

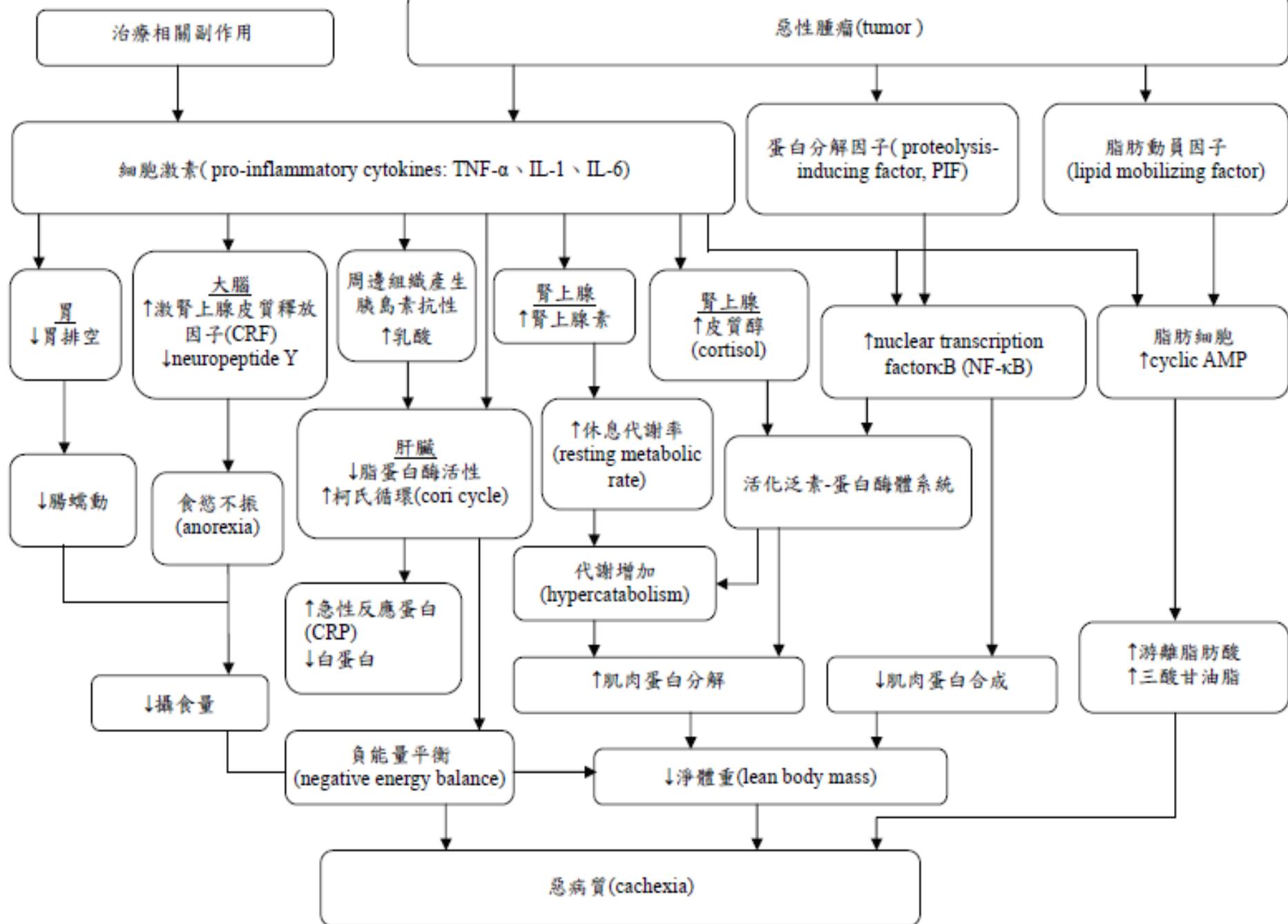
# 食道癌-營養照顧

台大醫院雲林分院

徐國隆營養師

# 大綱

1. 惡病質的機轉
2. 癌症病人營養需求
3. 食道癌病人術後飲食
4. 常見症狀
5. 營養品的選擇
6. 長期飲食
7. 高熱量高蛋白軟質食物製作



# 大綱

1. 惡病質的機轉
2. 癌症病人營養需求
3. 食道癌病人術後飲食
4. 常見症狀
5. 營養品的選擇
6. 長期飲食
7. 高熱量高蛋白軟質食物製作

# 癌症病人熱量需求

## ◆ 基本能量消耗BEE

Harris-Benedict 公式

$$\text{男} \quad 66 + (13.7 \times \text{kg}) + (5 \times \text{cm}) - (6.8 \times \text{age})$$

$$\text{女} \quad 655 + (9.6 \times \text{kg}) + (1.7 \times \text{cm}) - (4.7 \times \text{age})$$

## ◆ 熱量 Energy Expenditure(E. E)

= 基本能量消耗(BEE) × 活動因素(Activity Factor)

× 壓力因素(Stress Factor)

# 癌症病人熱量需求

短期：至少達BEE需求  
視病人進食狀況，逐  
漸達成目標

# 癌症病人蛋白質需求

◆ 每公斤體重1.5~2.0g/Kg

1.5g/Kg維持正氮平衡

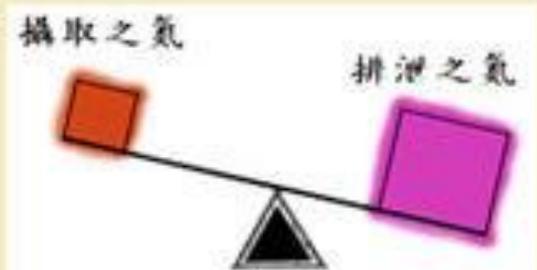
2.0g/Kg重度生理壓力下

Dempsey DT, Mullen JL. Cancer. 1985; 55:290

◆ 提高為平時蛋白質需求1.5倍即

1.5g/Kg

Ann Surg Oncol 19: 2128-2134, 2012.



