

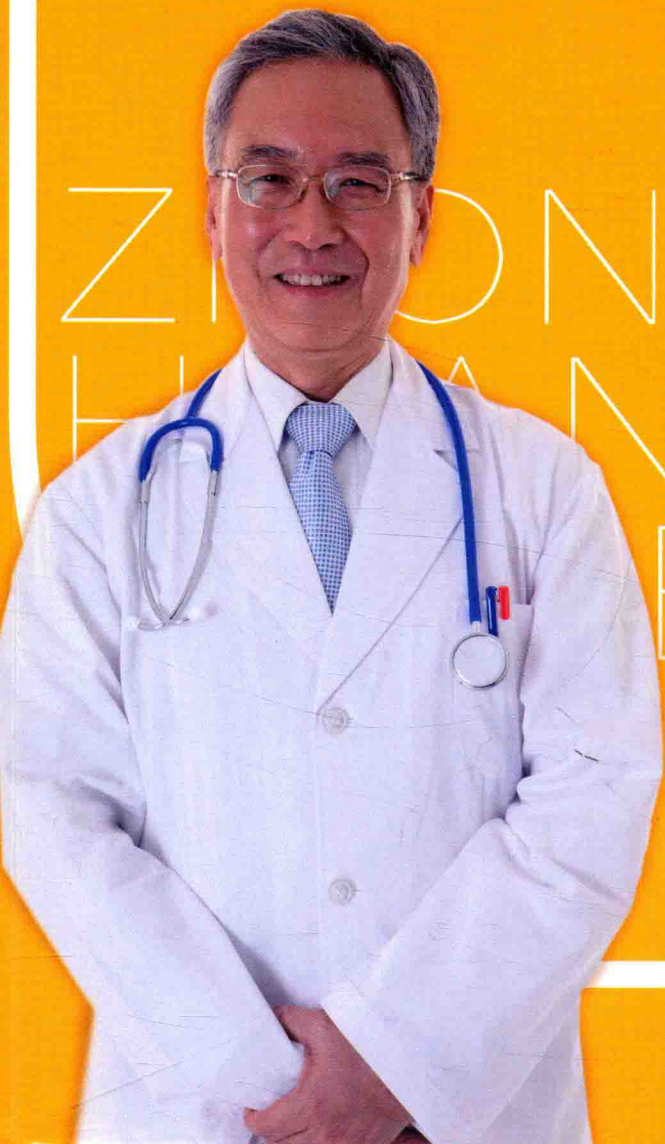
谢燕平 邹艳辉 主编

肿瘤患者怎么吃

< 湖南省肿瘤医院临床一线医护、营养专家倾力之作 >

涉及**19**种常见癌症

针对不同治疗阶段分别介绍，便于查阅
提供制作简单、针对性强的美味食谱
良性肿瘤可以参考使用



ZHONGGLIU
HUNANZHE
E CHI
FRUITS+VEGETABLES

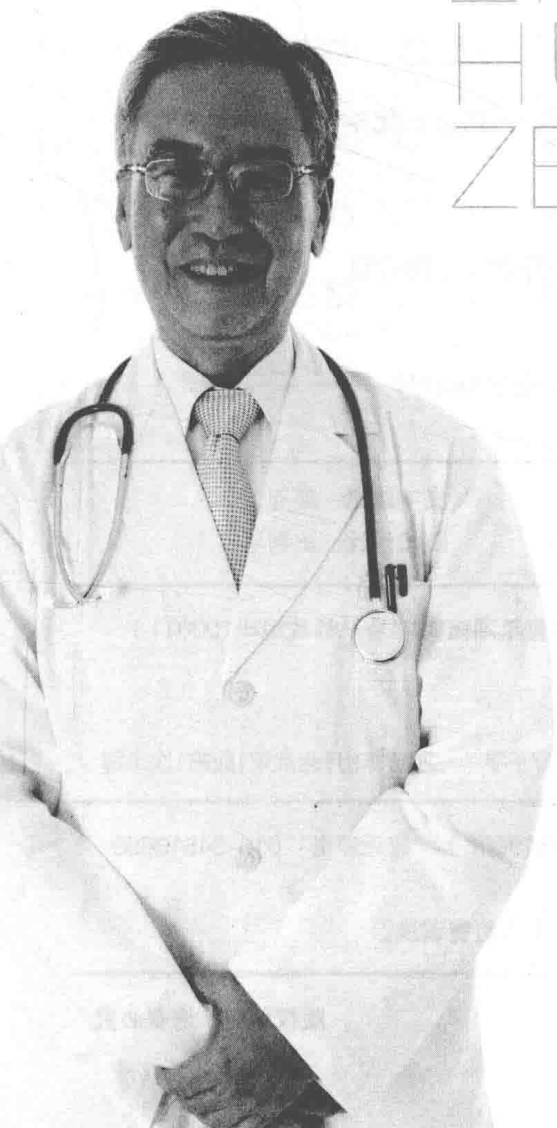


化学工业出版社

谢燕平 邹艳辉 主编

肿瘤患者怎么吃

ZHONGLIU
HUANZHE
ZENME CHI



化学工业出版社

·北京·

“吃什么好？什么东西可以吃？什么东西不能吃？”常是很多肿瘤患者及家属的困惑。本书主要介绍临床常见肿瘤的患者在治疗前、治疗期间及康复期的饮食知识要点，还介绍一些患者应该注意的事项，解答了患者的个别疑惑，以及提供推荐食谱，便于肿瘤患者家属制作。

本书适合肿瘤患者及其家属阅读参考。

图书在版编目 (CIP) 数据

肿瘤患者怎么吃/谢燕平, 邹艳辉主编. —北京: 化学工业出版社, 2017.5

ISBN 978-7-122-29313-8

I. ①肿… II. ①谢…②邹… III. ①肿瘤-食物疗法
IV. ①R247.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第055647号

责任编辑: 戴小玲

文字编辑: 颜克俭

责任校对: 吴 静

装帧设计: 史利平

