

肺癌患者健康教育处方

姓名： 性别： 年龄： 诊断：

肺癌是目前我国常见的恶性肿瘤之一，主要症状为咳嗽、咯血、胸痛、憋气等，有时也表现为头痛、头晕、骨痛等。部分患者无明显症状。

肺癌的主要危险因素包括吸烟、被动吸烟，空气污染（包括厨房油烟、装修材料污染等室内空气污染），长期吸入石棉、石英粉等，患慢性支气管炎、肺结核等呼吸系统疾病，以及有肺癌家族史等。

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。
- 烧柴草、煤炭、木炭做饭时，应注意通风；通风条件不好时需改善排烟设施。
- 接触粉尘、烟雾及刺激性气体时，应戴口罩等个人防护用品，做好个人防护。
- 雾霾天外出注意戴口罩。
- 注意居室通风，注意保暖，防止受凉，避免呼吸道感染。
- 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。
- 身体状况允许时可在医生指导下进行散步、慢跑等活动，以不引起明显的劳累和呼吸困难为宜。
- 避免过度劳累，保证睡眠充足。
- 保持心情舒畅、情绪稳定，减轻精神压力。

● 治疗与康复

- 严格遵医嘱用药，口服化疗药避免漏服、多服。
- 口服靶向抗肿瘤药物时，不要食用西柚（又名葡萄柚），以免影响药物代谢。
- 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、电解质及肝肾功能情况，及其他不良反应，如有异常情况及时就诊。
- 患者诊断后应长期随诊，根据医生建议定期复查。

● 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) 咯血，尤其是连续咳出鲜血痰。咯血量大时应避免仰卧，防止误吸。
 - (2) 憋气明显加重，尤其是合并发热或限制日常活动时。

- (3) 头痛、头晕,尤其是合并出现恶心、呕吐、走路不稳、失语等症状时。
- (4) 出现意识障碍或昏迷。
- (5) 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。
- (6) 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。
- (7) 发热,尤其是体温高于 38℃。
- (8) 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

肺癌患者健康教育处方使用说明

★使用对象:肺癌患者。

★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。