

癌症飲食

一、定義

本飲食是一種預防癌病並配合患者病情及營養需求的飲食。

二、預防癌症的飲食原則

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或胡蘿蔔素豐富的飲食，如深綠色、深黃色之蔬菜、水果。
4. 多攝食富含維生素C蔬果，如蕃石榴、柑橘類、木瓜、新鮮綠葉蔬菜。
5. 避免高脂肪飲食。
6. 食用油避免高溫油炸及反覆多次使用。
7. 多選擇新鮮及自然食物，少食用鹽醃、煙燻、碳烤或加硝製備的食物。
8. 避免食用太燙或較刺激性的食物。
9. 避免吃發霉的食物。
10. 飲酒應限制。

三、癌症治療飲食目的

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。
5. 使病患感覺較舒暢，體力較充沛。

四、癌症治療飲食適用對象

診斷確定並採用化學治療、放射或外科手術等治療之癌病患者。

五、癌症治療飲食一般原則

1. 注意飲食的均衡，維持良好的營養狀況，保持體重，增強抵抗力。
2. 在治療期間，依各人對治療反應程度的不同，隨時作飲食上的調整，以免造成營養不良。
3. 不可聽信偏方。
4. 因攝食量不足，造成體重嚴重減輕時（如減輕量高達平時體重之 2%週，5%/月，7.5%/3 月，10%/半年），則應積極採用管灌或靜脈營養補充。
5. 遵照醫師或營養師指示補充維生素或礦物質。
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。

資料來源：安泰醫院營養科/護理部

.....
護 理 衛 教 簽 收 聯

衛教名稱：癌症飲食

本人（家屬）已接受護理人員提供的上述衛教單張及注意事項說明

此致

安泰醫療社團法人安泰醫院

病人或家屬簽名（章）：_____

衛教成效評核：☐完全接受 ☐部分接受，再次衛教 ☐有待再次衛教

衛教者簽名：_____

中華民國：____年____月____日