

# 放射治療副作用的護理： Care of Radiation Therapy Side Effects: 鹽水敷壓 **Saline Compresses**

## 為何需要用鹽水敷壓？ Why do I need to use saline compresses?

鹽水敷壓能有助舒緩受刺激和感酸痛的皮膚，有清潔、舒緩不適和降低發炎機會的作用，敷壓後您會感到舒服一點。

## 在哪裡可以買到生理鹽水？ Where can I get normal saline solution?

您可以在藥房買到生理鹽水，也可以自行調製。

### 鹽水配方：Recipe for Saline:

1. 燒滾一公升 (4 杯) 的水，離火。
2. 在開水加入 5-7.5 毫升(1.5-2 茶匙)的餐桌鹽，拌至溶解。
3. 將溶液倒進一個清潔的一公升 (4 杯)容器內。
4. 蓋上蓋子，讓它在 室溫 下冷卻。
5. 每天晚上弄一瓶新的鹽水。

### 鹽水敷壓：Saline Compresses:

1. 用肥皂和清水徹底清潔雙手。
2. 在一個乾淨的碗放入紗布或一條清潔的面巾。
3. 用室溫的鹽水溶液浸蓋紗布或清潔的面巾。**切勿使用熱的鹽水溶液。**
4. 將濕的紗布或清潔面巾敷在皮膚患處 10-15 分鐘。若紗布或面巾開始變乾，可以再將之弄濕。
5. 將用過的紗布棄掉。
6. 輕輕抹乾周圍的皮膚。
7. 每天重複做\_\_\_\_次。

註：

---

---