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 刷: 北京云浩印刷有限责任公司

装 订: 三河市瞰发装订厂

710mm×1000mm 1/16 印张13³/₄ 字数237千字 2017年8月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 39.80元

版权所有 违者必究

编写人员名单

主 编 谢燕平 邹艳辉

副主编 曾小奇 胡 萍

编 者 彭海燕 卢 平 田 汨 李卫平 易彩云

许湘华 欧阳彩云 李 力 杨向东 喻新华

王玉花 周艳华 蔡 歆 谢燕平 邹艳辉

曾小奇 胡 萍 李艳群 龙 烁 曾敏婕

钟 锐 肖益彩 常晓畅 邱艳芳

主 审 湛永毅

前言

肿瘤患者及家属常常会有这样的疑问：“吃什么好？什么东西可以吃？什么东西不能吃？”肿瘤患者的家属总是能从各种途径打听到一些所谓的“发物”，这个不敢吃，那个不能吃。而肿瘤患者倾向于采用其他肿瘤患者的推荐，使得某些错误的观点得以传播。这些错误的观点会误导肿瘤患者进行错误的饮食调理，妨碍患者的康复，甚至影响患者的健康。而过度忌口和不合理的饮食会导致肿瘤患者出现营养不良，影响肿瘤治疗的效果。

为了指导肿瘤患者在治疗期间和康复期间能正确选择合适的饮食方案，确保摄入合理的营养，作为肿瘤专科医院的临床营养师、护理专家，我们组织临床一线的医疗、护理、营养、康复医师编写了这本《肿瘤患者怎么吃》。本书主要介绍19种常见癌症患者的治疗前、治疗期间及康复期的饮食知识要点，还介绍一些患者应该注意的事项及解答了患者的个别疑惑，以及提供推荐食谱，便于肿瘤患者家属制作。相关脏器的良性肿瘤可以参考其恶性肿瘤的饮食要点。

