

癌症治療副作用-吞嚥困難飲食原則

針對癌症患者因治療造成吞嚥困難之副作用，了解吞嚥困難之原因及症狀，給予適當的飲食建議與指導，調整飲食型態或營養供應方式，預防或改善營養不良，增強患者的體力以應付癌症治療。因攝取量不足，造成體重嚴重減輕時，如體重減輕達平常體重之2%/週，5%/1個月，7.5%/3個月，10%/6個月，應積極採取管灌或靜脈營養補充。

■ 適用對象

因腫瘤阻塞、放射治療或化學治療造成吞嚥困難之副作用。

■ 飲食原則

- 採用軟質滑順，容易吞嚥的食物，如蒸蛋、布丁、奶酪、牛奶麥片、優格或冰淇淋等。
- 將食物切細、煮軟或是煮成較滑潤的型態(勾芡)，如髮菜羹、玉米濃湯、雞蓉粥、叻仔魚粥、麵線糊。
- 使用可增加食物黏稠性之材料製備餐食，如：果膠、太白粉、玉米粉、樹薯粉、商業增稠劑、蔬菜泥、嬰兒米粉等。
- 液體食物容易嗆到，可加入蓮藕粉或快凝寶以增加黏稠度。
- 高營養濃度的食物或喜愛的食物應優先進食。
- 速度放慢，食物吞下後再吃另一口。
- 少量多餐的方式，除了一天三餐以外，增加2-3次的點心，可考慮以口飲營養品補充營養。
- 口腔若有發炎或傷口時，應吃較冷的流質食物，並避免粗糙、生硬、醃漬、太酸或太黏的食物，或在進餐前服用止痛藥、於傷口上擦麻醉藥，可使進食較舒適。
- 指導適合的進食姿勢，嘗試將頭頸部傾斜某個方向會較有利吞嚥。
- 若嘗試多種方式仍無法足量進食，必要時考慮管灌飲食。

■ 諮詢電話：(02)2737-2181 分機 3002

■ 制訂單位 /日期：營養室/114.03.01

