

華杏出版機構



疾病營養學

Therapeutic Nutrition



胡淑惠 劉明宜 歐盈如 游欣亭 宗靜文
侯嘉玲 陳玉桂 謝藍琪 蔡玲貞 許慧雅
郭常勝 吳紅蓮 洪若樸 編著



華杏出版股份有限公司

疾病營養學



華杏出版機構

華杏 · 匯華 · 華都 (偉華) · 華成

疾病營養學 / 胡淑惠等作. -- 一版. --
臺北市：華杏，2015.07
面：公分

ISBN 978-986-194-369-5 (平裝)

1. 營養學 2. 食療

411.3

104010194

疾病營養學 Therapeutic Nutrition

作者：胡淑惠 (Hu, Shu-Huei) · 劉明宜 · 歐盈如 · 游欣亭
宗靜文 · 侯嘉玲 · 陳玉桂 · 謝藍琪 · 蔡玲貞
許慧雅 · 郭常勝 · 吳紅蓮 · 洪若樸

發行所：華杏出版股份有限公司 Farseeing Publishing Co., Ltd.

華杏機構創辦人：蕭豐富

發行人兼董事長：郭麗群

總經理：熊芸

總編輯：周慧珊

企劃編輯：蕭聿雯

文字編輯：陳杏汶 · 吳瑞容 主編

美術編輯：劉又綺 BU · 李美樺 主編

封面設計：劉又綺

總管理處：臺北市 10059 新生南路一段 50-2 號七樓

ADDRESS：7F., 50-2, Sec.1, Hsin-Sheng S. Rd., Taipei 10059, Taiwan

電郵 E-mail：fars@ms6.hinet.net

華杏網頁 URL：www.farseeing.com.tw

電話總機 TEL：(02)2392 1167 (推廣 721 訂購 722 客服 723 申訴 781)

傳真 FAX：2322 5455

郵政劃撥：戶名：華杏出版股份有限公司

帳號：0714 1691 號

出版印刷：2015 年 7 月一版一刷

著作財產權人：胡淑惠、劉明宜、歐盈如、游欣亭
宗靜文、侯嘉玲、陳玉桂、謝藍琪
蔡玲貞、許慧雅、郭常勝、吳紅蓮
洪若樸及華杏出版股份有限公司

法律顧問：蕭雄淋律師、陳淑貞律師

臺幣定價：450 元

財務部經理：蔡麗萍

企劃部經理：蕭聿雯

電腦排版：林淑華 · 林靜宜 主編

印務：何麗英



本書介紹

《疾病營養學》闡述營養在病人照顧上的重要性，並探討常見疾病的營養需求、營養照顧及飲食設計之內容。

全書邀請國內具有營養治療專業背景與實務經驗的學者，以深入淺出的方式，介紹藥物與營養，腸道與非腸道營養，壓力與營養，特殊族群營養，腸胃道疾病之營養照顧，體重控制與管理，心血管、肝、膽、胰臟、腎臟疾病的營養照顧，更進一步說明對於免疫及貧血、新陳代謝疾病、糖尿病及癌症病人的營養照顧。章末加入「課後複習」提供選擇及案例討論題目，加強讀者學習及活用。

本書除了適合護理、營養、保健營養相關科系學生使用，也可提供給臨床營養照護專業人員學習參考。

華杏編輯部 謹誌

2015年7月

作者介紹

胡淑惠


學歷：國立成功大學生命科學所博士
經歷：高雄醫學大學附設中和紀念醫院營養部主任
 高雄市立小港醫院營養室主任
現任：高雄醫學大學附設中和紀念醫院營養師
 高雄醫學大學醫學檢驗生物技術學系助理教授

劉明宜

學歷：國立成功大學生命科學所博士
經歷：台南市營養師公會理事及總幹事
 臺南護理專科學校護理科及長榮大學保健營
 養系兼任講師
現任：台南新樓醫院營養室主任
 台南市營養師公會理事長
 嘉南藥理大學保健營養系兼任講師
 中華醫事科技大學食品營養系講師

歐盈如

學歷：高雄醫學大學藥學研究所博士班進修中
 陽明醫學大學藥理研究所碩士
經歷：嘉南藥理科技大學藥學系臨床教師
 衛生福利部全國藥物不良反應通報系統藥品
 不良反應評估專家
 財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會正確用
 藥教育資源中心輔導委員



