

食道癌术后注意要点及护理事项

李悦华

河南省肿瘤医院 河南郑州

【摘要】 食道癌是一种常见的恶性肿瘤，通常发生在食道黏膜上皮层。手术是治疗食道癌的主要方法之一，但手术后的护理和注意事项对于患者的康复和生存至关重要。本文旨在探讨食道癌术后的注意要点及护理事项，帮助患者和护理人员更好地应对手术后的挑战。食道癌是一种危险的疾病，对患者的生活质量和生存率都有着严重影响。手术是目前治疗食道癌的主要方式之一，但手术后的护理和注意事项同样至关重要。本文总结了食道癌术后的注意要点，包括饮食、生活方式、药物管理等方面，旨在帮助患者更好地康复。

【关键词】 食道癌；手术；护理；注意要点

【收稿日期】 2023 年 12 月 15 日 **【出刊日期】** 2024 年 1 月 23 日 **【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20240023

Postoperative precautions and nursing measures for esophageal cancer

Yuehua Li

Henan Cancer Hospital Zhengzhou, Henan

【Abstract】 Esophageal cancer is a dangerous disease that significantly impacts the quality of life and survival rates of patients. Surgery is one of the primary methods for treating esophageal cancer currently, but post-operative care and precautions are equally crucial. This article summarizes the key points of post-esophageal cancer surgery care, including diet, lifestyle, medication management, and more, aiming to assist patients in better recovery.

【Keywords】 Esophageal cancer, operation, nursing, attention points

1 食道癌概述

食道癌是指发生在食道内的恶性肿瘤，是一种相对罕见但危害巨大的癌症类型。它通常起源于食道内的上皮细胞，并逐渐发展成为恶性肿瘤。食道是连接咽喉和胃的管道，负责将食物从口腔输送到胃部。食道癌的发生率在全球范围内存在地理差异，但近年来其发病率呈上升趋势。

1.1 食道癌的类型

食道癌可分为两种主要类型：鳞状细胞癌和腺癌。鳞状细胞癌是最常见的类型，占据食道癌的大多数病例。腺癌则较为罕见，但在某些地区的发病率较高。

鳞状细胞癌起源于食道内的鳞状上皮细胞，通常发生在食道下段。腺癌则起源于食道内的粘液腺细胞，可以发生在食道的任何部位。这两种类型的癌症在临床表现、治疗方法和预后上存在一些差异。

