

化療期間的飲食貼士



化療藥物破壞迅速增生的細胞發揮治癌作用。治療期間骨髓受到壓抑，造成白血球過低，通常會在化療之後第 7-14 天降至最低。病人要留意日常生活和飲食，預防感染。以下給病人在飲食上的一些貼士。

攝取含豐富營養和衛生的食物對康復至為關鍵。病人和家人應確保所有肉類、家禽和魚類徹底煮熟，千萬不要進食生肉或未經煮熟的貝殼類、魚類、壽司或魚生等食物。雞蛋必需煮熟至蛋黃和蛋白成固體，這包括炒蛋、荷包蛋、蒸水蛋和太陽蛋。食品含有生雞蛋成份如沙律醬、蛋黃醬等也應避免。乳製品如奶、乳酪或芝士等含豐富蛋白質，有益健康但必須確保消毒，現時香港市面上出售的包裝奶品，都經高溫殺菌。豆腐可選取密封包裝的產品較為安全。蔬菜必需浸洗乾淨及煮熟。新鮮水果方面，可選擇厚皮的如橙或香蕉等，薄皮的如蘋果必須徹底清潔或去皮。若有任何疑慮，可以罐頭水果代替，也含應有的營養。有些蜂蜜可能未經消毒，還是避免為妙。

若有感染症狀如發燒、咳嗽、小便頻密或排尿困難等，必須立即治理。可返回醫院門診或緊急時到急症室求診。

如何順利安全度過化療？歡迎你致電 3921-3777 向註冊護士或社工查詢。專業團隊透過電話輔導、外展探訪和地區茶聚，為你提供癌症資訊、情緒支援和協助應付癌症帶來的種種困難。服務費用全免。

香港防癌會 - 賽馬會
「攜手同行」癌症家庭支援計劃

攜手面對癌患 同行復康之路

服務對象：任何階段癌症病人及家屬