

中醫

# 腫瘤患者 飲食調理



中醫科 製作

諮詢專線：(04)7113456#8228

讚美專線：0809-055215

住址：彰化市中山路一段366號

服務專線：04-7113456



彰化基督教醫療財團法人

漢銘基督教醫院

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION  
HANMING CHRISTIAN HOSPITAL

制定日期：2021年05月

修訂日期：2023年08月(二版)

51500-單張-中文-603-02

腫瘤治療過程中，輔以中醫飲食調理，可以減輕患者治療中的痛苦及合併症，改善身體不通，進而提昇生活品質。

由於癌症患者常呈現消瘦、倦怠、乏力及容易外感等虛證，飲食以提昇正氣並注意脾胃調養為主。



## 手術前、後飲食

- 1.手術前：**補充營養豐富的食物及充足的水份。增加適量的瘦肉、雞蛋、藕粉及新鮮水果、蔬菜等，加速傷口癒合，減少手術併發症。
- 2.手術後：**患者手術後因氣血兩虛，脾胃不振，體力不足是常見的症狀。
  - (1) 飲食以清淡少油為主，補充高蛋白、高維生素、鉀、鐵等食物，如瘦肉、蛋、奶類、胡蘿蔔、菠菜、洋蔥、柳丁、檸檬、蘋果、棗子等。
  - (2) 術後應避免傷口發炎，暫時禁服羊肉、蔥、蒜、香菜、辣椒、韭菜、帶殼類海鮮等食材，待體質有所恢復，再根據具體情況選用。

## 3.養生膳食

### 養生鱸魚湯

功用：補充足夠的蛋白質，促進手術後傷口恢復。

### 粉光蔘雞湯

作用：手術、化療後增強體力，補充元氣。

禁忌：急性感染，感冒咽喉腫痛。

### 人蔘茯苓粥

作用：補充元氣、調和脾胃。

禁忌：急性感染，感冒咽喉腫痛。

## 化學治療

化學治療會造成癌症病患的血球數減少，降低免疫功能，並引發掉髮、噁心嘔吐、食慾不振、腹瀉等消化功能障礙，或造成其他器官功能障礙等副作用。

中醫調理可以健脾理氣、和胃降逆、益氣養陰、滋補肝腎等方式來治療。

## 1. 飲食衛教

- (1) 宜吃溫和、清淡及易消化的食物，避免食用味道太濃、太強烈、太油膩、太甜及烤炸辣的食物，多用健脾理氣、和胃降逆之品，如魚肉、蘋果、甘蔗汁、檸檬汁等，或可用適量生薑作為調味品加入菜餚中。
- (2) 如出現紅血球、白血球及血小板數目減少者，可用益氣養血、補骨生髓之品，如紅棗、瘦肉、牛奶、雞蛋、胡桃仁、龍眼肉、菠菜、白木耳、枸杞子等改善之。



## 2. 茶飲參考

### 生薑調胃茶

功用：調和脾胃，改善噁心嘔吐。  
其他：曾嚴重嘔吐不適者，建議化療前三日由中醫師診療後開始服用中藥，以減緩可能產生的腸胃不適。

## 放射線治療

放療會破壞唾液腺，使口水分泌減少，造成口腔潰破、口乾舌燥等問題，另外放療也會造成照射部位組織受損發熱、纖維化或皮膚損傷等，導致病患張口困難，或肌肉僵硬，甚至萎縮。病患在接受放療前後，服用一些滋陰清熱、益氣生津、修補黏膜類的中藥，可以改善病患口乾的症狀，亦能促進口腔黏膜癒合、減少組織受損發熱的情形。

### 1. 飲食衛教

- (1) 採清淡滋潤、甘寒生津、解毒消腫的食物，如梨汁、藕汁、甘蔗汁、荸薺、白木耳、山藥等。
- (2) 忌食辛辣熱燥刺激性食物。

### 2. 茶飲參考

### 麥冬生津茶

功用/ 清熱、滋陰、生津，改善口乾舌燥嘴破。  
其他/ 針對嚴重口瘡者，建議針對體質由中醫師診療後服用中藥，可以加速療效。

以上茶飲或藥膳，可諮詢專業中醫師根據個人體質調整適合劑量並加減用藥。

### 自我評量 (是非題)

- ( ) 1. 化療如出現紅血球、白血球及血小板數目減少者，多用益氣養血、補骨生髓之品。
- ( ) 2. 放療後宜採清淡滋潤、甘寒生津、解毒消腫的食物，忌食辛辣熱燥刺激性食物。

參考資料：

彰基中醫部(2020)·中醫腫瘤患者飲食調理(第五版)·衛教單張。

題號	1	2
解答	0	0