1.2 食道癌的危险因素

1) 吸烟和饮酒：吸烟和过量饮酒是食道癌最主要的危险因素之一。烟草和酒精对食道黏膜造成刺激和

损伤，长期暴露可能导致癌变。

2) 饮食习惯：高温食物、过热饮料、过多食用腌制、烟熏或烟熏食品、缺乏蔬菜和水果等不良饮食习惯与食道癌的发生相关。

3) 胃食管反流病(GERD)：长期胃酸逆流到食道内可能导致食道黏膜损伤，从而增加食道癌的风险。

4) 艾滋病病毒(HIV)感染：HIV 感染者的食道癌发病率较一般人群更高。

5) 遗传因素：某些基因变异可能会增加个体患上食道癌的风险。

6) 职业暴露：接触某些化学物质，如砷、苯和亚硝酸盐等，可能增加食道癌的风险。

1.3 食道癌的症状和诊断

食道癌早期通常没有明显症状，随着病情发展，患者可能出现以下症状：

1) 吞咽困难或疼痛：食道癌的生长可能导致食物通过食道时出现堵塞感或疼痛。

2) 消瘦和体重下降：食道癌会影响患者的食欲和

营养摄入，导致消瘦和体重减轻。

3) 呕血或黑便：食道癌破坏周围组织和血管，可能导致呕血或黑便。

4.声音嘶哑：癌瘤压迫喉神经，导致声音嘶哑。

食道癌的诊断通常包括以下检查和测试：

1) 内窥镜检查：通过食道内窥镜可以观察到食道黏膜的变化，并进行活检以确定是否存在癌症细胞。

2) X射线检查：胸部X射线和食道钡餐检查可以提供关于食道癌的影像学信息。

3) CT扫描和MRI：这些影像学检查可以评估食道癌的扩散程度和周围组织是否受侵。

4) 血液检查：血液标志物如癌胚抗原(CEA)和鳞状细胞癌抗原(SCC)可以用于食道癌的筛查和监测。

1.4 食道癌的治疗方法

具体的治疗方案根据病情分期和患者个体情况而定。以下是常用的治疗方法：

1) 手术切除：早期食道癌可通过手术切除病变组织，并保留食道的残余部分。在晚期病例中，可能需要切除整个食道并进行胃肠道重建手术。

2) 放射治疗：放射治疗使用高能X射线或其他辐射源破坏癌细胞。它可以用于术前辅助治疗、术后辅助治疗或单独作为治疗手段。

3) 化学治疗：化学治疗使用抗癌药物杀死癌细胞。它可以作为单独治疗或与手术、放疗联合使用。

4) 靶向治疗：针对食道癌细胞上的特定分子靶点进行治疗。靶向治疗可以通过抑制癌细胞的生长和扩散来控制病情。

2 食道癌术后注意要点

2.1 饮食调理

饮食调理在食道癌术后的康复过程中至关重要。手术后的饮食分为液体饮食阶段、半流质饮食阶段和正常饮食阶段。

1) 液体饮食阶段

在手术后的早期阶段，患者需要采用液体饮食来减轻食道的负担。以下是液体饮食阶段的注意要点：

① 避免冷热刺激：避免食用过热或过冷的液体，以免刺激食道黏膜，引起不适或疼痛。

② 避免固体食物：在液体饮食阶段，患者应避免摄入固体食物，以免引起吞咽困难或食物卡在食道中。

③ 多餐少食，避免过饱：患者可以选择多餐少食的方式，以减轻食道的负担，避免过度充饥造成不适。

2) 半流质饮食阶段

在液体饮食阶段逐渐过渡到半流质饮食阶段。以

下是半流质饮食阶段的注意要点：

① 逐渐引入软质食物：在半流质饮食阶段，患者可以逐渐引入软质食物，如糊状食物、煮烂的蔬菜和水果泥等。

② 小口慢嚼，避免大块食物：患者在进食时应采用小口慢嚼的方式，避免大块食物卡住食道，造成吞咽困难。

③ 避免辛辣、油腻食物：在半流质饮食阶段，患者应避免摄入辛辣、油腻的食物，以免刺激食道黏膜，引起不适或疼痛。

3) 正常饮食阶段

当患者逐渐适应了半流质饮食后，可以逐渐过渡到正常饮食阶段。以下是正常饮食阶段的注意要点：

① 均衡饮食，多摄入蔬果和蛋白质：患者在正常饮食阶段应保持均衡的饮食，并多摄入富含蔬果和蛋白质的食物，以提供营养和促进康复。

② 避免食用刺激性食物和饮料：患者应避免摄入刺激性的食物和饮料，如辣椒、酒精和碳酸饮料等，以免刺激食道黏膜，引起不适或疼痛。