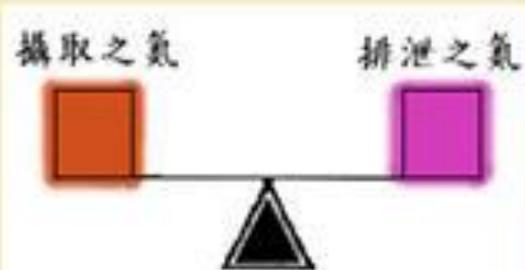
### 負氮平衡

蛋白質攝入 < 蛋白質消耗

體內之蛋白質減少，攝取之蛋白質不足身體代謝之需，組織蛋白質分解，對健康不利。

相關的生理狀況是：

蛋白質缺乏或品質不良、禁食、疾病、熱量攝取不足、代謝性荷爾蒙分泌增加。



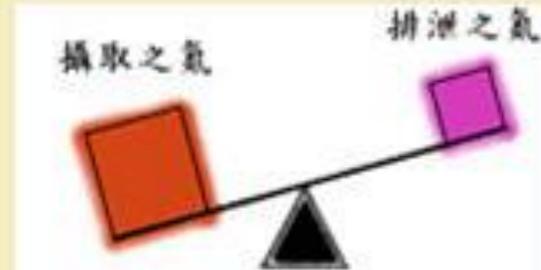
### 平衡

蛋白質攝入 = 蛋白質消耗

體內之蛋白質量維持不變，攝取與代謝消耗之蛋白質相等。

生理意義是：

體內蛋白質代謝為動態之平衡，合成與分解速率相當，不會消耗體組織，也不會存積脂肪。



### 正氮平衡

蛋白質攝入 > 蛋白質消耗

體內之蛋白質增加，攝取之蛋白質供組織合成新蛋白質之用。

相關的生理狀況是：

生長、懷孕、病後恢復期、肌肉訓練、同化性荷爾蒙分泌增加。

# 大綱

1. 惡病質的機轉
2. 癌症病人營養需求
3. 食道癌病人治療期間飲食
