

# 全新癌症病人營養評估分析及建議 營養不良篩查計劃

## ● 體重變化對癌症病人的影響

非刻意的體重增減會增加癌症治療副作用風險和全因死亡率，如頭頸及胃腸道癌症病人接受化療後，大多會體重下降；相反，乳癌和前列腺癌病人接受荷爾蒙治療後，體重則會增加。**如能及早開始營養介入治療，就能維持理想體重和預防肌肉流失。**

## ● 癌症治療後的專門飲食

### 乳癌

接受化療時，逾五成病人的體重因治療而有所增加，但部份病人卻因胃口欠佳而體重下降。然而，這些體重增減均會增加治療副作用的風險，例如體重上升會增加因化療而引起的周邊神經病變風險，而體重下降則會降低存活率，故飲食是維持理想體重的關鍵。如體重上升，在化療期間應注意控制熱量但攝取足夠蛋白質以維持體重；如體重下降，則應作高蛋白高熱量飲食，以免體重繼續下跌。

### 前列腺癌

病人在施行放射治療後可能會出現腹瀉，接受荷爾蒙治療後身體脂肪及肌肉量亦會出現變化。如出現腹瀉，低纖(少量/不含蔬果)且有充足熱量和營養的飲食，對治療期間保持健康至為重要。由於荷爾蒙治療可能會令體脂增加但肌肉和骨質密度減少，故飲食宜高蛋白、高鈣及高維他命D，配以適合的熱量，以減輕和預防相關副作用，並有助減低前列腺癌的復發機會。

### 胃腸道癌

胃口欠佳、消化不良、腹瀉、便秘及吸收不良等是胃腸道癌病人的常見副作用，近八成患者更會出現體重驟跌(>5%)和營養不良。營養不良會進一步降低癌症治療成效及病人的生活質素，造成惡性循環。建議治療時跟從營養師指導，作易於消化的高蛋白高熱量飲食。

## 全新營養服務專為治療期間的癌症病人而設

為照顧癌症病人的營養需要，養和特別推出「營養不良篩查計劃」，註冊營養師會了解患者的體重記錄、身體組成、食量及飲食習慣，評估病人的營養狀況，並向他們及其家人提供有科學根據且易於跟從的營養指導，以應付治療期間出現的副作用，並補充營養。

### 計劃包括

- 體重及身體組成評估
- 註冊營養師為接受手術、化療、電療、荷爾蒙治療的癌症病人提供癌症治療飲食建議，著重高蛋白飲食、低菌餐及口服營養補充品
- 舒緩治療副作用的飲食貼士



	營養不良篩查計劃	首次營養評估及諮詢	覆診
每節時間	約20分鐘	60分鐘	30分鐘
體重及身體組成評估： 身高、體重、肌肉量、體脂百分比	✓	✓	✓
飲食營養指導	✓	✓	✓
個人化營養餐單編寫	✗	✓	✓
每節收費	HK\$380	HK\$970	HK\$590

## 常見問題

### 1. 諮詢營養師需要醫生轉介信嗎？

在養和醫療集團求診可毋須轉介信。如非在養和醫療集團求診，建議帶備醫生轉介信。

### 2. 我可以再次參加營養不良篩查計劃嗎？

可以，這計劃專為有意了解治療前及治療期間營養狀況及身體組成的癌症病人而設。如你的體重下跌超過5%並有胃口欠佳的情況，你便需要接受1小時的營養評估及諮詢，營養師會為你建議飲食計劃(詳情請參閱上表的首次營養評估及諮詢)。

### 3. 如何預約？診所在哪裡？

跑馬地養和醫院及筲箕灣養和東區醫療中心均有提供營養服務，辦公時間為星期一至五上午9時至下午5時，以及星期六上午9時至下午1時。請事先致電2835 8674(養和醫院)/2917 1150(養和東區醫療中心)預約。

### 4. 如我未能出席，可以由親友代表我作營養諮詢嗎？

可以，親友在取得你的同意下，可代表你出席諮詢。不過，由於你未能進行身體組成分析，他們需帶同你的最新身高體重記錄，以便在諮詢當日作出評估。如有需要，我們亦可透過電話或以Zoom形式諮詢。

請事先致電2835 8674(養和醫院)/2917 1150(養和東區醫療中心)預約。