現任：高雄醫學大學附設中和紀念醫院藥劑部總級
藥師、藥物不良反應委員會委員、人體試
驗審查委員會執行祕書／委員
財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會人體試
驗／研究倫理委員會訪查委員
高雄醫學大學藥學系兼任講師

游欣亭

學歷：中山醫學大學營養科學研究所碩士
經歷：弘光科技大學兼任講師
現任：彰化基督教醫院體系營養暨膳食部副主任
彰化縣營養師公會理事長

宗靜文

學歷：英國雪瑞大學分子生物與醫學博士
經歷：國立空大與高雄市立空大講師
現任：民生醫院營養室主任

侯嘉玲

學歷：海洋大學食品科學研究所碩士
經歷：衛生福利部食品衛生處審查員
大仁技術學院藥學系兼任講師
現任：新北市政府衛生局健康管理科股長

陳玉桂

學歷：高雄醫學大學醫學研究所博士
經歷：台灣大塚製藥產品經理
輔仁大學、海洋科技大學兼任講師
現任：美和科技大學食品營養系助理教授

謝藍琪

學歷：高雄海洋科技大學水產食品科學研究所碩士
經歷：高雄市立大同醫院營養室主任
美和科技大學兼任講師
現任：高雄市立聯合醫院營養室主任
中華民國肥胖研究學會理事
高雄市營養師公會常務理事
實踐大學兼任講座、高雄海洋科技大學兼任
講師
輔英科技大學保健營養系兼任講師

蔡玲貞

學歷：中山醫學大學營養科學研究所碩士
經歷：中山醫學大學、弘光科技大學營養系兼任講師
彰化基督教醫院營養部主任
現任：彰化基督教醫院血管醫學防治中心主任
中華民國營養師公會全國聯合會理事長
中華民國糖尿病衛教學會監事
台灣營養學會理事

許慧雅

學歷：屏東科技大學食品科學研究所碩士
經歷：輔英科技大學、大仁技術學院、育英醫護管
理專科學校兼任講師
高雄市營養師公會理事／監事、常務理事／
常務監事
中華民國營養師公會全國聯合會理事／監事
中華民國糖尿病衛教學會副祕書長
現任：輔英科技大學保健營養系兼任講師
高雄市營養師公會理事長
高雄榮民總醫院營養室營養師兼組長



郭常勝

學歷：輔仁大學食品營養博士

經歷：財團法人奇美醫院營養科營養師兼主任

台南縣營養師公會理事長

台灣營養學會理事

中華民國營養師公會全國聯合會理事

現任：嘉南藥理大學、長榮大學兼任助理教授

康寧大學保健美容學系助理教授

吳紅蓮

學歷：靜宜大學食品營養學系博士

經歷：國立空中大學、中華醫事技術學院、靜宜大學兼任講師

台南市營養師公會理事

台灣營養學會會員代表

中華民國糖尿病衛教學會衛教師口試委員

現任：國立成功大學醫學院附設醫院營養部營養師

洪若樸

學歷：臺北醫學大學保健營養系碩士

經歷：臺北市立聯合醫院陽明院區、忠孝院區營養科主任

餐飲 HACCP 評鑑及輔導制度評核委員

現任：臺北市立聯合醫院忠孝院區內科部資深營養師

- Chapter 1 ➤ 概論** 胡淑惠、劉明宜 1
- 第一節 營養素簡介／3
 - 食物六大類／3
 - 五大類營養素／5
 - 第二節 營養篩檢與評估／18
 - 營養篩檢／19
 - 營養評估／20
 - 第三節 醫療團隊之角色功能／21
- Chapter 2 ➤ 藥物與營養** 歐盈如 27
- 第一節 藥物對於營養狀態的影響／30
 - 對食慾、味覺、嗅覺及口腔的影響／30
 - 對營養素於體內吸收的影響／35
 - 對營養素於體內代謝、排泄的影響／37
 - 與酒精交互作用／40
 - 第二節 食物對藥物的影響／42
 - 對藥物吸收的影響／42
 - 對藥物代謝的影響／44
 - 對藥物排泄的影響／46
 - 對藥物凝血功能的影響／46
 - 第三節 藥食同源的傳統食療／50
- Chapter 3 ➤ 腸道營養與非腸道營養** 游欣亭 63
- 第一節 腸道營養／65
 - 腸道營養途徑／65
 - 腸道營養配方種類／68

