

當你接受化學治療時...

化學治療期間「吃」的問題

資料來源：長庚紀念醫院衛教單張

參考資料：臺灣癌症臨床研究發展基金會、美國癌症協會

前言

抗癌藥物會殺死癌細胞也會殺死正常細胞，這些細胞包括骨髓、毛囊、胃腸道的黏膜細胞等，因此會產生副作用。

營養支持目的

- 避免體重減輕
- 提高對因治療引起副作用的耐受力
- 減輕化療所產生的副作用
- 降低感染的發生率
- 修補因化學治療對身體組織所造成的損害

治療所產生影響營養攝取的副作用

- 白血球減少引發感染、食慾不振、疲勞、噁心、嘔吐
- 體重改變(減輕或增加)
- 味覺和嗅覺改變
- 腸道習慣改變，如便秘、腹瀉、腹脹

營養改善方法

- 均衡飲食
- 治療之前或兩次治療之間，增加食物攝取
- 少量多餐或餓了就吃
- 避免太油膩或刺激性的食物
- 足夠的休息與適量的活動
- 請家人幫忙製備餐點，減少因油煙引起的不適
- 將食物小量包裝，方便隨時加熱即可取用
- 詢問營養師選擇適合您的營養補充品
- 依照醫師建議補充適當的維生素及礦物質

其他注意事項

- 大部份化療的副作用是暫時的，治療結束後，若副作用未改善，請尋求

醫療團隊幫助

- 假如治療期間想服用其他藥物，需與醫生討論
- 住院或恢復期間，相關的飲食問題，可以請教營養師
- 有經濟問題時，可尋求社工師的幫忙
- 維持均衡飲食並保持愉快的心情，即能順利度過這段治療期間

營養諮詢專線

院區	諮詢電話	諮詢時間
基隆	(02)24313131 轉 2323	上午 09 : 00~12 : 00 下午 14 : 00~16 : 30
台北	(02)27135211 轉 3564	上午 09 : 00~11 : 30 下午 14 : 00~16 : 30
林口	(03)281200 轉 2451	上午 09 : 00~12 : 00 下午 14 : 00~16 : 30
桃園	(03)3196200 轉 2082	上午 09 : 00~12 : 00 下午 14 : 00~16 : 30
嘉義	(05)3621000 轉 2101	上午 08 : 30~12 : 00 下午 14 : 00~16 : 30
高雄	(07)7317123 轉 8425、8426	上午 09 : 00~11 : 30 下午 14 : 00~16 : 30