

頭頸癌術後職能治療

■ 簡介

頭頸部腫瘤的治療方式依據病人的個別病況而定，治療方法因腫瘤部位、期別、病人年齡與身體狀況而有所不同，每種治療的主要目的是根除腫瘤，相對的在治療後也隱藏了許多後遺症，尤其許多口腔癌病患在治療前口腔黏膜已經纖維化，因此有口張不開的狀況，多數人期待術後可馬上解決張口問題，實際上癌症治療手術後仍需積極進行復健治療，才能漸進式的幫助功能恢復。

■ 術後常見問題

- 嘴部功能及牙關緊閉問題
- 肩膀與頸部活動受限
- 術後傷口照護問題
- 整體耐力不足
- 心理焦慮壓力問題

■ 頭頸癌術後1~14天

- 注意術後傷口狀況
- 避免執行頸部動作以及張嘴運動
- 於床上執行下肢主動關節動作，例如：雙側下肢抬腿運動、雙側腳踝上下左右與旋轉運動



■頭頸癌術後14天後

- 漸進式且緩慢執行頸部主動關節活動，包含點頭、抬頭、看左側、看右側。
- 漸進式且緩慢執行張嘴運動。
- 上肢肢體主動關節活動，如雙手向外伸直往前及往後繞圓。
- 行走與爬樓梯訓練(依個別體能狀況或由醫師與治療師指示運動強度)。
- 尋求復健科協助並且至復健科使用量身訂做之張口器執行嘴部開合運動。

■注意事項

- 切忌於手術部位與傷口處使用熱敷、推拿與按摩等活動。
- 運動勿過量，運動劑量因人而異，如有任何問題請與職能治療師討論。

諮詢電話：(02)2737-2181 分機 1241 轉 25

制訂單位/日期：復健醫學部職能治療組/1140415

F-4200-CA-003