灌食配方選擇／70
腸道營養給予方式／71
腸道營養併發症及其處置／73
腸道營養監測／77

第二節 非腸道營養／77
靜脈營養途徑／77
靜脈營養適應症／79
靜脈營養輸液組成／80
靜脈營養輸注方式／81
靜脈營養併發症／83
靜脈營養監測／83

第三節 需要量計算／88
熱量與需求計算／88
蛋白質的需求量／90
水分的基本需求量／91

Chapter 4 ◀ 壓力與營養 宗靜文 97

第一節 代謝性壓力／100
身體對抗壓力的反應／100
在壓力下的神經內分泌反應／101

第二節 慢性壓力與營養／102
營養配方／104
熱量需求／105

第三節 術前術後營養／107
手術前營養評估／107
手術前營養支持／109
手術後營養支持／110

- 第四節 燒傷營養／ 113
- 燒傷程度分級／ 114
- 燒傷營養支持／ 115

Chapter 5 ◀ 特殊族群營養 侯嘉玲、陳玉桂 123

- 第一節 嬰兒期營養／ 125
 - 嬰兒的成長和發育／ 125
 - 嬰兒期的食物與營養／ 126
 - 低出生體重嬰兒及早產兒營養需求／ 132
- 第二節 幼兒期營養／ 135
- 第三節 學童期營養／ 136
- 第四節 青春期營養／ 138
- 第五節 孕產期及哺乳期營養／ 140
 - 懷孕期營養／ 140
 - 哺乳期營養／ 142
- 第六節 更年期婦女營養／ 143
 - 症狀／ 143
 - 正確均衡的飲食／ 144
- 第七節 老年期營養／ 146

Chapter 6 ◀ 腸胃道疾病之營養照顧 劉明宜 151

- 第一節 口腔及食道疾病／ 153
 - 口腔顎面外科手術患者的營養處理／ 153
 - 口乾症／ 154
 - 齦齒和飲食／ 154
 - 牙周病和飲食／ 155



- 其他營養缺失的口腔狀況 / 155
- 逆流性食道炎 / 156
- 第二節 胃部疾病 / 157
 - 急性胃炎 / 157
 - 慢性胃炎 / 158
 - 胃部手術 / 158
 - 消化性潰瘍 / 161
- 第三節 腸道疾病 / 163
 - 腹腔熱帶口瘡 / 163
 - 發炎性腸道疾病 / 164
 - 憩室症 / 166
 - 大腸激躁症 / 167
 - 脹氣 / 168
 - 便秘 / 168
- 第四節 吸收不良症候群 / 169
 - 原發性吸收不良症候群 / 169
 - 繼發性吸收不良症候群 / 169
 - 飲食治療 / 170

Chapter 7 ◀ **體重控制與管理** 謝藍琪 175

- 第一節 體重過輕與肥胖的因素 / 177
 - 過瘦、過重與肥胖的定義 / 177
 - 兒童、青少年過輕與肥胖定義 / 183
- 第二節 肥胖的定義 / 189
- 第三節 肥胖對身體健康的影響 / 191
- 第四節 正確認識食物種類對肥胖的控制方法 / 193
 - 食物產熱與熱量消耗計算 / 194

