

癌症患者

過肥過瘦

撰文：文樂軒 設計：林彥博

提及癌症患者，不少人或聯想到虛弱、營養不足的形象，這是因為受到病情及治療副作用等因素影響，有機會令胃口及體重下降，影響治療成效；但原來部分癌症患者在治療期間，體重反而容易急增，這同樣對治療成效有影響。今期營養師講解癌症治療與體重的關係。

體重下降 死亡風險增加

養和醫院營養師周明欣說：「不同癌症的類型或其治療方式，如果影響到患者的食道、腸胃或吞嚥能力，都有機會令其體重下降，常見飲食問題及治療副作用包括噁心、感覺胃部『頂住』、味覺改變、口腔發炎、便秘或腹瀉等。

病人一旦進食困難和營養攝取不足，體重會因而下降，令其變得虛弱，感染風險增加。透過驗血或會發現病人的身體情況欠佳，包括血色素指數下降、血蛋白或白血球數量不足，導致手術無法如期進行、化療副作用增加，及治療前需注射多支升白針等，上述情況都會延誤癌症治療進程，以及影響患者的生活質素。

一般患者在治療過程中，體重若下降百分之五或以上，需要留意飲食中熱量和營養攝取，因非故意的體重下降有機會影響治療效果，以及增加死亡風險。」



▲癌症的治療過程中會因為不同原因影響食慾，從而令病人營養攝取不足。



養和醫院營養師周明欣

乳癌患者 體重易升

相反，部分患者在治療過程中體重會上升，通常與患者治療期間活動量大減，以及荷爾蒙治療引致身體變化有關，常見包括女性乳癌和男性前列腺癌。

周明欣指出：「根據臨牀觀察，近六成乳癌患者在治療過程中體重會增加，特別是本身不是肥胖，有正常體重的女性，體重增加幅度較本身已屬肥胖的女性高。

她們肥胖的主要原因是疲倦、活動量大減、水腫等。雖然於治療後數天，其胃口及進食量一般，但若患者食慾回復正常後過分進補，體重會不跌反升，到完成治療後體重可增加超過十磅。」

荷爾蒙治療 體脂增加 肌肉減少

部分前列腺癌患者在治療過程中同樣容易體重上升，而放射治療和荷爾蒙治療都是前列腺癌的治療方法。荷爾蒙治療會影響體脂增加、肌肉流失和骨質流失，體重增加的幅度特別在開始荷爾蒙治療後的一年較顯著。研究發現，患者在治療中體重上升，亦會同時增加心血管疾病的死亡率，但如果患者能透過健康飲食並進行適當運動，可以改善這種情況。



前列腺癌患者會因為荷爾蒙治療而增加體重，同時增加心血管疾病的死亡率。



▲營養師建議癌症患者在治療期間維持體重，待完成治療後才開始減重，以免影響病情。

體脂過多 有利癌細胞形成

癌症患者的體重和體脂增加會對健康造成不良影響，以乳癌患者為例，患者接受化療後體重增加，化學治療引起周邊神經問題的副作用會增加。此外，也有患者在治療過程中，因過多營養而令體重、血壓和膽固醇上升。

體脂增多也會增加癌症風險，由於脂肪細胞會製造雌激素，脂肪細胞愈多，體內雌激素也隨之而上升，而雌激素增加會直接影響乳癌風險。多餘的脂肪細胞會觸發體內長期的低度炎症，這低度炎症有利癌細胞形成。

周明欣表示，一般不建議患者在治療過程中減肥，如體重屬超重或肥胖，建議治療中維持體重，治療完成後可以諮詢營養師和物理治療師以開展減重計劃。

利用體脂分析儀 了解身體組成

我們的身體由肌肉、脂肪、體液和骨骼組成。為了準確評估身體成分，可以通過人體生物電阻抗測量技術（俗稱「脂肪磅」），測量出與健康有關的指標。

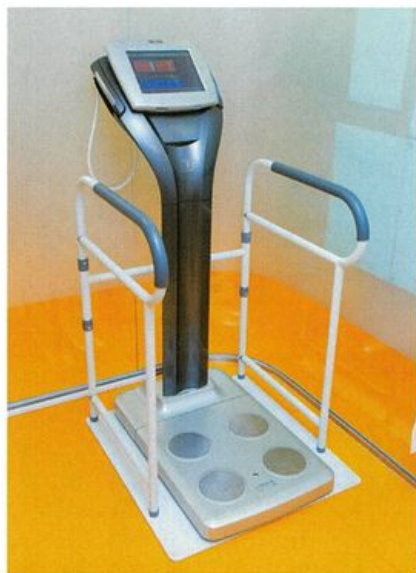
人體是一個導體，當電流通過人體時可以導電，脂肪磅的原理是使用低電流通過全身，以取得我們的肌肉量、脂肪量和相位角（Phase angle）。相位角值與細胞健康狀況相關，若人體營養狀況良好、機體細胞結構完整、功能性較好，相位角值隨之增加；若人體營養狀況不良，細胞膜結構、功能較差，相位角值

則相應降低。

周明欣指出：「透過最新的脂肪磅，可以得知癌症患者身體脂肪和肌肉比例及相位角，從而在飲食治療中著手，調整營養攝取，有助提升癌症治療效果及改善生活質素和存活率。」

分析儀除了適用於癌症患者外，亦有助健康人士了解身體狀況。研究數據展示，癌症患者相位角指數愈低，住院時間愈長，死亡風險愈高。」

▶「脂肪磅」有助患者了解自身身體狀況，從而提升整體癌症治療效果。



▶癌症患者在治療時除了常見的體重下降，亦有不少患者會在治療過程中增加體重，兩者同樣會影響癌症的治療功效。

同影響治療