4. 常見症狀
5. 營養品的選擇
6. 長期飲食
7. 高熱量高蛋白軟質食物製作

# 食道癌病人治療期間飲食

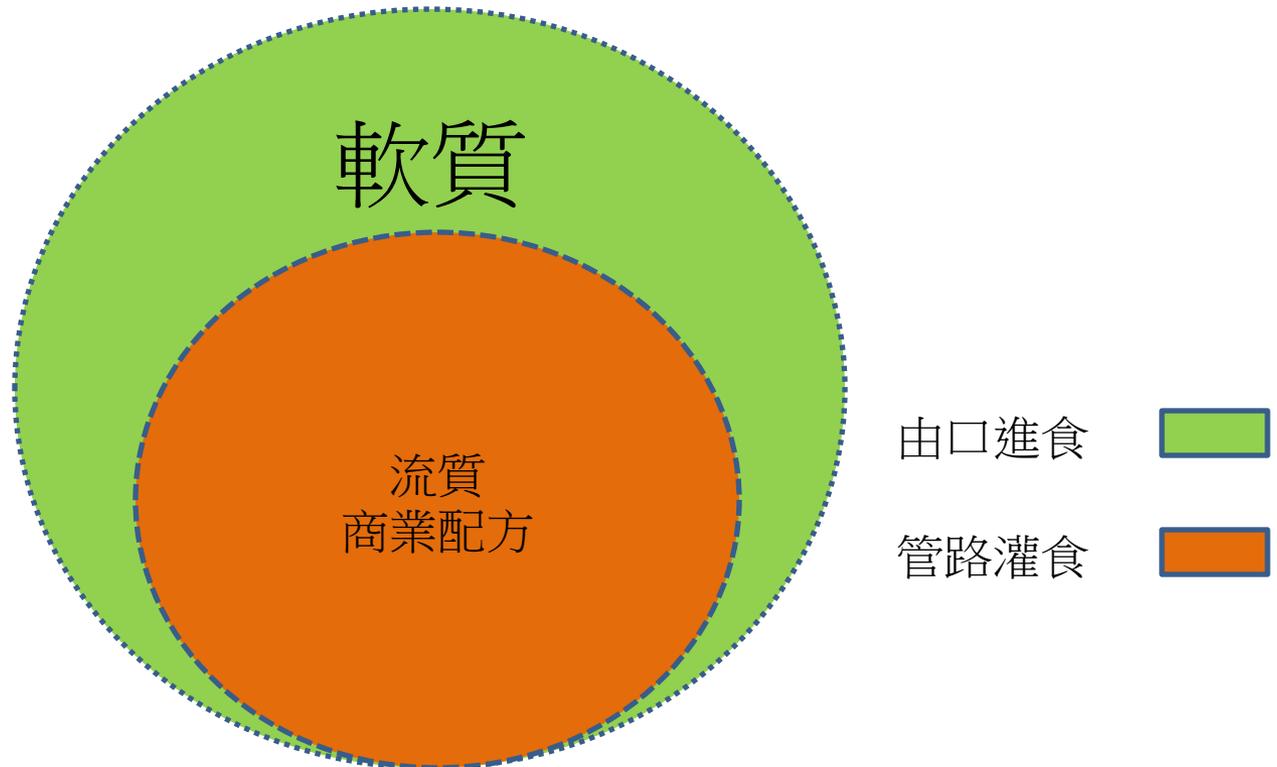
## 飲食治療目的

1. 預防體重減輕，避免營養不良
2. 修補因治療所產生的損傷，促進血球生長及組織再生
3. 增加對化放療的接受能力
4. 減輕副作用如疲倦、噁心嘔吐、口腔潰瘍以及避免因為營養不良而發生併發症
5. 體力

# 食道癌病人治療期間飲食

## 飲食內容及進食途徑

- 軟質
- 流質
- 商業配方



# 食道癌病人治療期間飲食

## 食道重建手術

-營養狀態不佳者，術前一周開始給TPN

2006 ESPEN GRADE A

OP前三天

- 給低渣半流飲食

OP前兩天

- 給低渣半流飲食

OP前一天

- 給清流質飲食

# 食道癌病人治療期間飲食

## 全流質飲食 Full Liquid Diet

適用對象:

1. 面骨裂損，口腔、面、頭、頸部手術或咀嚼、吞嚥困難者
2. 飲食自清流質進展至低渣或正常飲食之過渡者

熱量：1850kcal/day

Carbohydrate : 275g Protein : 65g Fat : 55g

早餐供餐內容

全流質餐+安素

中餐供餐內容

全流質餐+安素

晚餐供餐內容

全流質餐+安素



飲食原則：1. 依據「每日飲食指南」建議，食物由均衡的六大類基本食物供應  
2. 配合少量多餐的原則，供足夠的營養素

備註：不適用於管灌，限水點心給益力康(粉劑)

# 食道癌病人治療期間飲食

## 軟質飲食Soft Diet

適用對象:

- 1.咀嚼困難之患者
- 2.消化困難

熱量：1800kcal/day

Carbohydrate：230g Protein：70g Fat：65g

### 早餐供餐內容

軟質菜盒+白粥



### 中餐供餐內容

軟質便當+鹹湯  
+軟質水果(果汁)



### 晚餐供餐內容

軟質便當+鹹湯  
+保久乳



飲食原則：1. 依據「每日飲食指南」建議，食物由均衡的六大類基本食物供應  
2. 烹調方式避免油炸或烤得太硬的食物，並挑選質地軟嫩之食材

備註：

# 大綱

1. 惡病質的機轉
2. 癌症病人營養需求
3. 食道癌病人術後飲食
4. 常見症狀
5. 營養品的選擇
6. 長期飲食
7. 高熱量高蛋白軟質食物製作

# 常見症狀

吞嚥困難

# EAT-10：吞嚥困難自我評估工具表

填表日期：

(1)姓名： (2)性別：男 女 (3)年齡：

主題：EAT-10 吞嚥困難自我評估工具表評估您的吞嚥困難程度，經由 EAT-10 與您的醫師與相關專業醫療人員討論如何處理您的症狀。

A. 下列之問題依您的經驗選擇分數並填寫在格子內

<p>1. 吞嚥問題是否導致我的體重下降</p> <p>0 = 沒有問題</p> <p>1 = 稍微 (不適或程度)</p> <p>2 = 感覺不適，尚可忍受</p> <p>3 = 問題嚴重或程度 <input type="checkbox"/></p> <p>4 = 問題很嚴重</p>	<p>6. 吞嚥是否會導致疼痛</p> <p>0 = 沒有問題</p> <p>1 = 稍微不適</p> <p>2 = 感覺不適，尚可忍受</p> <p>3 = 問題嚴重 <input type="checkbox"/></p> <p>4 = 問題很嚴重</p>
<p>2. 吞嚥是否干擾我外出飲食</p> <p>0 = 沒有問題</p> <p>1 = 稍微不適</p> <p>2 = 感覺不適，尚可忍受</p> <p>3 = 問題嚴重 <input type="checkbox"/></p> <p>4 = 問題很嚴重</p>	<p>7. 飲食的愉悅是否為吞嚥問題影響</p> <p>0 = 沒有問題</p> <p>1 = 稍微不適</p> <p>2 = 感覺不適，尚可忍受</p> <p>3 = 問題嚴重 <input type="checkbox"/></p> <p>4 = 問題很嚴重</p>
<p>3. 吞嚥液狀物需額外費力</p> <p>0 = 沒有問題</p> <p>1 = 稍微不適</p> <p>2 = 感覺不適，尚可忍受</p> <p>3 = 問題嚴重 <input type="checkbox"/></p> <p>4 = 問題很嚴重</p>	<p>8. 吞嚥食物時會黏着咽喉</p> <p>0 = 沒有問題</p> <p>1 = 稍微不適</p> <p>2 = 感覺不適，尚可忍受</p> <p>3 = 問題嚴重 <input type="checkbox"/></p> <p>4 = 問題很嚴重</p>

