



# 肿瘤患者的饮食误区有哪些

## 少吃饭可以“饿死”肿瘤细胞吗？营养好会让肿瘤长得快吗？

凌波/文 张倩莹/图



热线：0551-62623752

肿瘤生长快慢由肿瘤本身特性所决定，营养物质为正常细胞所需，少吃或者不吃饿不死肿瘤细胞，且会导致营养不良，营养不良可导致免疫力下降、伤口愈合不良、感染性并发症增加。饥饿时，肿瘤细胞继续消耗机体储备的营养，约20%的肿瘤患者直接死于营养不良。大量研究证实，对于严重营养不良的患者，营养支持治疗可显著降低化疗毒副反应，提高治疗的耐受及疗效，部分研究还发现早期合理营养支持可能延长患者生存期。

2月10日上午，本报健康热线0551-62623752，邀请了安徽省肿瘤医院肿瘤内三科副主任医师尉浩斌与读者交流，和大家一起谈谈“肿瘤患者的饮食误区有哪些”。

### 营养好会让肿瘤长得快吗？

读者：您好，我的老父亲今年68岁，患胃癌近两年了，做了手术后食欲还可以，但考虑到他的消化功能减弱，担心营养太好会让病情变得更严重，这是正确的吗？

尉浩斌：不应由于担心营养补充对肿瘤有影响而减少或停止营养支持。肿瘤患者如果由于各种原因导致摄入不足，体重下降过快，应在主管医师及营养师的指导下进行规范的营养治疗，以维持或改善机体的营养状况及生活质量，提高治疗的耐受及疗效。如果您的父亲食欲尚可，不要刻意让他少吃，可以跟他的主治医师做一下深度沟通，由医生给出一些合理的饮食方面的建议。

### 不必让肿瘤患者一味进补

读者：您好，我母亲今年71岁了，刚刚查出食道癌，目前尚无明显不适，即将进入治疗阶段。想问问您，近期我们经常煲汤给她喝，希望有助于治疗前增强体质，您觉得合理吗？

尉浩斌：汤中所有的蛋白含量其实是比较低的，高汤的上层主要是油脂。盲目进补也是不可取的。如果您的母亲即将进入化疗阶段，化疗前一小时，建议吃些清淡的半流质食物，不要空腹接受治疗，如食欲不好，可以少量多餐，在恶心呕吐期间，可选淡味面包片、苏打饼干等适度补充营养，呕吐剧烈应告知医师，进行减症处理。因副作用导致进食困难时，不要勉强进食。

### 少吃红肉能防止酸性体质吗？

读者：您好，我平日无肉不欢，家族里长辈也有肿瘤患者。听说少吃红肉能防止酸性体质，是这样吗？

尉浩斌：红肉指的是烹饪前肉质呈红色的肉，一般指猪、牛、羊等畜类肉，特点是肌肉纤维粗硬、脂肪含量较高，尤其是饱和脂肪酸含量较高。



### 名医简介

尉浩斌 安徽省肿瘤医院肿瘤内三科副主任医师。从事肿瘤内科工作17年，熟练掌握肿瘤内科各种常见病多发病及疑难重症的诊断处理。专注于肿瘤营养与代谢治疗10年余，对非手术适应症恶性肠梗阻内科治疗、癌性恶液质内科治疗及肿瘤营养不良代谢调理治疗有丰富经验。

研究证据提示，过多摄入红肉，会增加人群的肠道肿瘤等患病率。其原因可能是与红肉中富含血红素铁及动物脂肪有关。

但需要注意的是，营养切忌走极端，建议限制红肉而非不能摄入红肉，致癌物只是提高致癌风险，不代表“吃了一定会致癌”。

红肉富含丰富的铁、蛋白质、锌等，是补铁改善贫血的好选择，效果远远优于植物来源的红枣、枸杞、阿胶等非血红素铁。所以，我们要注意的是饮食结构要合理，而不是抵制红肉。

### 健康新闻

## 安徽首例 胸腔出来“牛奶液” 介入救胸高难度“堵”漏

星报讯(记者 赵汗青) 近日，安徽省胸科医院成功开展一项治疗乳糜胸手术，为全省首例。

2022年10月初，张叔叔因胸闷在医院检查，发现左侧胸腔大量积液。当地医院当即对他进行胸腔引流，出现了“牛奶样”乳糜液。没有想到三个月之后，阴魂不散的胸腔积液再次出现，胸闷气短又找上门来。万般苦恼的张叔叔找到了安徽省胸科医院放射介入科团队。

放射介入科主任王彬在了解患者病情后，为他制定了淋巴管造影、胸导管逆行造影及栓塞术的诊疗方案。经过介入手术，充分引流后复查张叔叔的胸片，发现胸腔积液显著减少，左肺复张，患者胸闷症状消失。

