流血、經血不止，甚至血尿或血便，如果有這些症狀，必須立刻告訴醫師。下列幾點可避免產生意外：

(1)不要亂服用任何藥物，尤其含阿斯匹靈類的感冒藥或止痛藥。

(2)避免從事激烈的運動或活動，以減少受傷出血的機會。

(3)當您有上述出血症狀時，要立即告訴醫師。

白血球：

白血球能幫助您抵抗外來的細菌感染並保護身體，所以一旦白血球的製造減少，會使您成為容易被感染的危險群。下列幾點可避免或預防感染：

(1)保持乾淨衛生，要經常洗手。

(2)少到公共場所，避免和患有感冒、水痘等傳染病的人接觸。

(3)每日如廁後，肛門部要保持乾淨乾燥。儘量用水清洗，並避免用衛生紙過度擦拭導致破皮。

(4)避免生食，食用煮熟食物或水果罐頭。

### **5.輔助食品補充：**

(1)魚油：

研究發現魚油中的 EPA、DHA 有效降低惡病質所引發的發炎反應。人體試驗證明了魚油具有抗發炎反應，降低惡病質發生，對腫瘤疾病者有維持體重、較少體

重減輕、改善生活品質的效果已被證實。

(2)精胺酸、麩醯胺酸、白胺酸:

a.精胺酸:在疾病壓力下會快速下降，成為條件性必需胺基酸，精胺酸具有增加蛋白質合成、加速傷口癒合、可提高 T 淋巴球的增生及活性，具有調整免疫能力的功能。

b.麩醯胺酸，為腸道黏膜的能量來源，具有維持黏膜完整性的功能，在化學治療或放射線治療之後，許多黏膜因治療過程受到傷害，麩醯胺酸的補充可儘早恢復黏膜完整及功能。

c.白胺酸是肌肉增生的主要元素。研究証明白胺酸促進蛋白質合成，有利於組織修復、肌肉復原與成長，動物實驗中也証實白胺酸和魚油（EPA）同時供給腫瘤動物時，將有效減少體蛋白的流失並促進肌肉的成長，是腫瘤患者面對治療壓力重要的營養素。

(3)葉酸、維生素 B 群葉酸和維生素 B12 是細胞分裂時重要的中間協調物質，在一段療程之後的組織重新修復及建構時不可缺少的重要元素。

(4)抗氧化物: 由於自由基傷害到細胞核內的基因使之突變，進而使細胞發生不正常的增生現象，增生的細胞就稱為癌細胞，故須以抗氧化物對抗自由基，提升免疫力，如：綠茶萃取物，肉桂萃取物， Vitamin C 等。

(5)互補輔助食品與藥物:薑黃素、維他命 D、血糖藥

(6)生物催化:鋅、錳；超氧化物歧化酶(簡稱 SOD) ，可以將毒性高的氧自由基轉變為毒性較低的雙氧水(H<sub>2</sub>O<sub>2</sub>)和氧，它存在於粒腺體和細胞質中，SOD 需與鋅 (Zn)結合成 CuZnSOD 才能發揮作用。

(7)免疫調節劑：硫酸鋅、半胱氨酸、吡哆醛、甘氨酸等具免疫調節功能。

(8)抗病毒：蘋果酸，葡萄糖胺，甘草酸；藉由抑制血管新生來抑制腫瘤生長。

(9)抗貧血: 維生素 B12;若維生素 B12 缺乏會影響葉酸代謝途徑進而影響核酸之合成導致巨球(核)性貧血，因此臨床上因 B12 缺乏會導致之惡性貧血。

參考：高醫醫訊 第十七卷第五期 血液腫瘤內科 黃叔牧主治醫師