

肺癌術後營養飲食原則

➤ 目的

1. 修復因癌症治療而受損的身體組織，促進新組織的生長。
2. 增加身體對各種治療的接受能力及預防感染的抵抗力。
3. 減輕治療後副作用及併發症的產生。
4. 避免患者體重減輕過多，幫助患者更快恢復體力。

➤ 肺癌術後或治療可能產生的營養問題

1. 吞嚥困難（病灶轉移到食道附近的淋巴結而壓迫食道）。
2. 電解質不平衡：高血鈣或低血鈉等，病人會有口渴、昏睡、食慾差及全身無力等現象。
3. 其他：食慾不振、疲倦及體重減輕。

➤ 飲食原則

1. 建議攝取熟食，以免造成腸胃方面感染，並維持均衡飲食。
2. 飲食以清淡、細軟且易消化的食物為主，並隨時留意口腔清潔。
3. 進食以少量多餐為原則，可適時變化烹調方法，但切記避免辛辣、煎、炸、烤、燻、醃等料理，且於進食時宜細嚼慢嚥，以增加食慾及促進腸胃消化。
4. 選擇高營養（高蛋白、高熱量）食物，避免產氣食物：如地瓜、韭菜等。利用改變進食的時間、氣氛或環境來增加食慾，亦可於用餐前一小時建議可適度地進行5至10分鐘的輕度運動（例如：散步），以增加用餐食慾。
5. 不吃或少吃刺激性食品，包括油炸食物。
6. 避免煮食所產生的氣味引發噁心和嘔吐症狀產生。
7. 選擇低油脂肪、低鹽和富含維生素和礦物質的食物。
8. 如果無法進食，必要時可插鼻胃管協助灌食以補充營養，改善營養狀況。依個人營養狀況及病情選擇適當的營養產品，並諮詢營養師提供正確的營養資訊，進行食材的選擇。
9. 避免精緻醣類攝取，如蛋糕、餅乾、含糖飲料等。

營養師：_____ 電話：(02) 2833-2211 分機：2228