本书采用不同治疗阶段分别介绍的编排形式，力求便于肿瘤患者及家属查找自己最需要的内容，期望能真正指导肿瘤患者根据自身的状态，选择最适合自己的饮食方案。

编者

2017年1月

目录

第一章

肿瘤患者治疗期间怎样吃

1

为什么肿瘤患者要关注饮食？ /1

为什么肿瘤患者容易发生营养不良？ /1

肿瘤患者治疗开始前怎么吃？ /2

肿瘤患者治疗开始后怎么吃？ /2

肿瘤患者治疗恢复后期怎么吃？ /4

肿瘤患者日常饮食食谱 /5

术前的营养治疗原则是什么？ /10

术后的营养治疗原则是什么？ /11

化疗对患者营养有什么影响？ /13

化疗时在营养上应注意哪些事项？ /14

化疗期间可选哪些食谱？ /14

专家解答 什么是血象下降？ /15

血象下降患者如何吃？ /15

推荐食谱 /16

推荐食谱 /17

恶心呕吐患者怎么吃？ /18

专家提示 控制恶心的方法 /19

推荐食谱 /19

推荐食物 /20

食欲下降患者怎么吃？ /20

推荐食谱 /20

肿瘤患者腹泻了怎么吃? /21

专家解答 引起腹泻的原因有哪些? /22

专家提示 腹泻的注意事项 /23

便秘患者怎么吃? /23

专家解答 便秘有哪些危险? /24

没有肠梗阻的便秘怎么办? /24

伴有肠梗阻的便秘怎么办? /26

专家提示 便秘的注意事项 /27

推荐食谱 /27

放疗对患者营养的影响有哪些? /28

放疗时的营养注意事项有哪些? /29

推荐食谱 /30

口干患者怎么吃? /31

专家提示 口干时的口腔护理 /32

口腔溃疡患者怎么吃? /32

专家提示 口腔溃疡或咽喉疼痛时的口腔护理 /33

推荐食谱 /34

吞咽困难患者怎么吃? /34

推荐食谱 /35

康复期怎么吃? /37

康复初期怎么吃? /37

专家提示 康复初期应重点关注的营养状况指标 /38

康复后期怎么吃? /38

推荐食谱 /39

进展期肿瘤患者(包括晚期)怎么吃? /39

第二章

肿瘤患者治疗调理常见饮食

41

住院总会听护士讲“吃普食”，什么是普食? /41

- 哪些肿瘤患者可以吃普食? /41
- 怎么配普食? /41
- 普食的营养分配原则是什么? /41
- 普食食谱举例 /43**
- 什么是软食? /43
- 哪些肿瘤患者可以吃软食? /43
- 怎么配软食? /43
- 软食可选的食物有哪些? /44
- 软食食谱举例 /44**
- 什么是半流质膳食? /44
- 哪些肿瘤患者可以吃半流质膳食? /44
- 怎么配半流质膳食? /45
- 半流质膳食可选的食物有哪些? /45
- 半流质食谱举例 /45**
- 哪些肿瘤患者可以吃少渣半流质膳食? /46
- 怎么配少渣半流质膳食? /46
- 少渣半流质膳食可选的食物有哪些? /46
- 少渣半流质食谱举例 /46**
- 什么是流质膳食? /46
- 哪些肿瘤患者可以吃流质膳食? /46
- 怎么配流质膳食? /47
- 流质膳食可选的食物有哪些? /47
- 流质食谱举例 /47**
- 什么是清流质膳食? /48
- 哪些肿瘤患者可以吃清流质膳食? /48
- 怎么配清流质膳食? /48
- 清流质膳食可选的食物有哪些? /48
- 清流质膳食举例 /48**
- 什么是高热量高蛋白膳食? /49
- 哪些肿瘤患者可以吃高热量高蛋白膳食? /49
- 怎么配高热量高蛋白膳食? /49
- 高热量高蛋白膳食食谱举例 /50**
- 什么是低蛋白质膳食? /50
- 哪些肿瘤患者适合吃低蛋白质膳食? /50

- 怎么配低蛋白质膳食? /50
- 低蛋白质膳食可选的食物有哪些? /51
- 什么是低脂低胆固醇膳食? /51
- 哪些肿瘤患者需要吃低脂低胆固醇膳食? /51
- 怎么配低脂低胆固醇膳食? /52
- 低脂低胆固醇膳食可选的食物有哪些? /52
- 低脂低胆固醇食谱举例 /52**
- 什么是少渣膳食? /53
- 哪些肿瘤患者可以吃少渣膳食? /53
- 怎么配少渣膳食? /53
- 少渣膳食可选的食物有哪些? /53
- 什么是高膳食纤维膳食? /54
- 哪些肿瘤患者可以吃高膳食纤维膳食? /54
- 怎么配高膳食纤维膳食? /54
- 高膳食纤维膳食可选的食物有哪些? /54
- 专家提示** 吃高膳食纤维膳食的注意事项 /55
- 什么是限碳水化合物膳食? /55
- 哪些肿瘤患者可以吃限碳水化合物膳食? /55
- 怎么配限碳水化合物膳食? /55
- 专家提示** 进食限碳水化合物膳食的注意事项 /55
- 什么是管饲膳食? /56
- 哪些肿瘤患者可以用管饲膳食? /56
- 怎么配管饲膳食? /56
- 专家解答** 管饲的并发症有哪些? 如何预防与处理? /57
- 专家提示** 管饲的注意事项 /57

