



# 律敦治及鄧肇堅醫院

## 營養部

### 紓緩治療-適飲適食篇



#### 【民以食為天】

中國人認為飲食是維持生命的必要條件，**食物不僅提供營養給身體，也是愛與關懷的表現。**

但是紓緩治療病人受到身體狀況改變、疾病和情緒的影響、以及治療的副作用等因素，令病人減少進食。因此，一般的健康飲食建議未必適用於接受紓緩治療的病人。

- 紓緩治療飲食不只關注病人的營養攝取，**也從病人【身】體、【心】理、【社】交和【靈】性這四方面作出全面照顧**，希望病人在生命的最後旅程裡，能活得舒適安寧，提高生活質素。

## 紓緩治療飲食目標

### ❧ 早期紓緩治療

目標：提高生活質素和減輕不適症狀

建議：多進食營養豐富的食物和飲料，  
改善精神和增加體力。



### ❧ 晚期紓緩治療

目標：以病人安舒為本

建議：提供病人喜愛的食物，享受進食樂趣。

但如果病人情況下降胃口欠佳，便不宜勉強進食，以免給病人帶來壓力。



## 身體狀況改變

有研究指出，很多紓緩治療病人不會有肚餓或口渴的感覺，他們的身體狀況和營養需求會隨著病情發展而改變，例

如：

- 長期減少進食 → 新陳代謝減慢 → 營養需求減少
- 長期臥床或活動量減少 → 營養需求減少和胃口下降
- 腸胃消化力減弱 → 減少飢餓或容易飽肚的感覺

## → 減低對食物的耐受性

紓緩治療病人或會出現一些影響進食的症狀，例如：

疼痛、噁心、嘔吐、呼吸困難、食慾不振、失眠、便秘、腹瀉、水腫、口乾、腹脹、

腹水、皮膚痕癢、吞嚥困難及意識模糊

但當這些症狀得以控制後，大多病人都能夠改善食慾，維持飲食。

## 最後旅程

### ☞ 隨著病情發展

病人胃口會日漸減少，此時不宜勉強病人進食，以免增加身體和心理上的負擔。

### ☞ 到了臨終階段

即使病人拒絕進食，也應順從其意願，用舒服平安的方式走過人生最後旅程。

