



口腔和咽喉癌诊断后



口腔癌或和咽喉癌是指起源于口腔的癌症。于咽部（咽喉中部）始发的癌症称为口咽癌。口腔和口咽部帮助您呼吸、说话、进食、咀嚼和吞咽。如果您被告知患有这几种癌之一，您可能已经接受过检测、X光检查、扫描和活检（提取一些组织来检查是否存在癌症的一种检查方法）。还可能已经对癌细胞进行了其他测试，以检查某些蛋白质和称为生物标志物的基因变化。您可能还需要进行其他手术，以确定癌症是否已经扩散。这些检查有助于医生了解您患的是哪种类型的癌、癌症处于哪个阶段以及哪种治疗方法可能对您有帮助。

口腔和咽喉癌的治疗

治疗方法取决于您所患癌症的类型及其所处的阶段。您的治疗方案还取决于癌细胞检测结果、您的健康状况以及您的个人偏好。

手术通常是治疗这些癌症的首选方法。手术可用于切除肿瘤及周围部分健康组织。若舌头、咽喉、声带或下颌骨的全部或部分需要切除，手术可能更为复杂。如果必要，可能还需要拔除部分牙齿。通过手术还可切除颈部淋巴结，以确定癌症是否已扩散至这些部位。

这些类型的癌症其他治疗方法包括放疗、化疗、靶向治疗或免疫疗法。很多情况下，患者需要不止一种类型的治疗。有几种治疗方法可以帮助预防或缓解口腔和咽喉癌的症状。有时，这些药物会与其他疗法一起使用。医生会帮助您决定哪种治疗方法最适合您。

请务必询问：

- 我患有哪种类型的癌症？
- 我的癌症处于哪个阶段，这意味着什么？
- 是否针对我的癌症测试了人乳头瘤病毒（HPV）？
- 治疗的目标是什么？
- 您认为哪种方法最适合我？
- 我需要手术吗？如果需要，切除多少？
- 手术后我的外貌会是什么样子？
- 手术后我说话或吃东西是否会有问题？
- 我是否还需要其他类型的治疗？
- 治疗前我是否应该去看牙医？

治疗前和治疗期间的注意事项

癌症医护团队会向您解释治疗计划。该团队可能包括不同的医生、护士和其他医护人员，具体取决于您需要的治疗类型。例如，如果您需要接受手术，您的外科医生会向您说明手术的具体流程以及将要切除的组织或器官。医生会与您共同制定术后医护计划，包括可能需要的特殊设备或康复治疗方​​案。如果您需要其他类型的疗法，癌症医护团队会向您解释如何进行治​​疗，帮助您做好准备，随时了解您的治疗情况，并帮助您应对任何副作用。您可能在特定时间做其他检查，以了解治疗效果。如果预计您会出现牙齿或进食方面的问题，您的医疗团队将向您解释可以采取的帮助措施。

并非每个接受口腔和咽喉癌治疗的患者都有相同的副作用。例如，一个人可能因放疗引起的刺激而出现进食或吞咽困难。如果需要多种类型的治疗，有时副作用会恶化。接受相同治疗的人可能会有不同的副作用。

请务必询问：

- 我可能会有哪些副作用，我该怎么办？
- 我们如何知道治疗是否有效？
- 我多长时间接受一次治疗？治疗将持续多久？
- 我去哪里接受治疗？我能自己开车吗？
- 如果我进食和吞咽困难，有哪些缓解措施？
- 我还能继续从事平时的活动吗，比如工作和锻炼？
- 有没有适合我的临床试验？

治疗后的注意事项

治疗后，请向癌症医生索取治疗总结和后续复诊计划。这就是所谓的生存期医护计划。您的癌症医生会与您的家庭医生或主治医生合作，帮助控制治疗副作用并检查您的总体健康状况。您将定期接受检查，以确定癌症是否复发，或者身体的其他部位是否出现了新的癌症。

手术和其他治疗后，您的身体可能会发生变化。它们可能会改变您进食、咀嚼或吞咽的方式，这可能对您的身体产生不同影响。请务必询问医生您会有哪些状况，如果您有任何问题，请告知医生。如果您在进食和摄入足够营养方面遇到困难，建议您在治疗恢复期间继续与牙医或营养师合作。

患过口腔或咽喉癌的人有可能再次患上口腔、咽喉癌或某些其他类型的癌症。即使您在结束治疗后感觉良好，也要向您的癌症医护团队询问定期复查的时间安排，以检查您的癌症是否复发。

对于某些患者，癌症可能不会完全消失。这些患者可能会继续接受治疗，并且仍然需要进行测试以查看治疗效果。

请务必询问：

- 我在哪里可以获得我的治疗总结和后续复诊计划的副本？
- 我需要多久见一次癌症医护团队？
- 我应该何时以及如何联系他们？
- 我是否需要做检查来查看我的癌症是否复发，或者检查我的治疗是否出现问题？
- 我是否需要任何筛查测试，如乳房 X 光检查或结肠镜检查，以及早发现其他癌症？
- 我是否应该注意治疗的晚期或长期副作用？
- 治疗后在哪里可以找到我的病历？

保持健康

如果任何治疗副作用没有消失或出现任何新症状，一定要告诉医生或癌症医护团队。

在治疗期间和治疗后，您可以采取一些措施来保持身体健康。不吸烟、不饮酒可以帮助降低胃癌恶化或复发的几率。对于一些人来说，保持健康体重和均衡饮食可能较为困难。请确保您按时参加所有预约的看诊，并告知您的癌症治疗团队体重或进食方面是否有任何变化。坚持运动也有助于保持健康，并可降低患其他癌症的风险。

控制情绪

患上口腔和咽喉癌可能会让您感到恐惧、悲伤或紧张。有这些感觉是正常的，有一些方法可以帮助您应对这些感受。

- 不要试图独自处理您的感受。不管是什么感受，都要说出来。
- 偶尔感到悲伤或沮丧没问题，但如果您的这种情绪超过几天，请告知您的癌症医护团队。
- 如果您的医生说没问题，请继续做您喜欢的事情，例如在户外活动、看电影或参加体育赛事或外出就餐。
- 在烹饪和清洁等工作上寻求帮助。

您可能需要向朋友、家人、宗教领袖或团体寻求帮助。心理咨询也会有所帮助。有些人认为与有同样经历的人交谈会有所帮助。支持小组可以提供这一点。请告诉您的癌症医护团队您的感受。他们可以帮助您找到合适的支持。



如需更多信息和支持，请访问美国癌症协会网站 cancer.org/chinese 或致电 1-800-227-2345 联系我们。我们随时为您提供帮助。