

腫瘤治療過程中，輔以中醫飲食調理，可以減輕患者治療中的痛苦及合併症，改善身體不適，進而提昇生活品質。

由於癌症患者常呈現消瘦、倦怠、乏力及容易外感等虛證，飲食以提昇正氣並注意脾胃調養為主。

手術前、後飲食

1.手術前：

補充營養豐富的食物及充足的水份。增加適量的瘦肉、雞蛋、藕粉及新鮮水果、蔬菜等，加速傷口癒合，減少手術併發症。

2.手術後：

患者手術後因氣血兩虛，脾胃不振，體力不足是常見的症狀。

(1)飲食以清淡少油為主，補充高蛋白、高維生素、鉀、鐵等食物，如瘦肉、蛋、奶類、胡蘿蔔、菠菜、洋蔥、柳丁、檸檬、蘋果、棗子等。

(2)術後應避免傷口發炎，暫時禁服羊肉、蔥、蒜、香菜、辣椒、韭菜、帶殼類海鮮等食材，待體質有所恢復，再根據具體情況選用。

3.養生膳食

養生鱸魚湯

功用：補充足夠的蛋白質，促進手術後傷口恢復。

粉光參雞湯

作用：手術、化療後增強體力，補充元氣。

禁忌：急性感染，感冒咽喉腫痛。

人蔘茯苓粥

作用：補充元氣、調和脾胃。

禁忌：急性感染，感冒咽喉腫痛。

化學治療

化療治療會造成癌症病患的血球數減少，降低免疫功能，並引發掉髮、噁心嘔吐、食慾不振、腹瀉等消化功能障礙，或造成其他器官功能障礙等副作用。中醫調理可以健脾理氣、和胃降逆、益氣養陰、滋補肝腎等方式來治療。

1.飲食衛教

(1)宜吃溫和、清淡及易消化的食物，避免食用味道太濃、太強烈、太油膩、太甜及烤炸辣的食物，多用健脾理氣、和胃降逆之品，如魚肉、蘋果、甘蔗汁、檸檬汁等，或可用適量生薑作為調味品加入菜餚中。

(2)如出現紅血球、白血球及血小板數目減少者，多用益氣養血、補骨生髓之品，如紅棗、瘦肉、牛奶、雞蛋、胡桃仁、龍眼肉、菠菜、白木耳、枸杞子等。

2.茶飲參考

生薑調胃茶

功用：調和脾胃，改善噁心嘔吐。

其他：曾嚴重嘔吐不適者，建議化療前3日由中醫師診療後開始服用中藥，以減緩可能產生的腸胃不適。

放射線治療

放療會破壞唾液腺，使口水分分泌減少，造成口腔潰破、口乾舌燥等問題，另外放療也會造成照射部位組織

受損發熱、纖維化或皮膚損傷等，導致病患張口困難，或肌肉僵硬，甚至萎縮。病患在接受放療前後，服用一些滋陰清熱、益氣生津、修補黏膜類的中藥，可以改善病患口乾的症狀，亦能促進口腔黏膜癒合、減少組織受損發熱的情形。

1.飲食衛教

- (1) 採清淡滋潤、甘寒生津、解毒消腫的食物，如梨汁、藕汁、甘蔗汁、荸薺、白木耳、山藥等。
- (2) 忌食辛辣熱燥刺激性食物。

2.茶飲參考

麥冬生津茶

功用：清熱、滋陰、生津，改善口乾舌燥嘴破。

其他：針對嚴重口瘡者，建議針對體質由中醫師診療後服用中藥，可以加速療效。

『以上茶飲或藥膳，可諮詢專業中醫師根據個人體質調整適合劑量並加減用藥』

參考資料

鄭淑鎂、李政育(2015)．惡性腫瘤併發症的中醫治療探討．*中國針灸學雜誌*，74-100。

喬聖琳(2009)．癌症患者接受化學治療引發之噁心嘔吐的中醫治療．*北市中醫會刊*，15(2)，17-20。

自我評量(是非題)。

- ()1.化療如出現紅血球、白血球及血小板數目減少者，多用亦氣養血、補骨生髓之品。
- ()2.放療後宜採清淡滋潤、甘寒生津、解毒消腫的食物，忌食辛辣熱燥刺

0	0	是
2	1	否

中醫 腫瘤患者飲食調理



護理部 製作
南投市中興路 870 號
電話(日)：049-2225595 轉 1232



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

修訂日期:2026 年 2 月(第三版)
編碼:56500-單張-中文-513-03