

肝癌患者日常飲食衛教指導



面肝癌是一場長期的抗戰，要把體力養好，攝取足夠營養，建議以高蛋白質、低脂肪飲食為原則。

❖ 日常飲食注意事項

1. 禁食酒類。
2. 養成良好的個人衛生和飲食衛生習慣，食物務必煮熟，以避免感染。
3. 避免食用酒釀、豆腐乳、臭豆腐等發酵處理及發霉食品。
4. 宜採清淡、高纖維、均衡飲食習慣。
5. 合併有食道靜脈曲張的病患，避免進食粗糙、堅硬之食物，應細嚼慢嚥，或以流質飲食取代。
6. 遵循醫囑補充適量的綜合維生素。
7. 食慾較差時，以少量多餐的方式增加攝取量。
8. 有肝昏迷現象時，則須減少蛋白質飲食並避免便秘，攝取蔬果增加纖維攝取量，使排便順暢有助於緩解腹脹、腹痛等症狀，並有助於排出代謝的廢物。
9. 平常應特別注意有異常症狀出現時，得立即就醫：
 - (1) 有茶色尿或出現黃疸現象，如皮膚、掌心或鞏膜泛黃。
 - (2) 容易出現淤血或刷牙容易流血等出血現象。
 - (3) 腹部腫大、腹脹、下肢水腫、食慾差。
 - (4) 有吐血、大便顏色呈黑色或紅色，表示有食道靜脈曲張血管破裂，應儘速送醫。

參考文獻：

吳麗彬、周繡玲(2016)·消化系統疾病之護理·於劉雪娥總校閱·成人內外科護理學下冊(七版，481-486 頁)·台北市：華杏。

