

# 放疗会不会把肠子“烤”坏？

复旦大学附属肿瘤医院放射治疗中心 复旦大学上海医学院肿瘤学系 王 雁

在直肠癌的治疗过程中，放疗是比较常见的治疗手段之一。直肠癌术后辅助放疗的历史比较久，近年来，直肠癌术前放疗的应用越来越多。

放疗对直肠癌治疗有什么功效？术前放疗，可使肿块缩小，提高手术切除率和直肠癌的保肛率，减少局部复发，也有一部分患者在治疗后可以采取观察等待的策略，即不手术了。术后放疗用于术后病理提示有高危因素的患者，可以降低局部复发。

有的患者担心，放疗会不会把肠子“烤”坏？放疗会有安全的量值，控制正常器官受照射的剂量，不会直接把肠子照坏的。但放疗是一种破坏性的治疗，所以，一定不能过量，过量会出现严重问题。

对于大多数二期三期的直肠癌患者，规范的放疗是利大于弊的，不过患者或多或少都会出现一些不良反应，因此，直肠癌放射治疗的护理及健康教育显得尤其重要。对放疗的注意事项概述如下。

## 一、放疗前

### 1. 心理指导

患者得知病情后易产生紧张、恐惧、焦虑及悲观、失望等不良情绪，患者应放松心情，积极配合医师完成治疗，家属应从精神上给予安慰，同时给予积极鼓励，使患者以良好的心理状态配合治疗。

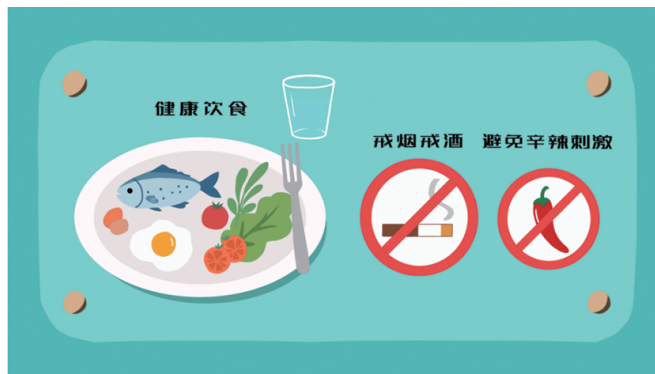
### 2. 放疗指导

经典的直肠癌术前或术后放疗一般为 5~6 周，

每周 5 次；近年来短程大分割放疗使用增多，连续放疗 5 个工作日即可完成。患者应按计划连续照射，并积极预防各种放疗不良反应，防止治疗中断。注意保护放射定位标志线清晰。对可能出现的副反应如放射性膀胱炎、放射性肠炎等，可提前了解，以免出现时惊慌失措。

### 3. 生活指导

患者应摄入低脂肪、高蛋白饮食，保持营养丰富且平衡，避免贫血和营养不良，适量饮水，戒烟戒酒，避免辛辣刺激食品。对于大便不太通畅，即有梗阻风险的患者，应“低渣”饮食。



## 二、放疗中

### 1. 饮食指导

指导患者进食高热量、高蛋白、富含维生素、无刺激性的食物，以加强营养，增强体质，确保放疗顺利进行。

### 2. 休息指导

放疗中应注意休息，如出现疲乏无力等不适，应及时告知主管医生。及时调节室内温度及湿度，保持良好的光线与通风。



### 3. 放疗指导

放疗开始后，患者应及时到主管医生处就诊，了解用药事宜，放疗期间应每周至主管医生处随访。照射区皮肤应保持清洁干燥，禁用任何有刺激性的肥皂或药物，禁用热水袋、电热毯、冰袋、胶布等，勿用力擦洗、搔抓、剃刮，建议穿宽松柔软棉质衣服。

如患者照射区皮肤出现蜕皮、溃疡、瘙痒，或渗液、结痂等，切勿自行处理，应及时报告主管医生，前往门诊面诊，可酌情使用皮肤保护剂。

直肠放疗有可能会致新发痔疮，或原有痔疮加重，应及时报告主管医生，至门诊面诊，可酌情使用痔疮膏等。部分患者会出现“里急后重”的情况，即肛门坠胀，想拉大便，但实际并没有大便或仅有少量大便的情况。出现这种情况时，如果实际没有大便，不应长时间“蹲”厕所，否则症状会加重。如果确实

伴有大便的总量比平时增多，甚至出现水样便等情况，应及时报告主管医生，前往门诊面诊，医生会根据情况进行抽血检查等，必要时药物干预。

放疗中可能会出现尿频、尿急、尿痛等急性膀胱炎症状，多喝水有利于膀胱炎好转，同时应及时告知主管医生，必要时留小便化验，对症药物治疗。

放疗中可能会出现血常规异常，应定期进行血液检测。

## 三、放疗后



通常放疗结束后完全休息 1~2 周，休息期间不用化疗药。应注意加强营养，适当活动，增强体质，预防感冒。继续保护好照射区皮肤，避免不良刺激，防止损伤甚至感染，注意上述血液、皮肤、痔疮、大便、小便等情况的变化，有些症状可能在放疗后 2 周内持续加重，后期再慢慢恢复，有问题及时报告主管医生。定期复查，规律随访。

(本文编辑：赵广智)