

# 肝癌飲食

## ■ 目的

給予肝癌患者營養支持的介入，預防或改善營養不良，增強患者的體力以應付癌症治療，協助改善癌症治療造成的副作用。

## ■ 適用對象

接受手術或放射線治療/化學治療/酒精栓塞的肝癌患者。

## ■ 飲食原則

- 對於病況穩定，沒有水腫或腦性病變情形的病人，可給予蛋白質(1.2公克蛋白質/每公斤體重)、熱量(30~35大卡/每公斤體重)的高蛋白飲食；但如果病人為高代謝異化症或營養不良者，可增加熱量的供給至35~40大卡/每公斤體重。
- 少量多餐，每天約6-8餐次，可以體積小但蛋白質及熱量高的食物供應。
- 腹脹嚴重時避免食用易脹氣的食物，例如青椒、洋蔥、乾豆類等。
- 有腹水者須視情況限制鹽份攝取，除了看得見的食鹽外，許多食物本身已含有大量的鹽份，如醃漬品及煙燻製品；另外，調味品如醬油、蕃茄醬、甜辣醬、沙茶醬等罐頭食品；起司及一些速食品亦含有鹽，應盡量避免。
- 發生食道靜脈曲張時，要特別留意食物的質地，避免太粗糙、堅硬的食物及油炸、油煎或烤得太焦的食物，可以流質飲食取代，並避免辛辣調味品及含咖啡因等刺激性食品。選擇植物性蛋白質食物，補充低蛋白摺澱粉獲得熱量，避免便秘發生。
- 出現肝昏迷的情形時，應限制蛋白質的攝取，並避免食用產氮量高的食物，如香腸、火腿、臘肉、乳酪、花生醬等。
- 植物性蛋白質如：豆腐、豆漿等含有較高的支鏈胺基酸，及較少的甲硫胺酸和芳香族胺基酸，有利於改善肝昏迷的情形，可適量食用。
- 依醫師或營養師的建議，補充適量維生素與礦物質。
- 應以新鮮食物供應，避免油炸、煙燻、燒烤、鹽漬、發霉等食物。
- 避免飲酒。



## ■ 肝癌治療可能出現的副作用

- 白血球下降：接受放射線治療/化學治療會造成白血球下降，免疫力降低，因此患者須避免吃生食或未煮熟的食物，並且須注意烹調食物前後或用餐的衛生。
- 噁心、嘔吐
  - 飲用清淡、冷的飲料或些有酸味、鹹味的食物，可減輕症狀。嚴重
  - 嘔吐時，可經由醫師處方，服用止吐劑。
  - 在起床前後及運動前吃較乾的食物，如餅乾或吐司可抑制噁心，運動後勿立即進食。
  - 少量多餐，避免空腹或腹脹。
  - 飲料最好在飯前30~60分鐘飲用，並以吸管吸允為宜。
  - 避免同時攝冷、熱的食物。
  - 避免太甜或太油膩的食物。
  - 在接受放射或化學治療前二小時內應避免進食，以防止嘔吐。
  - 應注意水分及電解質的平衡。
  - 遠離有油煙味或異味的地方。
- 諮詢電話：(02)2737-2181 分機 3002
- 制訂單位/日期：營養室/108.08.01

