



# 中醫幫幫忙

## 緩解頭面部放療的後遺症

文·圖／中醫內科 主治醫師 李嘉菱

**費**先生（化名）是一位小細胞肺癌患者，在接受腦部預防性的放射線治療後，食慾下降、食不知味、食後腹脹，並伴隨較怕冷怕風與易感疲倦的症狀，左耳痛經診斷為中耳炎、中耳積水。

顏小姐（化名）是一位鼻咽癌患者，在接受放射線治療後，口乾非常嚴重，喝再多水都無法解渴，到後來就連喝冷飲都覺得不舒服，並伴隨腹脹的情形。口乾讓她非常焦慮，有一種似乎隨時會乾涸而死的感覺。

放射線治療是頭面部惡性腫瘤最重要的治療方式之一，隨著放射線治療技術的不斷改良，副作用雖已大幅降低，但仍無法完全避免，患者的生活品質不免也受到影響。中醫對於改善放療的副作用，不論是根據醫學專家的經驗或是國際期刊發表的研究報告，均已證明療效顯著。此外，中醫藥還具有放射增敏性，能提高放射線治療的效果。

### 頭面部放射線治療的適應症

- 頭頸癌中，包括口腔癌、鼻咽癌、喉癌、下咽癌、口咽癌、唾液腺癌、鼻竇及鼻腔癌等，都需要接受放射線治療。
- 小細胞肺癌經治療有臨床改善者，可接受預防性的腦部放射線治療。
- 其他惡性腫瘤轉移至腦部，可做根治性或緩解性的放射線治療。

### 可能影響放療後遺症的因素

- 放療部位
- 總放射劑量及其療程
- 同時併用化學治療
- 基因（安全劑量不同）
- 年紀（5歲以下或年長者）

### 放療各階段的後遺症及症狀

#### 急性期（放療過程中）

- 急性腦病：血腦屏障破壞，顱內壓升高，出現劇烈頭痛、噁心、嗜睡、局部神經學缺陷和發燒等症狀，極少數人有腦疝。
- 腦水腫：血腦屏障破壞

- 噁心、嘔吐
- 放射性皮炎和脫髮：放射性皮炎可分為乾性或濕性脫屑，脫髮則與放射線劑量有關。
- 聽力問題：漿液性中耳炎或聽力損失
- 骨髓抑制：頭部—脊髓放療或合併化療比較多見
- 口腔黏膜炎：頭部—脊髓放療，可見紅斑、腫脹、疼痛感。
- 腮腺炎：可導致高澱粉酶血症，症狀為發燒、疼痛、腫脹和壓痛感。

#### 早期—延遲期（放療後2-4個月）

- 嗜睡：顱內壓升高，通常2-3週內可緩解。
- 暫時性局部神經症狀：腫瘤反應及腫瘤周圍水腫或脫髓鞘，為可逆的記憶缺陷。

#### 晚期（放療後約90天）：不可逆

- 放射性壞死（放療後1-3年）：血管內皮細胞受損及腦實質脫髓鞘
- 瀰漫性腦白質損傷：嗜睡、抽搐、構音障礙、運動失調、精神錯亂、記憶力減退、老年癡呆症。很少會導致死亡。
- 頭痛：發生類似中風的偏頭痛，會伴隨局部神經症狀或癲癇發作。
- 白內障：無痛性視力損害
- 視神經病變：無痛性單眼或雙眼視力損害
- 乾眼症（眼睛乾澀）
- 視網膜病變：視網膜缺血、無痛性的視力喪失。
- 耳毒性：耳鳴（鼓膜血管擴張，耳咽管水腫）、聽力損失（感覺神經性損傷）

#### 頭面部放療初期常見副作用與中醫治則

按中醫理論，放療副作用的產生，除了與患者原本的體質有關以外，還必須考慮放療這個刺激因子。中醫古籍並無「放療」的相關記載，現代多數中醫學者把放療當作「熱毒之邪」，由於熱邪的諸多特性，如「易耗氣傷津、火性炎上、易生風動血、易擾心神、易致癰瘡」等，對照放療的部位，而產生口乾舌燥、口瘡、皮膚脫屑、皮膚或黏膜潰瘍、腹瀉或便秘、頭痛、失眠等症。