快速、簡單

自我評估工具

快速、簡單

自我評估工具

4. 吞嚥固狀物需額外費力 0 = 沒有問題 1 = 稍微不適 2 = 感覺不適，尚可忍受 3 = 問題嚴重 4 = 問題很嚴重 <input type="checkbox"/>	9. 吃東西時是否會咳嗽 0 = 沒有問題 1 = 稍微不適 2 = 感覺不適，尚可忍受 3 = 問題嚴重 4 = 問題很嚴重 <input type="checkbox"/>
5. 吞服藥丸時需額外特別費力 0 = 沒有問題 1 = 稍微不適 2 = 感覺不適，尚可忍受 3 = 問題嚴重 4 = 問題很嚴重 <input type="checkbox"/>	10. 吞嚥時是否有壓迫感 0 = 沒有問題 1 = 稍微不適 2 = 感覺不適，尚可忍受 3 = 問題嚴重 4 = 問題很嚴重 <input type="checkbox"/>

總分：

B. 把加總的分數寫入總分格子內 (最高40分)

C. 如果您的總分為 3分或更高，您可能有吞嚥能力及吞嚥安全的問題，建議您以此評分表結果與您的醫師討論。

\* EAT-10吞嚥困難自我評估工具表為雀巢公司委託美國Dr. Belafsky所研發，使用快速、簡單並協助專業人員或一般民眾篩檢出吞嚥有困難的病患。

# 常見症狀-吞嚥困難

1. 當乾飯無法吃時，可以多加點水煮不同軟度的飯，不必一下就改成稀飯
2. 麵包、饅頭、餅乾泡點牛奶軟了以後用湯匙取食不必絞碎



# 常見症狀-吞嚥困難

3. 調整食材：譬如從硬變軟質、由大變小塊、把固體變流質等皆是基本原則
4. 採取一邊用餐、一邊喝湯的飲食方式，這樣也可改善咀嚼或吞嚥情形。



# 常見症狀-吞嚥困難

5. 豬、牛肉或雞肉用電鍋、快鍋、壓力鍋蒸或燉爛一點，不必絞碎也很容易吃
6. 蔬菜可以切短一點，煮軟一點，或者煮成蔬菜湯都比較容易吞嚥
7. 水果打成果汁時要連渣一起喝增加纖維攝取
8. 病人咀嚼能力正常盡量不要剁



# 常見症狀-吞嚥困難

9. 加湯汁或醬汁讓剁碎的食物更容易吞嚥
10. 黏度太高的食物
11. 冰涼的水可以刺激吞嚥的反應
12. 對於會嗆到的人，可使用食物增稠劑改變水的濃稠度。



# 常見症狀-食道黏膜發炎

1. 急: 注意口腔衛生，緩: 教導攝取高熱量食物
2. 飲食軟質、流質為主(將食物切很小塊)
3. 飲食清淡、不刺激，避免酸、辣等油炸食物
4. 避免酸性食物



# 常見症狀-噁心

1. 避開肥膩及油炸、太辣、太燙或味道太強的食物
2. 用餐地點
3. 可嘗試冷的或室溫的食物，熱食有時會增加噁心的情形
4. 治療前一至二小時禁食(learned food aversion)
5. 記錄
6. 藥物



# 空氣流通



VS



# 常見症狀-貧血

1. 補充含鐵質豐富的食物
2. 多攝取含蛋白質豐富的食物
3. 含維他命 C 豐富的食物
4. 葉酸
5. 維生素B12

# Q&A

- 鐵質吸收率?

動物性鐵質

植物性鐵質

- 維生素C跟鐵質

餐前攝取?同時攝取?餐後攝取?