第三章

头颈肿瘤患者

59

第一节 口腔癌患者 /59

口腔癌患者口腔活检术后怎么吃? /59

专家提示 口腔癌靠病理学检查确诊 /59

- 口腔癌患者手术前怎么吃? /59
- 口腔癌患者手术后怎么吃? /60
- 肠内营养应用的注意事项有哪些? /60
- 口腔癌患者放疗后怎么吃? /61
- 口腔癌患者的饮食宜忌有哪些? /62
- 口腔癌患者术后康复期怎么吃? /62
- 推荐食谱 /63**

第二节 咽喉部肿瘤患者 /65

咽喉癌患者纤维喉镜活检术后怎么吃? /65

专家解答 什么是纤维喉镜? 为什么咽喉癌患者要做纤维喉镜检查? /65

咽喉癌患者治疗前怎么吃? /65

咽喉癌患者化疗期间怎么吃? /66

专家提示 采用手术、放化疗联合方案治疗咽喉癌 /66

咽喉癌患者放疗期间怎么吃? /66

专家提示 降低放疗后张口困难的办法 /66

咽喉癌患者手术后怎么吃? /66

咽喉癌患者拔除鼻饲管前如何练习进食? /67

咽喉癌患者拔除鼻饲管后怎么吃? /67

咽喉癌患者的饮食宜忌有哪些? /68

康复期咽喉癌带鼻饲管患者怎么吃? /68

咽喉癌康复期患者通过口腔进食怎么吃? /68

推荐食谱 /69

第三节 甲状腺肿瘤患者 /71

甲状腺肿瘤患者术前做B超检查时, 饮食上有什么要求? /71

专家解答 为什么甲状腺肿瘤患者要做甲状腺B超? /71

甲状腺肿瘤患者术前做纤维喉镜检查时, 饮食上有什么要求? /71

专家解答 为什么有的甲状腺肿瘤患者要做纤维喉镜检查? /71

甲状腺肿瘤患者术前怎么吃? /71

专家解答 为什么有的甲状腺肿瘤患者术前要放置胃管? /72

甲状腺肿瘤术后怎么吃? /72

甲状腺肿瘤术后出现乳糜漏时, 怎么吃? /72

专家解答 为什么甲状腺肿瘤患者术后会出现乳糜漏? /73

甲状腺肿瘤术后出现手足抽搐时, 怎么吃? /73

专家解答 为什么甲状腺肿瘤患者术后会出现手足抽搐? /73

甲状腺肿瘤术后出现呛咳时, 怎么吃? /73

专家解答 为什么甲状腺肿瘤患者术后会出现呛咳? /74

甲状腺肿瘤患者进行¹³¹I治疗前怎么吃? /74

甲状腺肿瘤患者进行¹³¹I治疗期间的饮食原则是什么? /74

甲状腺肿瘤患者进行¹³¹I治疗后出现唾液腺肿胀和疼痛时怎么吃? /75

甲状腺肿瘤患者进行¹³¹I治疗后出现口干时怎么吃? /75

甲状腺肿瘤患者进行¹³¹I治疗后出现味觉异常时怎么吃? /75

甲状腺肿瘤患者进行血细胞计数下降时怎么吃? /76

甲状腺肿瘤患者进行¹³¹I治疗后的饮食原则有什么? /76

专家提示 甲状腺肿瘤患者进行¹³¹I治疗的注意事项 /76

甲状腺肿瘤患者的饮食宜忌与误区有哪些? /77

甲状腺肿瘤患者康复期怎么吃? /77

推荐食谱 /78

第四节 鼻咽癌患者 /80

鼻咽癌患者做鼻咽镜活检术后怎么吃? /80

专家解答 为什么鼻咽癌患者要做鼻咽镜活检? /80

鼻咽癌患者拔牙后怎么吃? /80

专家解答 为什么鼻咽癌患者放疗前要做口腔检查, 甚至要拔牙? /80

鼻咽癌患者放疗前怎么吃? /80

鼻咽癌患者化疗期间怎么吃? /81

鼻咽癌患者放疗期间发生口腔并发症时, 怎么吃? /81

专家解答 为什么鼻咽癌患者放疗后多有口干? /82

鼻咽癌患者的饮食宜忌有哪些? /82

放疗后3个月内的鼻咽癌患者怎么吃? /82

放疗后3个月后的鼻咽癌患者怎么吃? /83

专家提示 放疗结束后, 放疗并发症可能持续存在 /83

推荐食谱 /83

第一节 肺癌患者 /86

肺癌患者行纤维支气管镜活检术后怎么吃? /86

肺癌患者手术前怎么吃? /86

肺癌患者手术期间怎么吃? /87

肺癌患者化疗期间怎么吃? /87