王彬介绍，乳糜胸是由于任何原因所致的胸导管、胸腔内大的淋巴结乃至毛细淋巴管破裂，使得含有脂肪和蛋白的液体进入胸腔的疾病，是临床一种少见、但非常棘手的胸部疾病。

乳糜胸的诊断、治疗一直是临床难题。手术治疗中的胸导管结扎术因难以准确判断淋巴液外漏位置，难度大，效果不佳。因此，临床面对此类患者的诊治陷于困境。

近年来，一种经皮、微创的胸导管栓塞术被广泛地应用于治疗手术后乳糜胸以及开胸胸导管结扎失败的患者。通过淋巴管造影定位乳糜漏的发生部位，再经皮进行淋巴管栓塞，在瘘口以下阻塞胸导管，阻止乳糜淋巴液的渗漏达到临床治愈的目的。

“由于胸导管有时非常细小以至于不能用淋巴管造影清楚地显示，且通过静脉逆行插管胸导管非常困难，使得此类介入手术的难度增大，既往国内能开展此项手术的医院屈指可数，因此很多患者无法享受这项技术带来的好处。”王彬介绍，省胸科医院此次成功开展安徽省首例此项手术，将让老百姓在家门口享受到更加优质医疗服务。

### 健康提醒

## 冬春交替 谨防这些传染病“偷袭”

星报讯(记者 马冰璐) 2月14日，记者获悉，安徽省卫生健康委公布2023年1月全省法定报告传染病疫情，2023年1月(2023年1月1日0时至1月31日24时)，全省共报告法定传染病19种86458例，死亡43人，其中，33人死于艾滋病，9人死于肺结核，1人死于狂犬病。

全省无甲类传染病发病、死亡报告。乙类传染病中除14个病种无发病、死亡病例报告外，其余13种乙类传染病共报告80614例，死亡43例。报告发病数居前五位的病种依次为新型冠状病毒感染、病毒性肝炎、肺结核、梅毒、淋病，占乙类传染病报告发病总数的99.77%。

丙类传染病中除5个病种无发病、死亡报告外，共报告6种5844例，无死亡病例报告。报告发病数居前三位的病种依次为其它感染性腹泻病、流行性感冒、手足口病，占丙类传染病报告发病总数的95.16%。

二月份正值冬春更替之际，冷暖不定，春节后又逢复工复学高峰期，人员流动较大。安徽省卫生健康委提醒广大居民，仍需警惕新型冠状病毒感染、流行性感冒、人感染禽流感等和诺如病毒感染性腹泻等传染病。

### 家庭药箱

## 你家常备的小药箱，是不是缺这几味中药？

现在几乎每个家庭都会备有一个小药箱，以备不时之需，但多以见效奇快的西药，比如能迅速止痛的药、能马上降温的退烧药等为主。其实，我们家里也可以常备一些中草药，它们调理身体、解决一些小问题的能力并不比西药逊色。

**生姜** 生姜味辛性温，有发汗解表、温中止呕、温肺止咳的功效。比如家里人淋雨受凉了，喷嚏连连的，这时我们完全可以不用给他服什么治感冒的西药，切几片生姜，加点红糖煮水给他喝，保管他马上就生龙活虎的。不过，生姜较温，平时阴虚内热体质的人不宜使用。

**陈皮** 陈皮味辛、苦，性温，有理气、祛湿、化痰的作用，可用于治疗脾胃气滞引起的胃痛、胃胀、嗝气、恶心、呕吐等。老是咳嗽，痰液稀白稀白的，用陈皮泡水喝也是很有化痰止咳作用的。

老年人年老体衰，脾胃功能本身已经偏弱，如果出现胃脘及腹部胀满，进行各项检查如胃镜、肠镜也并无发现明显异常的，也可以煮点陈皮姜枣汤。

**山药** 山药味甘性平，有益气养阴、补脾肺肾的作用。小孩子脾胃虚弱，老是没胃口吃饭，而且还时不时腹泻，平时多让他吃点山药就最好不过了。

**山药** 长于养阴，对于更年期妇女以脾肾阴虚为主者，服用后可以缓解潮热、心慌等症状。山药对老人家肺气虚引起的慢性咳嗽、气促，肾虚引起的腰酸腿软，夜尿较频等都有一定的作用。山药的特点是药性平和，可作为食品长期食用(煲汤、煮粥味道都很不错)。

对于病后身体虚弱，需长期营养调补的人来说，山药更是“质优价廉”的补品。

**金银花** 金银花味甘，性寒，有很好的清热解毒的功效。金银花和菊花的性味有点相似，但它有更好的解毒作用。咽喉肿痛、热毒泻痢用金银花煎水代茶喝，不消一日，症状就会有大的改善。

**菊花** 菊花味辛、甘、苦，性微寒，有疏风清热、解毒、明目的功效。菊花主要清的是肝火，中医认为，肝开窍于目，因此，菊花对于肝火引起的眼睛方面的问题疗效尤为突出，比如眼睛出现疲劳或者干涩症状时，拿个杯子放些菊花、决明子、枸杞等明目的东西，用四五十摄氏度的热水冲泡，用升起来的蒸汽熏眼睛，能够缓解眼疲劳和眼干的症状。

陈延 据《健康时报》