# Q&A

軟質？

1. 煎蛋VS蒸蛋

2. 木瓜VS土芭樂

3. 炸肉VS雞腿肉

4. 韭菜VS葫蘆瓜

5. 軟質食物中，所有蔬菜跟肉類需以泥狀供應？

6. 軟質飲食是一種過渡期飲食？

# 大綱

1. 惡病質的機轉
2. 癌症病人營養需求
3. 食道癌病人術後飲食
4. 常見症狀
5. 營養品的選擇
6. 長期飲食
7. 高熱量高蛋白軟質食物製作

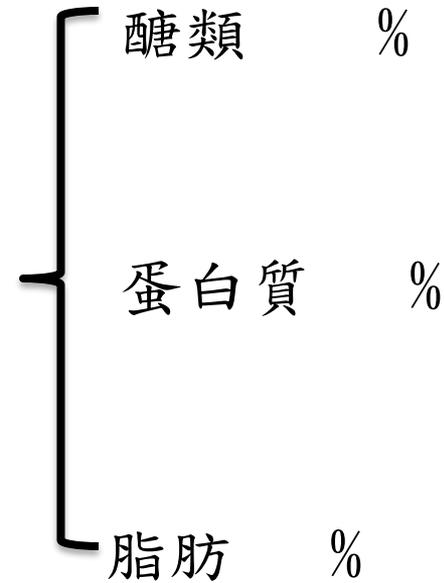
# 誰能角逐最適合病人的營養品？

## 營養品的選擇



# 營養品的選擇

治療期間三大營養素比例



# 腫瘤配方常見成分

## 魚油：

1. EPA可減少 pro-inflammatory cytokines，減少體蛋白流失

2. 降低REE

3. DHA及EPA可以幫助術後復原

# 腫瘤配方常見成分

## 精胺酸：

提高氮素滯留

## 核糖核酸：

合成RNA

## 左旋麩醯胺酸：

腸道黏膜細胞能量來源，防止腸絨毛萎縮  
幫助黏膜修復，緩解口腔潰瘍與腹瀉問題

# 大綱

1. 惡病質的機轉
2. 癌症病人營養需求
3. 食道癌病人術後飲食
4. 常見症狀
5. 營養品的選擇
6. 長期飲食
7. 高熱量高蛋白軟質食物製作

# 追蹤期的長期飲食



# 追蹤期的長期飲食

1. 以軟質為主
2. 避免早飽
3. 進食採坐姿或半坐臥避免傾食症候群
4. 進食後也勿平躺避免食物胃液逆流
5. 少量多餐

# 大綱

1. 惡病質的機轉
2. 癌症病人營養需求
3. 食道癌病人術後飲食
4. 常見症狀
5. 營養品的選擇
6. 長期飲食
7. 高熱量高蛋白軟質食物製作

# 馬鈴薯肉泥



1.將50g豬肉洗淨



2.馬鈴薯  
100g切丁蒸熟



將馬鈴薯壓成泥



將瘦肉剁成泥加少許鹽、酒拌勻



5.肉泥+  
馬鈴薯泥  
拌勻



6.將泥攤  
平中間壓  
低



7.中間打  
一顆雞蛋



蒸10分鐘，  
出鍋灑蔥  
花即可





# 肉丸子

1. 細絞肉再用刀剁成肉泥加入蛋和蔥薑水  
(或用果汁機一起打成肉泥)
2. 加調味料及太白粉拌勻
3. 水煮開後用湯匙一匙一匙舀浸水裡，待  
浮起即成肉丸，可用來煮湯或燴丸子等

- 業務專區
  - 食品
  - 藥品
  - 醫療器材
  - 化粧品
  - 管制藥品
  - 區管理中心
  - 實驗室認證
  - 研究檢驗
  - 邊境查驗專區
  - 製藥工廠管理

目前位置: 首頁 > 業務專區 > 食品 > 食品營養 > 台灣地區食品營養成分資料庫

## 台灣地區食品營養成分資料庫

分類:  區域檢索:

序號	標題	發布日期
1	食品營養成份資料庫(新版)(另開視窗)	2013-04-25
2	食品營養成份資料庫(舊版)(另開視窗)	2012-03-27

### 查詢食物的營養素

衛生福利部食品藥物管理署2013/4/25發布

*Thank you for your attention*