針對放療所致的熱毒，中醫治則以清熱、益氣、生津、滋陰、涼血為主，依放療部位加上引經藥（類似標靶），再搭配體質來用藥。中醫可以緩解頭面部放療產生的副作用如下：

- 頭部：緩解頭暈、降腦壓
- 眼睛：改善乾燥、流淚增加（較少見）
- 耳朵：改善重聽、耳鳴、耳塞、耳閉感
- 唾液及黏膜：改善口乾、口瘡、口腔或咽喉潰瘍
- 皮膚：改善發紅、乾燥、脫屑、滲液

#### 頭面部放療不只是傷氣陰

放療在中醫屬於熱毒，熱毒容易耗氣傷津，進而產生病理產物如痰濕水飲或血瘀，若沒有適當平衡體質，最後可能走向陰陽兩虛。

頭頸癌患者在經過放射線治療後經常會有「口乾舌燥」的後遺症，多數人只知道放射線治療是熱毒，熱毒會傷氣陰，卻不知它也會造成血瘀、竅阻（唾腺也屬於孔竅之一）、進而誘發陽虛。

為何會產生血瘀呢？頭頸癌患者接受放療後，在放療範圍內的唾液腺，其唾液分泌往往顯著減少，就連導管和腺泡都會受到影響，特別是漿液性唾液腺，根據不同程度的炎症和退化性改變，還可能纖維化，造成終生唾液腺分泌不足。這些「產生炎症甚至纖維化的唾液腺」，就是血瘀的表現。至於不在放療範圍內的唾液腺則可能會增生，進一步儲存唾液量。

那麼又為何會產生陽虛呢？中醫有「頭為諸陽之會」的記載，腎主骨生髓，諸髓者屬腦，腦為奇恆之府，諸陽之會，位高而屬陽。頭為諸陽之會，十四經之手足三陽均交會於頭顛，故頭顛頂有「百會穴」之稱。頭面經過放療破壞之後，陽氣無法交會、甚而流失，很快就變成陽虛體質。在一般人錯誤的觀念裡，口乾就是火氣大，因此喝了大量的水、冰水或退火的飲料，造成中下焦一片寒冷而更加重陽虛的症狀。

話說回來，正常人為何不會老是口乾？其因在於適當補充水分及營養，有足夠的津液或陰血，可以上承至口腔，還有陽氣來把水分氣化。這就好比用鍋子煮開水，有火把水加熱變成水蒸氣之後，把鍋蓋掀開，水蒸氣擴散至空氣，空氣中的溼度才會足夠，而這種水蒸氣就像是人體被氣化的水，可以濡潤口腔。

頭面部放療中後期的患者，口乾大致可以分為兩種陽虛的表現：一種是舌津多但仍覺口乾，屬於津液可以上承，陽虛卻無法氣化水液；一種是舌紅無苔、舌乾少津，屬於陽虛但津液無法上承至口腔。

以上這些病機及體質的轉變，不只是表現在「口乾舌燥」上。整體而言，頭面部放療期間，因熱毒傷氣陰，中醫治療以益氣養陰、清熱活血為主；放療之後後則可依不同程度的炎症、退化性改變或纖維化，加以活血通竅；如果已經出現陽虛、痰濕水飲停滯，則須滋補脾腎、溫陽利水、化痰除濕。

## 從RTOG分級看中醫證型進展與治療策略

(RTOG為美國放射治療與腫瘤研究群的簡稱)

### 中樞神經

毒性	第0級	第1級	第2級	第3級	第4級
表現	無異常	功能正常，輕微神經學異常，不需服藥	神經學異常，需居家照護，可能需要使用類固醇或抗癲癇藥	神經學異常，需住院治療	嚴重神經學異常，如癱瘓、昏迷，或癲癇發作1週3次以上
證型進展		陰虛	陰虛陽亢	痰瘀阻滯	
治療		滋陰	滋陰潛陽、熄風定痙	化痰逐瘀	醒腦開竅

### 皮膚

毒性	第0級	第1級	第2級	第3級	第4級
表現	無異常	發紅、乾燥、脫屑	張力增加、滲液、水腫	水腫，按壓有凹陷	潰瘍、出血、壞死
證型進展		陰虛、血熱、風燥	夾濕	血虛、血瘀、水飲阻滯	氣血虧虛
治療		滋陰、涼血、祛風 外用藥：紫雲膏	滲濕 外用藥：青黛膏	活血利水 外用藥：百參蓮湯	補益氣血、排膿生肌 外用藥：金創膏，青珠膏