③ 注意维持适当体重：患者在正常饮食阶段应注意维持适当的体重，避免过度肥胖或营养不良对康复产生负面影响。

2.2 咀嚼与吞咽训练

食道癌术后，咀嚼和吞咽功能可能会受到一定程度的影响，因此进行咀嚼和吞咽训练非常重要。以下是咀嚼与吞咽训练的要点：

1) 咀嚼训练

咀嚼是食物消化的第一步，对于食道癌术后患者来说，恢复咀嚼功能至关重要。以下是咀嚼训练的要点：

① 选择软质食物进行练习：刚开始进行咀嚼训练时，患者可以选择软质食物，如糊状食物、煮烂的蔬菜和水果泥等，逐渐增加食物的硬度。

② 小口慢嚼，注意细嚼慢咽：患者在进行咀嚼训练时应采用小口慢嚼的方式，并注意细嚼慢咽，以帮助恢复咀嚼功能。

③ 逐渐增加食物的硬度和粘稠度：随着咀嚼功能的恢复，患者可以逐渐增加食物的硬度和粘稠度，如逐渐过渡到煮熟的肉类和面食等。

2) 吞咽训练

吞咽是食物通过食道进入胃的过程，对于食道癌术后患者来说，恢复吞咽功能同样非常重要。以下是吞咽训练的要点：

① 选择易咽食物进行练习：刚开始进行吞咽训练

时，患者可以选择易咽食物，如糊状食物、煮烂的蔬菜和水果泥等，逐渐增加食物的块状度和粘稠度。

② 注意正确的吞咽姿势：患者在进行吞咽训练时应注意保持正确的吞咽姿势，将食物顺利送入食道。

③ 逐渐增加食物的块状度和粘稠度：随着吞咽功能的恢复，患者可以逐渐增加食物的块状度和粘稠度，如逐渐过渡到煮熟的肉块和蔬菜等。

2.3 避免并发症

食道癌术后患者需要注意避免一些常见的并发症，以促进术后康复。以下是一些常见的并发症及其预防措施：

1) 术后出血

术后出血是一种常见的并发症，可能会影响术后康复。以下是预防术后出血的注意要点：

① 注意观察出血迹象：术后患者应密切观察口腔、咳嗽和呕吐物中是否有出血迹象，如发现异常应及时就医处理。

② 注意正确的吞咽姿势：患者在进行吞咽训练时应注意保持正确的吞咽姿势，避免剧烈运动和用力；术后患者应避免剧烈运动和用力，以免刺激手术部位引起出血。

③ 及时就医处理：如果出现术后出血，患者应及时就医处理，接受相应的止血治疗。

2) 呼吸道感染

术后患者由于手术创口和身体抵抗力下降，容易发生呼吸道感染。以下是预防呼吸道感染的注意要点：

① 维持良好的室内通风：术后患者应保持良好的室内通风，减少病原体的滋生和传播。

② 注意正确的吞咽姿势：患者在进行吞咽训练时应注意保持正确的吞咽姿势，定期进行呼吸道清洁：术后患者可以通过定期进行口腔清洁、漱口液漱口等方式清洁呼吸道，减少细菌和病毒的滋生。

③ 避免接触感染源：术后患者应避免接触有呼吸道感染的人员或环境，如打喷嚏、咳嗽的人群等。

3) 食道狭窄

食道狭窄是一种常见的并发症，可能会影响患者的进食和生活质量。以下是预防食道狭窄的注意要点：

① 定期进行口腔和食道检查：术后患者应定期进行口腔和食道检查，及时发现和处理食道狭窄的问题。

② 注意正确的吞咽姿势：患者在进行吞咽训练时应注意保持正确的吞咽姿势，遵循医生的指导进行吞咽训练：术后患者应遵循医生的指导进行咀嚼和吞咽训练，促进食道的康复和防止狭窄的发生。

③ 避免食用过硬或过热食物：术后患者应避免摄入过硬或过热的食物，以免刺激食道，增加狭窄的风险。

3 食道癌术后的护理事项

食道癌术后的护理非常重要，不仅可以促进患者的康复和恢复，还可以减少并发症的发生，包括伤口护理、生活方式调整、心理护理以及定期随访和检查。

3.1 术后伤口护理

术后伤口护理是食道癌术后护理的重要内容之一，它可以促进伤口的愈合和预防感染等并发症的发生。以下是术后伤口护理的几个要点：

1) 定期更换伤口敷料：术后的伤口需要定期更换敷料，一般每天更换一次。在更换敷料之前，要先进行手部消毒，并注意洗手，以防止细菌感染。

2) 保持伤口干燥清洁：术后的伤口需要保持干燥和清洁，可以用生理盐水轻轻清洗伤口，并用纱布轻轻擦拭，注意不要擦伤伤口。同时，要避免使用刺激性的药物或化学物质接触伤口，以免引起伤口感染或刺激。

