觀看本系列的第一部分，瞭解什麼是放射治療。

**第二部分：認識放射治療**

一個給患者和照護者的衛教影片

**接受放射治療後會發生什麼？**

如果您接受的是體外放射治療，您在治療後不會帶有放射線。 與其他人接觸是安全的，包括孕婦和兒童。

如果您接受的是體內放射治療（或近距離放射治療），放置在您體內的裝置可能會在您體外產生少量的放射線。 您的治療小組會提供治療後您可能需要遵循的預防措施。

根據您癌症的位置和您接受哪種形式的放射治療，您可能會出現副作用。 最常見的是疲倦和感到筋疲力竭；以及在您接受治療部位出現症狀，如皮膚乾燥、刺激和毛髮脫落。 由於癌細胞在放射治療結束後數周或數月內會持續死亡，這些副作用可能隨著治療的進行而增加，或在治療結束後仍然存在。 大多數副作用應逐漸消失，但在此期間，請與您的治療團隊談談您的感受，因為他們可以幫助您有效地控制這些副作用。

您可能會注意到身體外型的變化或性慾的下降。 根據您治療的身體部位，可能會建議您在治療期間避免發生性行為 — 所以最好先向您的醫生確認一下。 觸摸、擁抱和輕柔的按摩是可以不需要性交而保持親密感的方法。

如果您被告知在治療期間發生性行為是安全的，那麼重要的是要採取避孕措施，以避免懷孕或使人受孕。 有些女性可能會出現陰道乾燥，對此可以使用潤滑劑，例如：KY 潤滑劑，而男性則可能出現勃起功能障礙。 如果這些症狀持續存在或出現新的和非預期中的症狀，請通知您的治療團隊。

**您可以做什麼來幫助復原**

在外出時，您可以做一些額外的事情來保持健康和安全。

* 儘量保持活躍，每天做30 - 60 分鐘的輕微運動，如散步。
* 保持安全的社交距離，或在無法避面人群時戴上醫療口罩。
* 注意您吸入體內的東西。 避免吸菸和塵土飛揚的建築工地，因為這會讓您增加呼吸道感染的風險。

保持良好的手部衛生可以大幅減少病菌。 在下列情況中洗手或使用手部消毒液：

* 如廁後
* 在備餐、用餐或服藥之前或之後
* 在打噴嚏、咳嗽或擤鼻涕後
* 觸碰物體、寵物或其他人後

跟您的專科醫生討論您需要什麼疫苗，如可以為您提供額外保護的流感疫苗。

雖然您可能會出現食慾下降，但重要的是應選擇有助於恢復體力的食物。 您還需要保持充足的水分，除非醫生限制您的水分攝取量，每天應攝取至少 2 公升不含咖啡因的液體。 定期少量多餐，簡單的食物比什麼都不吃好。

**何時該尋求幫助**

當一些症狀出現時，您應該即刻去急診室尋求幫助。這些包括：

* 呼吸困難
* 無法控制出血；或
* 服用的處方藥物無法有效控制疼痛

若您開始出現任何其他症狀，您應該與治療小組或值班護士討論，這些症狀可能包括但不限於：

* 體溫達到 38°C 或以上
* 發冷、冒汗、哆嗦或顫抖
* 噁心、嘔吐或腹瀉
* 頭痛、頭暈或視力模糊
* 感到更困惑
* 喉嚨痛、咳嗽或感冒
* 口腔潰瘍
* 皮膚刺激；或
* 排尿時疼痛或帶血

最後，如果您對您的治療感到不知所措或感到情緒激動，請與您的治療團隊討論，他們可以推薦可用的幫助。