



頭頸部運動→步驟三



頭頸部運動→步驟四



頭頸部運動→步驟五

治療後的自我檢查

淋巴水腫:放射線治療結束後1-3個月，因腫部淋巴循環受到影響，病人可能會產生臉部水腫及下頷處水腫的正常現象。通常在早晨較嚴重時，至下午因重力使水份較易回流而減輕症狀(請勿緊張)，若不影響呼吸，約2-8

週會自動消失；但若會影響呼吸，則可撥服務專線提前預約複診時間請醫師檢查。

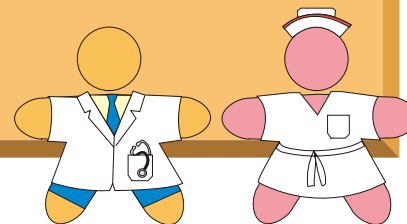
淋巴結的自我檢查。

語言訓練

作喉部切除的病人，因無法發音，所以需要接受語言訓練。可至本院耳鼻喉科語言治療室接受專業的指導。

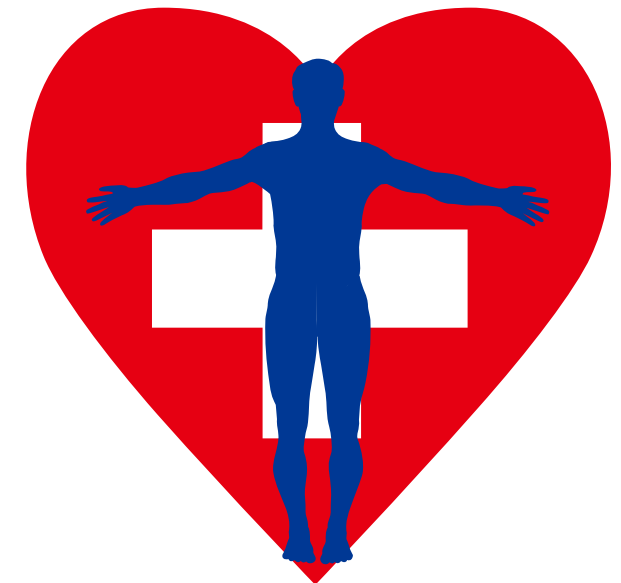
若有任何特殊問題
請與本科服務專線聯絡
(03)328-1200
轉 **2595或2596**

L867



頭頸部惡性腫瘤 放射線治療的復健

陳玉萍 護理長 撰稿
洪志宏 醫師



長庚紀念醫院 癌症中心 放射腫瘤科 編印

頭頸部惡性腫瘤放射線治療的復健

- 包括：
1. 牙關緊閉
 2. 頭頸部治療部位肌肉的纖維化
 3. 治療後的自我檢查
 4. 語言訓練

牙關緊閉

原因：主要是頭頸部惡性腫瘤接受放射線治療淋照射後，使得與口之張開，閉合有關的咬合肌肉和顛頷關節產生纖維化所造成。對於過去食用檳榔的患者，可再由黏膜下組織纖維化而更增加其發生機率。

可分為：

1. 短期(急性期)

病人在治療期間因照射部位組織水腫，影響周圍組織而造成的。

2. 長期

接受放射線治療後，口腔黏膜及臉部分咬合肌肉纖維化造成的。

3. 其他

由於開刀後所引起的臉及頸部活動不便或腫瘤侵犯到咬肌或翼狀肌而造成。需待腫瘤消失後，再加上復健運動，方能漸漸改善恢復。

復健：張口運動

1. 鼓勵病人每日多回，每回至少50次；將口張到最大程度，及做下頷骨上、下、左、右之運動，每回約50次。
2. 經常測量上、下門齒間的距離，觀看其進步情形，正常可放3-4橫指。
3. 病人在治療中即需開始練習。



張口運動→步驟一



張口運動→步驟二



張口運動→步驟三



張口運動→步驟四

頭頸部治療部位肌肉的纖維化

原因：因放射線治療使腫瘤周邊的正常組織受到損傷，身體的代償作用使得纖維細胞取代正常組織；且經過一段時間的持續累積照射，就會影響其正常的活動與功能。

(通常肌肉受到放射線劑量約6000-7000百分格雷，就可能影響正常的活動與功能)

復健：頸部運動

鼓勵病人頭頸部前、後、左、右、上、下，轉動並儘量伸展；每日多回，每回50次以上。對於纖維化厲害的病人，剛開始不要太用力運動，否則會造成肌肉的傷害；但運動時若有輕微的酸痛不適是必然的現象，不用特別擔心，如此才能達到效果。



頭頸部運動→步驟一



頭頸部運動→步驟二