



## 臺北市立聯合醫院護理指導 癌症病人手術前後、 化療後和放療後之藥膳食療法



100年04月25日制訂

108年03月21日六修

癌症患者在接受治療過程中，化療後和放療後都有不同的副作用出現，而手術也會造成較大的損害，所以可以善加利用食療的方式，來緩解或儘早恢復副作用的影響。

- 一、**手術前的食療**：以協助手術能順利完成為主要目的。所選用的食品，以扶助元氣、補助氣血的食品為宜，如龍眼、紅棗、蓮心之類。
- 二、**手術後的食療**：以儘早恢復手術後氣血損傷，恢復脾胃功能為主要目的。所選用的食品，以補益氣血，調整脾胃功能的食品為宜，如紅棗、蓮心、白糖糯米粥等等。還要進食理氣健脾，助消化的食材，如木瓜、山楂、金菊等。
- 三、**接受化療後的食療**：前幾日若噁心嘔吐，可以酌服生薑，或以生薑擦舌，飲食以清流飲食為主，並注意多補充水。之後為儘早改善白血球低下的情形，以補益氣血為主，如雞、鴨血湯等，避免生鮮或不熟的食物，可加服幫助消化的食物。
- 四、**接受放療後的食療**：以開胃、增加食慾，滋陰為主，飲食宜清淡、鮮美，如百合、銀耳、甲魚等。

晚期的癌症患者，食療的意義不僅在維持生命，更是生活品質的表現。要破除忌口迷信，只要想吃什麼，就可以吃什麼。多吃高蛋白，高熱量的食物，並且多喝流質的食物。吃東西的時候，不要配飲料（除非有口乾或吞嚥上的問題）。若患者體重已經下降，也不要勉強去增加體重。癌症患者，必須注意均衡飲食，足夠熱量，豐富蛋白質及維生素為飲食原則。當對飲食限制有所疑義，請與醫師討論。坊間有許多的保健食品或是營養補充品，使用前請認明製造單位及衛生主管機關的核可，注意安全與經濟的原則，而且注意可能與藥物間的交互作用。總之盡量以自然安全無虞的食療，來提升癌症患者的身體狀態，以接受後續的治療，希望能對戰勝病魔多加幾分把握！

### 本院住址及諮詢電話

臺北市立聯合醫院林森中醫昆明院區

林森院區：臺北市中山區林森北路530號

電話：02-25916681-1112

中醫中心：臺北市萬華區昆明街100號

電話：02-23887088-3121