

癌症飲食 指導單



疾病管理中心 營養組製作
諮詢專線：(04)7113456#8006、8007
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：2019年11月
修訂日期：2023年10月(二版)
51760-單張-中文-008-02

一、目的

1. 預防體重減輕或避免體重減輕過多。
2. 修補因治療所產生的損傷，促進新組織的建造。
3. 增加患者對各種治療的接受能力，及對感染的抵抗力。
4. 減輕治療引起之副作用及預防因營養不良引起的併發症。

二、適用對象

診斷確定並採用化學治療、放射或外科手術等治療之癌症患者。

三、治療飲食原則

1. 注意飲食的均衡，維持良好的營養及各種保健活動，以保持體重，增強抵抗力。
2. 若食慾不佳建議少量多餐(每天3~6餐)，攝取高生物價蛋白質(豆、魚、肉、蛋、奶類)，增加營養素攝取。
3. 治療期間避免食用生食，選擇煮熟食物、新鮮去皮水果或殺菌罐裝果汁以避免感染。
4. 因攝取量不足，造成體重嚴重減輕者，建議可選擇營養品的補充。

5. 遵照醫師或營養師指示補充適量的維生素或礦物質。
6. 定期回醫院作追蹤檢查，如有病痛或營養問題，應立刻請教醫師或營養師，以免延誤。
7. 不可聽信偏方而造成飲食不當，引起營養不良。

四、預防飲食原則

1. 採用均衡營養的飲食，維持適當體重。
2. 增加高纖維食物的攝取，如水果、蔬菜、全穀類及乾豆類。
3. 多攝食含維生素A或胡蘿蔔素豐富的食物，如深綠色、深黃色之蔬菜、水果。
4. 多攝食含維生素C的食物，如蕃石榴、柑橘類、木瓜、新鮮綠色蔬菜。
5. 油脂避免高溫油炸及反覆多次使用。
6. 多選擇新鮮及天然食物，少食用鹽醃、煙燻、碳烤的食物。
7. 避免太燙或較刺激性的食物。
8. 如飲酒，應適量。