



## 放射線治療期間飲食

諮詢電話：03-6889595 轉 3044  
週一～週五 8:00~12:00，13:00~17:00  
電子信箱：hcservice@mmh.org.tw

放射線治療可能產生不同程度的副作用，病人往往會出現食慾不振、體重減輕等現象。一般而言患者本身的努力配合是十分重要，關於放射線治療期間飲食的建議，依據個人狀況有所不同，我們鼓勵癌症患者要「少量多餐」，要多方面攝取各類營養素，才能提供身體在治療期間的特殊需要。原則上，癌症飲食並沒有特殊的禁忌，在蛋白質(蛋白質豐富的食物包括瘦肉、魚、雞蛋與牛奶等)及熱量方面必須適度的增加，因為治療過程中除了會破壞癌細胞之外，也可能傷害到部分正常的身體組織，故需要充足的營養以恢復受損的身體細胞。

建議患者須注意下列幾項原則包括：

1. 飲食是否均衡。
2. 少量多餐。
3. 避免太甜或太油膩的食物(可以減少噁心、嘔吐的不適)。
4. 可將食物切細、煮軟或烹調成半流質的方式(如鹹稀飯、湯麵等)，以方便進食而增加營養素的攝取量。
5. 當自然食物攝取不足時，可考慮使用醫療營養補充品來輔助等。
6. 必要時醫師會與營養師約診做營養諮詢。

### ◎味覺改變時

通常癌症患者對於苦味特別不耐，但對於甜或酸味則接受度較好，故應避免苦味強的食物(如苦瓜、芥菜)。而多使用糖醋的烹調方式。並在進餐前先以稀鹽水漱口，以去除口腔內的異味，並提高味覺的敏感度。

### ◎吞嚥困難時

儘量選擇質地細緻、易吞嚥、且營養高的食物，如蒸蛋、魚肉、絞肉(豬、牛或雞肉均可)及豆腐等。由於攝食量可能下降，故建議少量多餐，每日可進食六~八餐。水果則選擇果泥或果汁，如果患者對於少量的顆粒亦無法接受時，可利用果汁機將其打碎飲用。

資料來源：台灣癌症防治網

<http://cisc.twbbs.org/lifetype/index.php?op=ViewArticle&articleId=1200&blogId=1>