

大腸直腸癌術後飲食

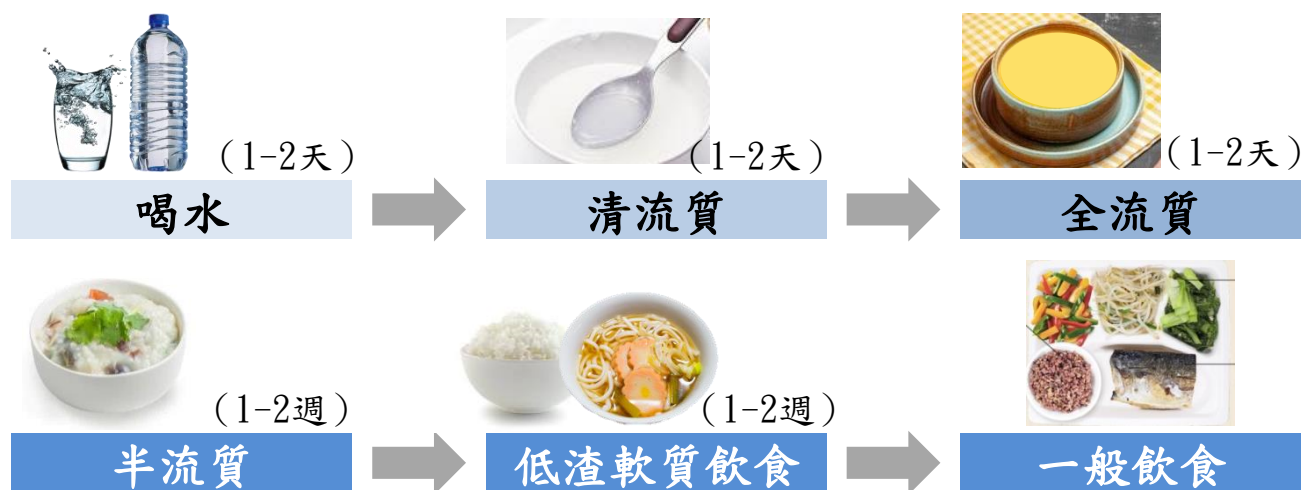
給予大腸直腸癌患者術後適當的飲食，預防或改善營養不良，增強患者的體力，以接受後續治療。

■ 適用對象

接受大腸直腸手術的患者。

■ 飲食原則

- 腸道手術後，經醫師評估後，可以開始先喝水。
- 為減少大腸直腸的刺激，腸道術後採取漸進式飲食如下：



■ 清流質飲食

可食用 ✓			不可食用 ✗		
					
運動飲料	無渣果汁	無油清湯 (米湯/清肉湯)	豆漿/牛奶	有渣果汁	粥/麵

註：清流質飲食無法提供足夠營養，僅能短暫使用，除非另外提供適當的靜脈營養，不建議使用2天以上。

■ 低渣飲食

種類	可食用食物
全穀雜糧類	精製的穀類及其製品，如：白飯、白粥、白麵條、白麵包
豆魚蛋肉類	蒸蛋、蛋花湯、去皮魚類
	加工精製的豆製品，如：豆漿、豆腐、豆花等
	去皮、筋的肉類，如：絞碎、剁碎、煮爛的瘦肉
蔬菜類	各種過濾的蔬菜汁、嫩的菜葉
	去皮去子的瓜類，如：胡瓜、絲瓜、冬瓜、大黃瓜
水果類	各種過濾的果汁、纖維量少且去皮、去子的水果，如：木瓜、哈密瓜、香瓜、葡萄、香蕉等

■ 有腸造口的病人

■ 應特別注意水份補充，避免下列食物：

種類	避免選擇食物
容易產氣的食物	高麗菜、白花菜、青花菜、韭菜、青椒、洋蔥、蘆筍、黃豆、毛豆、黑豆、豆腐、大量的豆漿、紅豆、綠豆、地瓜、芋頭、玉米、糯米、所有乳品類。
不易消化的食物	全穀類或牛蒡、竹筍、粗菜梗、洋菇、香菇、滷蛋、茶葉蛋
高油脂的食物	油炸食物、奶油、乳瑪琳、美乃滋、花生、核果、花生醬、洋芋片、冰淇淋、芝麻
刺激性的食物	辣椒、大蒜、芥末

■ 飲食原則

- 術後需接受化學或放射治療者，應選擇高熱量高蛋白飲食，建議每公斤體重35大卡熱量及1.5公克蛋白質，以避免體重減輕、組織耗損或惡病質的發生。
- 除三餐外，可增加2-3次的點心，可以準備體積小，但熱量及蛋白質高的食物。

■ 諮詢電話：(02)2737-2181 分機 3002

■ 制訂單位/日期：營養室/114.03.01

