

名医话养生

肿瘤病人饮食要护胃气、调肝脾

专家介绍

曾永蕾,安徽中医药大学第二附属医院肿瘤科主任,硕士生导师。安徽省中西医结合学会肿瘤专业委员会常委,安徽省中医药学会肿瘤专业委员会常委,安徽省抗癌协会常务理事,安徽省针灸学会常务理事,合肥市抗癌协会常务理事。从医30年来一直从事中医、中西医结合临床工作。专科专病特长:1.中西医结合治疗恶性肿瘤。2.中西医结合、针药并用防治化疗毒副作用,如化疗所致骨髓抑制、消化道反应;放疗所致放射性肺炎、放射性肠炎等。3.晚期肿瘤的中医综合治疗。



□ 王津淼 星级记者 俞宝强 文 / 图

肿瘤病人能吃鱼虾吗?能吃辛辣的东西和发物吗?营养怎么补充?等等。其实这些问题是广大肿瘤患者疑惑的问题。安徽中医药大学第二附属医院主任医师曾永蕾表示,中医讲究辨证施治,对于肿瘤患者不能一概而论,要因人、因地、因时而异,要辨病、辨证而定。

临床没有遇到因忌口不严而复发病例

中医很看重“胃气”,古人云“有胃气则生,无胃气则亡”,可见胃气在人体的重要。曾永蕾认为,由于肿瘤的直接侵犯,手术的损伤,放化疗的毒副作用,以及肿瘤患者常有的情绪变化,都能影响和损伤脾胃的消化功能,造成营养吸收障碍。因此,“顾护胃气、和调肝脾”是肿瘤病人始终注意的原则。可用山药、芡实、薏仁米、白扁豆、赤小豆、大枣、佛手、莱菔子、白萝卜、山楂、茯苓饼、神曲、鸡内金、猪肚、羊肚、羊肉、鱼肚等健脾疏肝之品,调配成食品,

患者食谱不宜太严,也不宜太窄

“有些早期患者手术根治效果较好,即使没有饮食上的‘忌口’也没有出现复发或转移。这说明将复发和转移完全归罪于‘忌口’不严是没有科学根据的”。曾永蕾认为,“忌口”问题还有待进一步的科学研究。但是,根据中医理论,饮食与癌症的发生发展有较为密切的关系,适当的“忌口”还是需要的,但要反对那种过分强调“忌口”的行为。

曾永蕾认为,对肿瘤患者的“忌口”主张在“辨证施食”的原则下进行,不宜太严,食谱也不宜太窄。有的人故弄玄虚,让患者无所适从,甚至豆腐、蔬菜之类

对于不同病种,食谱应有所侧重

曾永蕾提醒,由于肿瘤病人接受的治疗不同,在饮食上还要根据具体治疗方法给予恰当的饮食。如接受放疗及化疗的病人常会引起味觉异常、厌食,病人往往吃什么都变成苦味或味不正。处理的办法是:多吃高蛋白、高营养的食品和新鲜水果、蔬菜等;在食物中增加调味品;多做些色香味形都好的食物以引起食欲;餐前喝一小杯酸性饮料可起到开胃的作用,给病人补充适量的锌和复合维生素B,也可改善味觉,增加食欲。

“对于不同病种,食谱应有所侧重”。曾永蕾认为,由于癌症的发病部位不同,诱发原因各有所异,所以对

长期服用。

目前对恶性肿瘤还缺乏有效的根治手段,一些患者在术后及放化疗后不久即告复发、转移。部分患者及家属认为,复发、转移的原因是饮食不慎或“忌口”不严。一些地方相传鸡不能吃,鱼虾海货是“发物”,无鳞鱼不能吃等等。“在不少古方中,根据药物的不同还记载有许多相应的‘忌口’,有的还相当严格。但我们在临床工作中,并没有遇到因‘忌口’不严而致复发或恶化的肯定病例”。

都不敢吃了,致使患者的营养状况日趋恶化,这是十分有害的。肿瘤病人的饮食不仅要关注其内容,还要考虑其爱好及进餐环境。吃自己喜爱的食物,可使胃液分泌增加,能促进食欲,提高食物的吸收利用率。此外,进餐环境的优劣也可影响病人的食欲,应给病人创造愉快的进餐环境。肿瘤病人的饮食形式有普通饭、软饭、半流食与流食,应根据病人具体病情及消化、吸收能力分别安排。颈部放射治疗病人唾液减少,咽喉干燥疼痛,吞咽困难,饮食应多带水分,并较清凉。

