

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：2025年10月(三版)
51760-單張-中文-008-03

一、適用對象

診斷確定並採用化學治療、放射治療之個案。

二、營養治療重要性

- 1.治療期間預防體重減輕或避免體重減輕過多。 $\ast$ 理想體重(公斤)=身高的平方(公尺) $\times 22$ 。
- 2.修補因治療所產生的損傷，促進新組織的建造。
- 3.增加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。

三、癌症治療飲食原則

1.食慾不振

- ◎少量多餐，依進食狀況及需求調整餐次，必要時可增加至6-8餐/天。
- ◎添加高蛋白、高熱量的點心，飲品必要時則依評估補充營養補充品。

2.噁心、嘔吐

- ◎避免太燙、太油膩、太甜、太辣等味道太強烈食物。

- ◎液體於飯前30-60分鐘飲用。

3.免疫力降低

- ◎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.口腔潰瘍

- ◎選擇軟質、好吞嚥食物如粥品、瓜果類避免質地堅硬油炸等食物。
- ◎若長期口腔黏膜傷口癒合不佳，可考慮給予含有左旋麩醯胺酸成分的市售營養補充品，須經由醫生及營養師評估指示。

5.味覺改變

- ◎治療期間因味覺改變對於苦味會較敏感，減少使用苦味食材如苦瓜、芥藍。
- ◎善用天然調味料搭配不同食物如檸檬、番茄、洋蔥、青蔥、薑、蒜…等。

- 6.避免服用來路不明偏方或自行飲用草藥而延誤治療時機或影響肝腎功能。