

# 食管癌患者健康教育处方

姓名： 性别： 年龄： 诊断：

**食管癌**是常见的消化道恶性肿瘤之一。食管癌的主要症状包括胸骨后不适、有烧灼感及针刺感或牵拉样痛，打嗝、进食疼痛、吞咽困难等。

食管癌的危险因素主要包括：吃饭过快，常吃粗糙、过硬、过热的食物以及腌制、霉变食物等，缺乏维生素和微量元素，吸烟，长期大量饮酒，超重、肥胖，患贲门失弛缓症、胃食管反流病等慢性食管疾病，以及遗传因素，等等。

采取健康生活方式，积极治疗和康复训练，有助于改善生活质量。

## 健康指导建议(请关注“□”中打“√”条目)

### ●健康生活方式

- 不吸烟(吸烟者戒烟)。
- 避免接触二手烟。
- 不饮酒。
- 食物多样，多吃新鲜蔬菜、水果、奶类、豆制品，适量吃鱼、禽、蛋、瘦肉。
- 不吃过冷、过热、过硬食物，少吃油炸、辛辣食物。
- 不吃霉变食物，少吃烟熏和腌制肉制品。
- 细嚼慢咽，少食多餐，饭后漱口，防止残存食物引起食管黏膜水肿或感染。
- 避免过度疲劳，保证睡眠充足。
- 身体状况允许时可在医生指导下进行适量运动，以不引起劳累和不适为宜。
- 保持心情舒畅，情绪稳定，减轻精神压力。

### ●治疗与康复

- 需要长期药物治疗者严格按照医嘱服药，口服化疗药避免漏服、多服。
- 手术后患者应在医生的指导下进行适当地康复训练，鼓励尽早下床活动。
- 接受治疗期间和治疗后，根据病情和医生建议密切观察血常规、电解质、肝肾功能、肿瘤相关指标变化情况，及其他不良反应，如有异常及时就诊。
- 治疗结束后，患者定期复查，如果出现前胸、后背疼痛，腋下、锁骨上淋巴结肿大，声音嘶哑等情况，要及时到医院复诊。

### ●急症处理

- 如病情加重，尤其是出现下列情况，应尽快到医院就诊：
  - (1) 剧烈呕吐或呕血。
  - (2) 术后患者出现剧烈的持续性咳嗽，或憋气、严重呼吸困难。
  - (3) 晕厥或昏迷。

- (4) 出现严重电解质紊乱(如低血钾、低血钠等)的症状,如乏力、腹胀、心悸、反应迟钝、嗜睡,甚至昏迷等。
- (5) 化疗后出现严重骨髓抑制,如白细胞减少、中性粒细胞减少、血小板减少、贫血等,或伴有发热、呼吸困难、心慌、喘憋、皮肤散在的出血点等症状。
- (6) 其他严重情况。

## 其他指导建议

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

医生 / 指导人员签名：                      咨询电话：                      日期：                      年    月    日

---

### 食管癌患者健康教育处方使用说明

★使用对象:食管癌患者。

★使用方法

1. 本处方不能替代医务人员开具的医疗处方,主要用于患者健康生活方式指导。
2. 医务人员应结合患者的病情、健康危险因素等,提供有针对性的健康指导。