## 黏膜

毒性	第0級	第1級	第2級	第3級	第4級
表現	無異常	發紅、輕微疼痛但不需止痛	片狀黏膜發紅、滲液、需止痛	有纖維化趨勢，需更強的止痛	潰瘍、出血、壞死
證型進展		陰虛，血熱，風燥	夾濕	血虛、血瘀、水飲阻滯	氣血虧虛
治療		滋陰、涼血、祛風 外用藥：吹喉散	滲濕 外用藥：吹喉散	活血利水 外用藥：吹喉散	補益氣血、排膿生肌 外用藥：吹喉散

## 唾液腺

毒性	第0級	第1級	第2級	第3級	第4級
表現	無異常	輕度口乾、唾液稍黏、輕度味覺改變（如：金屬味），不影響進食及飲水量	中度至嚴重口乾、唾液黏稠、味覺顯著改變		急性唾液腺壞死
證型進展		熱毒耗氣傷津	氣陰兩傷、痰瘀阻滯		氣血虧虛、痰瘀阻滯
治療		清熱益氣生津	益氣養陰、化痰活血，酌以開竅		補益氣血、化痰活血、通竅

## 耳

毒性	第0級	第1級	第2級	第3級	第4級
表現	無異常	輕度外耳炎、發紅、癢、乾燥、脫屑	中度外耳炎、中耳炎、中耳積水	重度外耳炎，伴隨滲液脫屑；聽力下降、耳鳴	聽力喪失
證型進展		陰虛、血熱、風燥	痰飲阻滯	氣血虧虛、血瘀	肝腎虧虛
治療		滋陰、涼血、祛風 外用藥：紫雲膏	化痰利水	補益氣血、活血通竅	補益肝腎

## 眼睛（少見）

毒性	第0級	第1級	第2級	第3級	第4級
表現	無異常	輕度結膜炎、流淚增加	中度結膜炎、角膜炎、乾眼、畏光	嚴重角膜炎或潰瘍、視力下降、視野缺損、急性青光眼、全眼球炎	單側或雙側視力喪失
證型進展		熱傷肝陰		痰瘀阻滯	
治療		滋肝陰、清熱		活血化痰、利水、降眼壓	

## 頭面部放療衍生的消化問題

頭面部放療初期常見消化問題，可因口咽乾燥而吞嚥困難，或因口咽黏膜潰瘍而致吞嚥疼痛，此時只吃流質食物或嗜飲冰水，容易因為液體攝取過多或損傷脾陽，導致「對水的消化不良」，而有腹脹、噯氣、嘔吐、泄瀉等症狀。治療口咽乾燥或口咽黏膜潰瘍，改善吞嚥是當務之急，並搭配溫化水飲的藥物，還應保持口腔衛生，避開酒類、含酒精的漱口水以及過酸、過辣、過硬的食物。

頭面部放療晚期常見的消化問題，可因唾液分泌減少、牙齒受損、組織纖維化而影響吞嚥功能，並因咀嚼不完整或進食過快而導致「對食物的消化不良」，亦可有腹脹、腹痛、噯氣、嘔吐、泛酸等症狀。患者應持續加強維護口腔衛生，尋求牙醫治療，提早做咀嚼肌運動。若消化不良，可以服用消食之品，如麥芽、神麩、山楂、萊菔子、穀芽、雞內金等。



## 咀嚼肌運動

用溫毛巾溫暖臉頰肌肉，一面做張口、唱音符的口型活動，使口腔在各個角度下，盡可能張大。

- 1.張大嘴巴，發出「丫」的音
- 2.嘴巴往兩側張大，發出「一」的音
- 3.用力把嘴巴向前突出，發出「ㄨ」的音
- 4.嘴巴往上下及兩側前張大，發出「ㄟ」的音
- 5.嘴巴向前突出並張開，發出「ㄨ」的音



### 可幫助患者改善口乾的茶飲，適用於頭面部放療初期

#### 甘潤飲：

沙參3錢、麥冬3錢、玉竹3錢、天花粉3錢、桑葉3錢、生甘草2錢、牡丹皮3錢，約煮成300-500c.c。

若有口瘡或口腔、咽喉潰瘍，可加白芨或蓮藕粉1-3錢，含漱之後慢慢啜飲。若口乾較嚴重，沒有胃嘈雜泛酸，可以加烏梅1顆。疲倦較嚴重，可加入西洋參2錢、五味子1錢。☺

