

# 癌症另類療法--停、看、聽

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

許多人在得知罹患癌症之後，會開始使用一些中草藥及民間偏方來治療疾病，其中包括了各類營養補充劑(維生素、礦物質)、抗氧化劑、酵素、胺基酸、動物萃取物、荷爾蒙及中草藥等。

藉由以下說明，希望您能瞭解如何得到適切的營養照顧。

## 常見另類療法

### 1. 補充劑的使用

- 維生素、礦物質及其他補充品：希望能就此提高免疫力甚至消滅癌細胞。但過量補充，卻可能會降低化學治療及放射線治療的療效。可以詢問醫師或營養師添加方法。
- 抗氧化劑：抗氧化劑是可以使身體免於自由基氧化傷害的一種物質，包含了維生素 C 和 E、β-胡蘿蔔素及硒等。只要均衡攝取各類食物就能得到足夠的抗氧化劑。而且進行治療期間，並不建議大量使用。
- 中草藥：中草藥的使用已有幾千年的歷史，有些雖已被證實有效且安全，若想使用，建議先與醫師或中醫師討論。

### 2. 斷食或輕食療法

有人認為吃進去的營養會被癌細胞先行利用，所以就採取斷食療法。但是研究指出有 20% 的癌症病人是死於營養不良，且癌症治療中若能維持體重減少小於 10%，會有較佳的生活品質及預後。所以適當的營養攝取才能有助於癌症治療。

### 3. 延壽飲食(Macrobiotic Diet)

此種飲食是以全穀類、豆類、蔬果、堅果、少量的魚及茶為基礎。這個飲食可以說是健康的，但是仍需要特別注意總熱量及蛋白質的攝取，而且並沒有研究證明其能治療癌症及預防復發，所以仍建議以均衡飲食為主。

## 其他注意事項

1. 如果想使用任何的中草藥或營養補充品，帶瓶身、說明書、或宣傳單到醫院詢問醫師或營養師參考文獻的可信度，能否使用或使用的時機，以免影響你的健康及癌症的治療，破財又傷身。

2. 確定產品的包裝及標示，認清是否有衛生署合格標章。
3. 如果使用後有氣喘、皮膚癢、麻痺或四肢刺痛震顫等，請立即停用，並立即就診。

### 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