专家解答 为什么有的肺癌患者化疗后不能完成疗程? /88

肺癌患者放疗期间怎么吃? /88

肺癌患者放疗后出现放射性食管炎, 怎么吃 /88

专家解答 什么是放射性食管炎? /89

肺癌患者放疗后出现血象下降, 怎么吃? /89

肺癌患者的饮食宜忌有哪些? /89

康复期肺癌患者怎么吃? /90

推荐食谱 /90

第二节 食管癌患者 /92

食管癌患者做胃镜检查前怎么吃? /92

食管癌患者做胃镜检查后怎么吃? /92

专家解答 为什么食管癌患者要做胃镜检查? /93

食管癌患者手术前怎么吃? /93

食管癌患者支架置入后怎么吃? /94

食管癌患者手术后怎么吃? /94

专家提示 食管癌术后易引起消化功能紊乱 /95

食管癌患者化疗期间怎么吃? /96

专家提示 食管癌化疗可引起胃肠道毒性 /96

食管癌患者放疗期间怎么吃? /96

食管癌患者食管穿孔怎么吃? /97

专家提示 谨防食管穿孔 /97

食管癌患者的饮食宜忌有哪些? /97

康复期食管癌患者怎么吃? /98

推荐食谱 /98

第三节 乳腺癌患者 /100

专家解答 为什么乳腺癌根治术后伤口愈合过程较长? /100

乳腺癌患者检查前怎么吃? /100

乳腺癌患者术前怎么吃? /101

乳腺癌化疗期间怎么吃? /101

专家提示 乳腺癌化疗副作用常见的有恶心、呕吐等 /101

乳腺癌术后怎么吃? /101

乳腺癌的饮食宜忌有哪些? /102

专家解答 为什么乳腺癌患者可以多食黄豆? /102

康复期间乳腺癌患者怎么吃? /102

推荐食谱 /103

第五章

腹部肿瘤患者

106

第一节 肝癌患者 /106

肝脏B超检查前怎么吃? /106

专家解答 为什么肝癌患者要做肝脏B超检查? /106

肝脏CT检查者怎么吃? /106

专家解答 为什么肝癌患者要做CT检查? /107

MRI检查者怎么吃? /107

专家解答 为什么肝癌患者要做上腹部MRI检查? /107

肝癌患者手术前怎么吃? /107

肝癌患者放疗期间怎么吃? /108

肝癌患者化疗期间怎么吃? /108

肝癌患者手术后怎么吃? /108

专家提示 肝癌患者术后饮食调理非常重要 /109

肝癌介入治疗患者怎么吃? /109

肝癌患者肝功能受损时怎么吃? /110

肝硬化伴腹水者怎么吃? /110

专家解答 为什么肝硬化伴腹水患者不能摄入高钠? /110

肝硬化伴食管-胃底静脉曲张者怎么吃? /111

肝癌患者的饮食宜忌有哪些? /111

康复期肝癌患者怎么吃? /111

推荐食谱 /112

第二节 胃癌患者 /114

做胃镜检查前后怎么吃? /114

专家解答 为什么胃癌患者要做胃镜检查? /114

钡餐检查前后怎么吃? /115

专家解答 为什么胃癌患者要做钡餐检查? /115

腹部超声检查前后怎么吃? /115

专家解答 为什么胃癌患者要做腹部超声检查? /115

胃癌患者手术前怎么吃? /115

胃癌患者手术后怎么吃? /116

专家解答 什么是倾倒综合征? 发生了怎么办? /117

胃癌患者的饮食禁忌有哪些? /117

康复期胃癌患者怎么吃? /118

推荐食谱 /119

第三节 大肠癌患者 /121

CT、核磁共振检查前怎么吃? /121

腔内B超检查前怎么吃? /121

大肠癌患者做肠镜检查前后怎么吃? /121

钡灌肠造影检查前后怎么吃? /121

专家解答 什么是钡灌肠造影检查? /122

大肠癌手术前怎么吃? /122

大肠癌手术后怎么吃? /122

大肠癌患者化疗期间怎么吃? /123

大肠癌患者放疗期间怎么吃? /124

专家提示 腹泻是盆腔放疗时最常见的急性反应 /124

- 肠造口患者怎么吃? /124