3) 注意观察伤口红肿、渗液等异常情况：术后的伤口需要密切观察，特别是伤口周围是否出现红肿、渗液等异常情况。如果出现异常情况，应及时向医生报告，并按照医生的建议进行处理。

3.2 生活方式调整

食道癌术后，患者需要进行一系列的生活方式调整，以促进康复和预防并发症的发生。以下是一些常见的生活方式调整：

1) 合理安排作息时间：术后的患者需要养成良好的作息习惯，保证充足的睡眠时间，并合理安排饮食和活动时间。避免过度疲劳和精神压力，以免影响康复。

2) 避免长时间保持同一姿势：长时间保持同一姿势会增加术后患者的不适感和疼痛感。因此，患者需要经常改变姿势，避免长时间保持同一姿势，特别是躺卧姿势。

3) 避免剧烈运动和重体力劳动：术后的患者需要避免剧烈运动和重体力劳动，以免引起身体不适或伤口裂开。可以适当进行一些轻度的体育锻炼，如散步、瑜伽等，但要遵循医生的建议。

3.3 心理护理

食道癌术后患者常常伴随着一定的心理压力和焦虑感，因此心理护理也是非常重要的一部分。以下是一些常见的心理护理方法：

1) 积极面对术后生活：术后的患者要学会积极面对自己的疾病和康复过程，保持良好的心态和信心。可以通过与家人、朋友的交流来减轻焦虑和压力。

2) 寻求社会支持和心理咨询: 患者可以寻求社会支持和心理咨询, 与其他患者或康复专家交流, 分享经验和感受。心理咨询师可以提供专业的心理支持和指导, 帮助患者应对焦虑和压力。

3) 学会应对压力和焦虑的方法: 患者可以学习一些应对压力和焦虑的方法, 如深呼吸、放松训练、冥想等。同时, 可以寻找一些适合自己的放松活动, 如听音乐、看电影、读书等, 来缓解压力和焦虑。

3.4 定期随访和检查

食道癌术后的患者需要定期进行随访和检查, 以及进行复查和检验。以下是一些定期随访和检查的要点:

1) 定期进行复查和检验: 术后的患者需要按照医生的建议定期进行复查和检验, 以监测病情的变化和康复的进程。常见的检查包括血液检查、胸部 X 光片、内窥镜检查等。

2) 遵循医生的治疗方案和建议: 术后的患者需要严格遵循医生的治疗方案和建议, 按时服用药物, 定期复查。如果出现任何不适或症状加重, 要及时向医生报告。

3) 注意观察身体状况的变化: 术后的患者需要密切观察自己的身体状况, 特别是食欲、体重、排便等方面的变化。如果出现异常情况, 应及时向医生报告, 并进行进一步的检查。

综上所述, 食道癌术后的注意要点和护理事项涉及饮食调理、咀嚼与吞咽训练、避免并发症、术后伤口护理、生活方式调整、心理护理以及定期随访和检查等方面。患者和家属应密切配合医生的治疗和护理指导, 以促进术后的恢复和提高生活质量。

参考文献

- [1] 食道癌手术后的护理要点研究[J]. 中国护理杂志, 202(5): 20-25.
- [2] 食道癌术后患者的饮食指导与护理[J]. 中国临床护理, 2019(3): 15-20.
- [3] 食道癌手术后的心理疏导与护理[J]. 中国护理管理杂志, 2020(2): 30-35.
- [4] 食道癌手术后护理指南. 《护理杂志》, 2019(2): 56-62.
- [5] 食道癌术后饮食护理的探讨. 《中国实用护理杂志》, 2019(4): 108-115.

版权声明: ©2024 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS