

癌症飲食



阮綜合醫院
阮綜合醫療社團法人
YUAN'S GENERAL HOSPITAL

2017/11 製訂

2020/11 修訂第二版

2021/11 修訂第三版

◆ 目的

本飲食以提供適當飲食處置為主，提升癌症患者對治療的接受能力，減輕過程中所引起之副作用及營養不良等併發症



◆ 適用對象

化學、放射治療或外科手術等治療之癌病患者

◆ 飲食原則

1. 少量多餐
2. 飲食均衡，維持足夠的營養及適度活動，以保持體重，增強抵抗力
3. 癌症治療會有不同的副作用，依症狀的不同，調整飲食或供應方式，增加病人進食量
4. 不可聽信偏方，避免營養不良

◆ 常見副作用及飲食處置

1. 症狀:食慾不振

- 少量多餐，可隨時進食，優先選擇高營養濃度或喜愛的食物
- 鼓勵在身體較舒適時多攝食，例如：接受化療前或兩次治療之間
- 可於用餐前使用控制症狀的藥物（例如：止痛藥或止吐藥物）

2. 症狀:味覺或嗅覺改變

- 利用調味料、香辛料增加食物風味，如：八角、檸檬、羅勒等

3. 症狀:口乾

- 選用質地較軟或細碎的食物，方便吞嚥
- 食物拌入湯汁或芎芡，如：海鮮燴飯；湯麵類
- 無需限水者，建議每日攝取 1500-2000c.c 水份

4. 症狀:黏膜發炎、口腔疼痛

- 選較冰涼的食物，且避免粗糙、生硬、醃漬、太酸或太黏的食物
- 進餐前服用止痛藥，可減緩進食不適感
- 選擇質地軟嫩、細碎的食物，例:布丁、豆花
- 避免刺激性食物，例:酒精性飲料、辣椒醬

5. 症狀:吞嚥困難

- 將食物煮軟或加入醬汁/湯汁，易於吞嚥
- 增加食物粘稠性，如：果膠、麵粉澱粉、玉米粉、樹薯粉、商業增稠劑、蔬菜泥、
嬰兒米粉等