每日所需熱量計算／195

飲食修正／196

第五節 運動與減重／198

運動強度／198

運動與熱量的消耗／199

Chapter 8 ◀ 糖尿病 蔡玲貞 207

第一節 糖尿病簡介／210

糖尿病定義、病因及症狀／210

糖尿病鑑別診斷及分類／211

血糖監控及併發症處理／215

糖尿病藥物治療／222

第二節 糖尿病的營養照顧／227

醫療營養治療重點及目標／228

醫療營養治療的飲食原則／229

特殊情況的營養治療／236

成功的醫療營養治療／237

第三節 糖尿病與運動／239

運動種類選擇／239

運動的食物補充／241

Chapter 9 ◀ 心血管疾病 許慧雅 249

第一節 心臟病／251

心臟病病因及症狀／251

常見的心臟病／252

心臟病飲食原則／252

心臟病的預防／252

- 第二節 高血壓 / 253
 - 高血壓定義 / 253
 - 高血壓病因及症狀 / 254
 - 高血壓控制不佳之影響 / 255
 - 飲食治療 / 256
- 第三節 高脂血症 / 259
 - 高脂血症病因及脂蛋白的種類 / 259
 - 高脂血症的分類 / 261
 - 飲食治療 / 262
- 第四節 冠狀動脈心臟病 / 269
 - 冠狀動脈心臟病病因及症狀 / 269
 - 飲食治療 / 270

Chapter 10 ◀ 肝、膽、胰臟疾病營養 郭常勝 279

- 第一節 肝臟的功能 / 281
 - 營養素的代謝 / 282
 - 膽汁的製造與代謝 / 283
 - 解毒作用 / 283
 - 循環及免疫的功能 / 283
- 第二節 肝臟疾病 / 284
 - 肝炎 / 284
 - 脂肪肝 / 287
 - 膽汁鬱積的肝臟疾病 / 287
 - 遺傳性的肝臟疾病 / 288
 - 肝硬化 / 288
 - 肝臟移植 / 288

- 第三節 肝臟疾病的營養治療 / 291
- 第四節 膽囊疾病 / 295
 - 膽囊的功能 / 295
 - 常見的膽囊疾病 / 295
- 第五節 膽囊疾病的營養治療 / 297
- 第六節 胰臟疾病 / 298
- 第七節 胰臟炎的營養治療 / 299

Chapter 11 ◀ 腎臟疾病 吳紅蓮 303

- 第一節 腎臟的結構與生理、功能及併發症 / 306
 - 腎臟的結構與生理 / 306
 - 腎臟的功能及併發症 / 307
- 第二節 腎臟疾病 / 308
 - 腎炎 / 308
 - 腎結石 / 314
 - 慢性腎臟疾病 / 316
 - 透析治療 / 321

Chapter 12 ◀ 免疫及貧血 劉明宜 335

- 第一節 免疫與營養 / 337
 - 蛋白質、胺基酸對免疫功能的影響 / 338
 - 脂肪對免疫功能的影響 / 339
 - 維生素對免疫功能的影響 / 339
 - 礦物質對免疫功能的影響 / 340
 - 肥胖與免疫 / 341
 - 腸道與免疫 / 341

- 第二節 後天免疫缺乏症候群之營養照護／ 342
 - 後天免疫缺乏症候群的營養問題／ 343
 - 後天免疫缺乏症候群的營養照顧 345
 - 營養支持／ 347
- 第三節 貧血與營養／ 348
 - 營養性貧血／ 349
 - 遺傳或代謝性貧血／ 356

Chapter 13 ◀ 新陳代謝疾病 洪若樸 365

- 第一節 痛風對於營養的影響／ 368
 - 臨床症狀／ 368
 - 痛風病程分三個階段／ 368
 - 治療／ 369
- 第二節 骨質疏鬆對於營養的影響／ 374
 - 分類／ 374
 - 病因／ 375
 - 臨床症狀／ 377
 - 鈣質的需要量／ 377
 - 骨質疏鬆症飲食原則／ 380
- 第三節 甲狀腺機能失調對於營養的影響／ 383
 - 生理機能／ 383
 - 臨床症狀／ 384
 - 甲狀腺功能診斷檢查／ 386
 - 治療／ 386
 - 營養治療／ 387

Chapter 14 ◀ 癌症 胡淑惠 395

- 第一節 飲食與癌症的關係／ 397
 - 造成癌症的因素／ 398
 - 食物中的致癌物／ 399
- 第二節 治療期間的飲食原則／ 400
 - 營養照顧的階段／ 401
 - 化學（或放射線）治療期間的營養照顧／ 402
- 第三節 預防癌症的飲食／ 406
 - 均衡飲食／ 407
 - 維持理想體重／ 408
 - 多攝取含高纖維之蔬果／ 409
 - 減少脂肪攝取量／ 410
 - 避免煙燻烤肉類／ 410
 - 喝酒應適量／ 411