

腫瘤患者飲食禁忌

[發表醫師] :李靜姿 醫師(傳統醫學科)

[發布日期] :2009/5/25

腫瘤患者在經過手術、化療、放療後，大部分患者會出現體質虛弱、免疫功能下降的現象，在這個階段飲食上要注意營養，也不可濫服補品，以免造成身體上更大負擔。

一般而言，腫瘤患者平日飲食上應該經常食用含有抗癌保護因子的食物（Vit.A、Vit.C、非水解性纖維、癌抑制物），例如：甘藍菜、芥菜、花椰菜、菜豆、水芹菜、菠菜、黃瓜、橘子（於感冒咳嗽有痰時不要吃，會促進痰液分泌）蘋果、鳳梨、奇異果等。

而中醫在談到食療時，常常會配合時令節氣來天人相應治療疾病。什麼是配合節氣來藥膳調補呢？因為古代醫家經過數千年的觀察發現在農曆的大寒、穀雨、大暑、霜降這四個節氣的前三天（含節氣這一天）及後十四天總共 72 天，在這 72 天內進行藥補，人體自身的消化吸收能力及免疫功能都會比較旺盛。當然這是針對暫時沒有症狀患者比較好的進補時間，如果已經有症狀的患者，那就應該立即進行治療以免病情惡化。

對於放射線治療後，所引起的口乾舌燥盜汗、消瘦、心煩怕熱、多夢等陰虛症狀者，建議可以食用下列藥膳：

雞蛋銀耳羹

材料：白木耳 50 公克、雞蛋一個、冰糖少許

製法：先將白木耳放到溫水中浸泡 20 分鐘，洗淨，放入 800c.c 的水，先以大火煮開，再轉小火煮至白木耳熟軟，加入雞蛋打散至雞蛋熟後，再加冰糖調味即可起鍋食用。

服法：早晚各吃一碗。

二冬膏

材料：天門冬、麥門冬各半斤（中藥房有賣）、白砂糖一斤

製法：將上列兩種藥物洗淨，加入 2000c.c 的水，先以大火煮開，轉小火煮 60 分鐘，將藥渣去除，加入白砂糖攪勻溶解，再以小火煮十分鐘即可，藥膏放涼後置於容器中保存。

服法：對於喉嚨乾癢常常咳嗽無痰者，可以每次取一湯匙含於口中，一天數次。但糖尿病患者不可食用。

百合杏仁粥

材料：新鮮百合 2 兩（市場有賣）、甜杏仁 6 錢（中藥房有賣）、在來米一杯

製法：將百合及甜杏仁加水少許以果菜汁機打碎，加入在來水及適當的水煮到粥熟即可食用，便秘者可酌加蜂蜜調味。

服法：早晚各吃一碗粥。對於咽乾常常咳嗽者有效。

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。