

營養品種類

1. **一般均衡配方**：進食量少即可補充，濃度1毫升/大卡，約250大卡/罐，具有均衡營養素，每罐約相當於半碗飯+肉1兩或豆製品1份。
2. **濃縮配方**：為一般均衡配方1.2-2倍，適合需要高熱量或進食量少。
3. **腫瘤/癌症配方**：含有 ω -3脂肪酸/魚油，可以降低身體的慢性發炎反應，減少肌肉量流失、維持體重。

自我評量(是非題)

- () 1. 癌症治療期間維持體重，避免體重下降是首要目標。
- () 2. 高熱量高蛋白飲食有助於維持體力，防止體組織耗損，並可修復因接受癌症治療損傷的體組織。

參考資料：

1. J. Arends ,et al. ESPEN expert group recommendations for action against cancer related malnutrition.(2017). Clinicl Nutrition,36,1187-1196.
2. Maurizio Muscaritoli, et al. ESPEN Practical Guideline: Clinical Nutrition in Cancer. (2021). Clinicl Nutrition, 40(5), 2898-2913.

制定日期：2009年
修訂日期：2024年5月（第六版）
編碼：7640-單張-中文-029-06

請寫下您的問題：

○	○	是
2	↓	第

腫瘤飲食計畫



彰化基督教醫院 體系營養暨膳食部編製

電話：(04)7238595轉3041、3231

地址：彰化市南校街135號

讚美專線：(04)7238595轉3920

抱怨專線：(04)7238595轉3925

網址：<https://www.cch.org.tw/knowledge.aspx?pID=1>



彰化基督教醫療財團法人
彰化基督教醫院
CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION
CHANGHUA CHRISTIAN HOSPITAL

衛教單張



當您感到焦慮無助時，鼓勵您說出來，我們將陪伴您尋求相關支援及身心靈支持。

治療期間營養的重要性

- ◎治療期間患者的體重(代表免疫力、自身抗癌力)是最佳營養指標。因此維持體重，避免下降是首要目標。
- ◎吃得好，較能減輕治療副作用。高熱量高蛋白飲食可幫助您維持體力，防止體組織耗損，並可重建因接受癌症治療損傷的體組織、提高治療耐受性。蛋白質要比平日增加20-50%攝取量。
- ◎當您無法攝取足夠量或正確的飲食時，您的免疫力會下降，身體將無法抵抗病菌的感染。
- ◎治療期間體重減少5%即屬於營養不良，除了一天多餐還要補充營養補充品(至少500大卡)。
- ◎依體能狀況進行適度運動，增加體力、維持肌肉量、幫助腸胃道蠕動。(例如每餐餐後半小時運動10-15min。)
- ◎進行體重監測：每週至少一次。若治療期間體重減輕，則建議天天量測體重，並掛號或轉介31診營養門診。

飲食份量計畫

熱量：_____大卡 蛋白質：_____公克
目標體重：_____公斤 實際體重：_____公斤
水份攝取量：_____毫升 / 天

種類 / 餐次	早餐	早點	午餐	午點	晚餐	晚點
乳品類						
全穀雜糧類						
豆魚蛋肉類						
蔬菜類						
水果類						
油脂與堅果種子類						

我需要吃那些食物？營養師建議如下：