于不同的癌症病种,食谱也各有侧重。如食管癌、胃癌、胰腺癌等严重影响消化吸收功能的肿瘤,需要加强营养,患者应该吃好一点,鼓励进食,少吃多餐,多吃肉、蛋、奶等营养之品,适当增加体重,增强体质。而大肠癌、乳腺癌等患者,通常营养状态比较好,可以像正常人一样吃东西、营养全面均衡就可以。尤其是大肠癌患者,他们的致病因素通常认为与吃得太精细、过食肥甘厚味有关,所以应该少吃脂肪或胆固醇含量高的肥肉、鸡蛋黄、动物内脏、坚果等食物。多吃玉米、小米、荞麦面等五谷杂粮及芹菜、青菜、白菜、水果等纤维素含量多的食物,控制体重,不能太过于肥胖。

合肥一高校发生疑似食物中毒
91例病例全部治愈出院

昨日,市场星报、安徽财经网记者从省卫计委应急办获悉,日前,安徽职业技术学院开元食堂发生一起疑似食物中毒事件。经全面溯源共搜索到91例病例,无重症、死亡病例。

据悉,该事件临床症状以腹泻、腹痛(绞痛、阵痛)、呕吐为主,首例病例于5月29日18时发病,末例病例6月1日12时发病,所有病例均已治愈出院。流行病学曲线显示本次疫情呈现点源暴露模式,疾控机构采集样品43份检测,有11份样品检出非O1、非O139群霍乱弧菌(不带有霍乱毒素基因ctxAB),专家组根据病人发病时间分布、潜伏期,共同就餐史等流行病学调查和实验室检测结果,认为是一起开元食堂食品污染导致的食源性疾病暴发事件。

相关卫生部门已对该校卫生管理提出要求,加强食堂加工环境、餐具消毒和从业人员的健康管理,所有工作人员实施预防性服药3天,并进行采样监测。并要求开元食堂符合餐饮服务单位建设标准和流程,加强食品从业人员卫生安全知识教育,加强校医管理,发现聚集性病例及时报告。

曾琪 星级记者 俞宝强

动车上3岁男童突发高烧
儿医专家挺身急救助脱险

日前一辆由宜昌东开往上海虹桥的D3074动车6号车厢里,发出紧急求救的信息:“6号车厢有孩子突发疾病,急需医护人员救助!”刚好安徽省儿童医院赴金寨革命老区义诊的专家们乘坐该趟列车返程,在听到列车广播里传来的求救信息后,就近7号车厢的康复科副主任医师张敏、新生儿科护士长张玉环立刻起身,迅速从7号车厢来到6号车厢。

车厢里,一位妈妈抱着一个男孩,着急得手足无措。3岁男孩小虎(化名)随妈妈从金寨到无锡探亲,在列车到达六安站时妈妈发现孩子高烧至39.4摄氏度,且孩子体温仍在持续升高。情急之下,家长只能通过列车员发布求助广播。

“请帮他外面较厚的衣服脱掉,以便尽快散热。”张敏蹲在孩子身边,一边耐心劝慰孩子妈妈,一边认真观察。张玉环为孩子脱掉鞋子和袜子,不间断地用手掌将孩子的脚心搓热,借此促进孩子的远端血液循环,辅助散热。张敏还请列车员打来一盆温水,仔细为孩子擦拭四肢和腋下的皮肤,借助物理降温的方法降低孩子体表温度。

在张敏和张玉环的努力下,10多分钟后孩子的温度开始下降,孩子妈妈握着医生护士的手,诚恳地向他们道谢。“孩子持续高热容易引起热性惊厥,连续3次以上的热性惊厥就有可能导致癫痫发作,对孩子的伤害非常大,如果不及时控制住体温,后果将非常严重,幸好这个孩子的体温控制住了。”在合肥南站下车时,张敏给孩子留下了应急的退烧药品。

王炜 星级记者 俞宝强