大肠癌患者的饮食宜忌有哪些? /125
康复期大肠癌患者怎么吃? /125
推荐食谱 /126

第四节 胰腺癌患者 /128

- 胰腺内分泌功能检查前怎么吃? /128
专家提示 空腹血糖的参考值及其临床意义 /128
CT检查前怎么吃? /128
MRI检查前怎么吃? /128
常规经腹二维超声前怎么吃? /129
胰腺癌核素显像检查前怎么吃? /129
专家提示 有时可使用普鲁本辛 /129
胰腺癌术前怎么吃? /129
胰腺癌患者手术后怎么吃? /130
专家提示 胰腺癌的首选治疗方法为手术切除 /130
胰腺癌患者的饮食宜忌有哪些? /130
康复期胰腺癌患者怎么吃? /131
推荐食谱 /131

第六章

妇科肿瘤患者

134

第一节 卵巢肿瘤患者 /134

- 卵巢瘤患者检查前怎么吃? /134
卵巢瘤患者术前怎么吃? /134
专家解答 为什么卵巢癌患者术前要做肠道准备? /135
卵巢癌术后怎么吃? /135
专家提示 卵巢癌患者术后常出现梗阻症状 /136
卵巢癌化疗期间怎么吃? /136
专家提示 外科手术后适当的全身化疗已成为卵巢癌的标准治疗 /137
卵巢癌放疗期间怎么吃? /137

卵巢癌肠梗阻患者怎么吃? /137

专家解答 为什么晚期卵巢癌患者会出现肠梗阻? /138

卵巢癌患者的饮食宜忌有哪些? /138

康复期卵巢癌患者怎么吃? /138

推荐食谱 /139

第二节 宫颈癌患者 /141

专家提示 宫颈癌的治疗,采用以手术和放疗为主、化疗为辅的综合治疗方案 /141

宫颈癌患者检查前怎么吃? /141

专家解答 宫颈癌的相关检查有哪些? /141

宫颈癌患者术前怎么吃? /141

宫颈癌患者术后怎么吃? /142

宫颈癌放疗期间怎么吃? /142

宫颈癌患者化疗期间怎么吃? /143

专家提示 宫颈癌的药物治疗包括化学药物的治疗、化学联合治疗及动脉灌注化疗 /143

宫颈癌患者的饮食宜忌有哪些? /143

康复期宫颈癌患者怎么吃? /144

推荐食谱 /144

第七章

血液肿瘤

147

第一节 淋巴瘤患者 /147

淋巴瘤患者骨髓穿刺术后怎么吃? /147

专家解答 什么是骨髓穿刺检查? /147

淋巴瘤患者化疗前怎么吃? /147

淋巴瘤患者化疗期间怎么吃? /148

专家提示 淋巴瘤的治疗方法有化学治疗和骨髓移植 /149

淋巴瘤患者骨髓抑制期(进入层流洁净病房后)怎么吃? /149

恢复期怎么吃? /150

出层流洁净病房后怎么吃? /150

专家解答 什么是骨髓抑制? /150

淋巴瘤患者的饮食宜忌有哪些? /150

康复期淋巴瘤患者怎么吃? /151

专家提示 淋巴瘤治疗后应预防第二原发癌 /151

推荐食谱 /151

第二节 多发性骨髓瘤患者 /153

多发性骨髓瘤患者骨髓穿刺术后怎么吃? /153

多发性骨髓瘤患者化疗前怎么吃? /154

多发性骨髓瘤患者化疗怎么吃? /154

专家提示 贫血是多发性骨髓瘤患者的常见临床表现 /154

多发性骨髓瘤患者移植期间怎么吃? /154

多发性骨髓瘤患者的饮食宜忌有哪些? /155

多发性骨髓瘤患者康复出院后怎么吃? /155

专家提示 多发性骨髓瘤的治疗目的不是治愈 /155

推荐食谱 /156

第八章

泌尿系统肿瘤患者

159

第一节 肾癌患者 /159

肾肿瘤穿刺活检术后怎么吃? /159

肾癌患者手术前怎么吃? /159

肾癌患者术后怎么吃? /159

肾功能不全患者怎么吃? /160

慢性肾功能衰竭低盐低蛋白质参考食谱 /161

专家提示 肾癌根治术后应注意保护健侧肾 /161

肾癌患者的饮食宜忌有哪些? /161

康复期肾癌患者怎么吃? /162

推荐食谱 /163

第二节 膀胱癌患者 /165