

頭頸部惡性腫瘤放射線治療的復健

- 包括：
- 一、牙關緊閉
 - 二、頭頸部治療部位肌肉的纖維化
 - 三、治療後的自我檢查
 - 四、語言訓練

壹、牙關緊閉

原因：

主要是頭頸部惡性腫瘤接受放射線治療照射後，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：

一、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。

二、長期

接受放射線治療後，口腔黏膜及臉部咬合肌肉纖維化造成的。

三、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

- 一、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。
- 二、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。
- 三、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

貳、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，剛開始不要太大用力運動，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



頭頸部運動→步驟三



頭頸部運動→步驟四



頭頸部運動→步驟五

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。

肆、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。

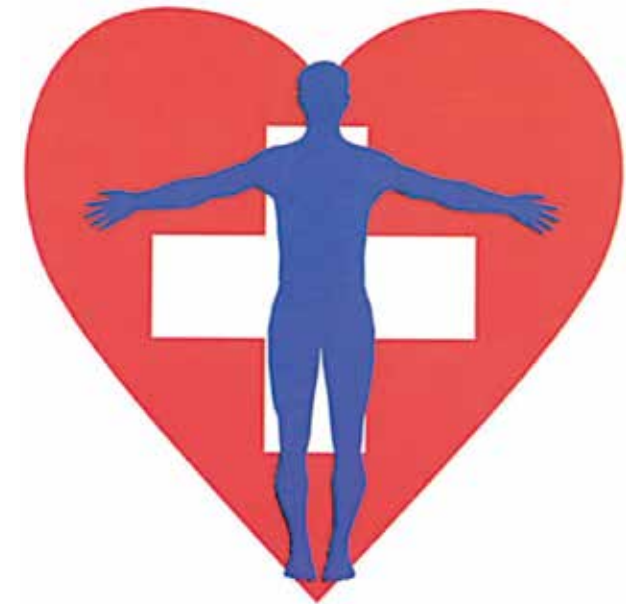
若有任何特殊問題
請與本科服務專線聯絡 (02) 2432-9292
轉 2046 或 2047
服務時間 週一至週五 08:30~12:30
13:00~17:00


參、治療後的自我檢查

淋巴水腫

放射線治療結束後 1~3 個月，因頸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，至下午因重力使水份較易回流而減輕症狀（請

頭頸部惡性腫瘤 放射線治療的復健



 長庚醫療財團法人基隆院區
放射腫瘤科編制

※本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

著作權人：長庚醫療財團法人

29.7×21cm 2017.09 L867

www.cgmh.org.tw

 長庚醫療財團法人 編印