

# 頭頸部腫瘤放射線治療後的口腔照護

◎桃園長庚牙周病科主任／林口長庚牙周病科主治醫師 魏檳琪

隨著放射線治療儀器與技術越來越精進，腫瘤治癒率也進而提高。常用的治療方式，除了手術以外，還有化學治療及放射線治療。伴隨治療產生的不良反應稱之為副作用、併發症、或後遺症；其中，前二者多半發生在治療過程當中，但會隨著治療結束而消失；後遺症則是指治療結束後，持續存在或逐漸浮現的問題，這些不良反應，於化學治療及放射治療都有可能發生，隨著壽命延長，後遺症的影響時間也愈久，造成生活品質降低的威脅也越大。

口鼻處於頭頸部之中心位置，不論腫瘤生長在口、鼻腔內或其外圍組織，當腫瘤接受放射治療時，正常的周邊組織，因位居放射線必經的路徑上，受到波及，而會有併發症的產生。急性併發症如：口咽黏膜炎、唾液腺炎、口乾症、黴菌感染、味覺喪失等；慢性併發症如：黏膜變薄、皮膚肌肉纖維化（張口受限）、口乾症、猛爆性齦齒（短時間內，多顆牙齒蛀牙）、組織壞死等。

唾液腺位於臉頰兩側及口底，治療頭頸部腫瘤時，常常包含在照射範圍內，致使腺體遭受破壞。唾液的主要功能包括沖洗、保濕、潤滑、調節口腔酸鹼

度、抗菌等。當唾液枯竭時，稱為口乾症，前述功能的喪失，將使齦齒發生率急速上升。放療引起之不良反應，其嚴重程度與放射線的種類、總劑量、照射的範圍大小、分次的方式都有關係。以鼻咽癌放療為例，唾液腺接受的劑量，往往超過可自行復原的劑量上限，所以口乾症成為鼻咽癌放療的後遺症之一。

口乾燥症大約在放射治療第二週以後逐漸發生，此時口腔環境會偏酸性。牙齒長期在酸性的環境裡很容易引發猛爆性齦齒。口乾也會造成黴菌感染，黴菌是微生物的一種，如果沒有適當的處置，可能會變成慢性感染。口乾者應避免使用含酒精的漱口水，因為酒精會使口腔脫水更嚴重。茶、咖啡、可樂等有利尿作用，會使身體失水，加重口乾。建議經常啜飲白開水，也可合併使用人工唾液。

放射治療可能會造成暫時性的味覺喪失，但通常會於放療結束後3至4個月恢復。另外，較嚴重的遲發性併發症，就是軟、硬組織發生自發性或創傷（例如：拔牙）後壞死。此種現象較常發生於血管較少，血流供應較差的下顎骨，稱為放射線性骨壞死。



導致牙齒必須拔除的疾病，最常見的是蛀牙及牙周病，兩者都與口腔細菌的感染有關。細菌在口腔內無所不在，但只有附著在牙齒表面的細菌，才會引起牙齒的病變。細菌非常微小，小到無法以肉眼辨識，可是當大量細菌聚集在一起時，就會在牙齒表面形成看得見的牙垢（牙菌斑）。清除牙垢，就等於清除細菌。若能每天一次，把口腔內所有牙面上的牙垢清除乾淨，就能達到預防牙周病的效果。

相對於牙周病主要由細菌引起，蛀牙的形成則須同時具備四個要件：牙齒、細菌、時間、醣分（碳水化合物）。預防蛀牙之道，除飲食後要「儘快」清除殘留於口內的食物（包含無渣的甜、酸性飲料），減少攝取甜、酸性食物外，還要每天一次，以中性高濃度藥用氟膠塗佈於全口牙齒表面，以強化牙齒抗酸（齲）的能力及修補遭輕微酸蝕的齒質。此外，一杯溫水裡加入半茶匙鹽及半茶匙小蘇打，每天漱口4~6次，可中和酸性，口腔環境轉趨中性。這些方法，多管齊下，可使蛀牙率，大為降低。

清除口內的食物，必須遵守以下的通則：攝取甜食後，須儘快刷除食渣，若是含糖飲料（無渣），則至少需漱口，避免甜味長時間附著在牙面上，經牙菌斑細菌的作用變成酸；酸會侵蝕（軟化）牙齒，造成蛀牙。若吃酸性食物，則不可立即刷牙，而應馬上以大量清水漱去酸味，以免已被酸軟化的牙齒，因牙刷的摩擦力，造成齒質的過度損耗。健康的唾液腺，會持續分泌唾液；唾液內的鈣、鎂等離子，可補償因酸蝕失去的牙齒礦物質。故建議酸味漱掉1小時後，待牙齒恢復原本的硬度，才可以摩擦式的動作刷牙。

蛀牙及牙周病獲得控制，就能避免

因牙齒嚴重損壞而拔牙，也間接避免了放射線性骨壞死的發生。放射治療結束後的諸多後遺症，雖然不至於對生命造成直接的威脅，但是對生活品質，卻有深遠的影響。

以下列舉幾個進行衛教時，病友最常詢問及關心的問題：

**Q：**請問何時可以開始塗氟？

**A：**口腔黏膜，只要沒有潰瘍，任何時候，都可以塗氟。在放射治療期間，口腔沒有潰瘍的人，可以持續塗氟。一旦出現潰瘍，就應停止。因為氟膠會刺激傷口，產生疼痛。大約在放療結束後4至6個禮拜，潰瘍消失時，就可以重新開始塗氟。

**Q：**看牙科的時候健保有全額給付嗎，是否有自費項目？

**A：**塗氟時使用氟托會較為方便且塗佈較均勻。製作氟托須自費，上、下顎各一個。嘴巴張得開的人，才可以取模做氟托。如果牙齒還沒有治療好，或是假牙製作尚未完成，齒列還有可能變動時，就暫時不做氟托。沒有氟托時，可用棉棒或牙刷等工具，將氟膠直接塗抹在牙齒上。至於氟膠，曾接受頭頸部腫瘤放射治療的病人，都可以健保的方式在教學醫院或區域醫院領取。

**Q：**請問每天塗氟一次，是否會對身體其他部位造成不良的影響，塗氟十分鐘之後吐掉，是否要漱口？

**A：**建議可以在洗澡時進行塗氟，操作上會比較方便。儘量含在口內10分鐘，若口水太多，含不住時可吐掉，30分鐘後將口內殘餘的氟膠清洗乾淨。氟膠與口腔黏膜接觸，不會產生不良影響。但它含高濃度的氟離子，不可吞食，以免中毒，也不可給兒童使用。❖

