

ĐD Đỗ Thị M - Khoa Ung bướu

Dinh dưỡng là một phần rất quan trọng trong chăm sóc người bệnh ung thư. Người bệnh ung thư có nguy cơ suy kiệt rất cao vì bệnh học ung thư và thời gian điều trị ung thư quá trình điều trị gây ra.

Theo các chuyên gia dinh dưỡng, chế độ ăn uống phù hợp, đầy đủ dinh dưỡng trong quá trình hóa trị có thể giúp bệnh nhân phục hồi nhanh và sống khỏe hơn. Tuy nhiên có nhiều triệu chứng bệnh lý xuất hiện trong và sau quá trình hóa trị bệnh học ung thư khiến năng lượng của người bệnh. Chứng bệnh như mất cảm giác thèm ăn, mất ngủ, đau đớn, buồn nôn... khiến chán ăn, sụt cân. Vì vậy nên thay đổi cách chế biến thức ăn phù hợp theo bệnh học kích thích vị giác, không dùng ăn cay, nóng, nhiều dầu mỡ, quá ngọt hoặc nồng mùi.

1. Đối với bệnh nhân mất cảm giác thèm ăn, nên:

- Thay vì chỉ ăn 3 bữa chính, hãy chia nhỏ thành 6 bữa ăn đều đặn trong ngày.
- Chuẩn bị sẵn thức ăn cho các bữa ăn hàng ngày.
- Mời người thân đến ăn để ăn nên chế độ có protein và năng lượng cao.
- Mang theo bữa ăn nhỏ để tiện dùng mọi lúc mọi nơi.
- Ăn những món ăn kích thích vị giác, thay đổi cách thức chế biến, sử dụng thức ăn mát thay vì đồ ăn nóng. Khi có việc phải đi xa hãy mang các món ăn bệnh nhân yêu thích hoặc gói thức ăn sẵn. Nên thử các món ăn mới vì khi ăn uống có thể thay đổi theo thời gian

Các biện pháp để cải thiện tình trạng dinh dưỡng cho bệnh nhân ung thư trong thời gian hóa trị .

Viết bởi Biên tập viên

Thứ năm, 19 Tháng 11 2015 20:08 - Lần cập nhật cuối Thứ năm, 19 Tháng 11 2015 20:52



2. Bệnh nhân hay nôn và buồn nôn nên ăn những gì? Nên ăn những món ăn dễ tiêu, không tiêu nhiều dầu mỡ, nên ăn những món ăn dễ tiêu, không tiêu nhiều dầu mỡ, nên ăn những món ăn dễ tiêu, không tiêu nhiều dầu mỡ.



Tại Việt Nam, bệnh nhân ung thư thường hay gặp phải tình trạng buồn nôn và nôn, điều này có thể do nhiều nguyên nhân gây ra, bao gồm cả việc sử dụng thuốc hóa trị. Để giảm thiểu tình trạng này, bệnh nhân nên ăn những món ăn dễ tiêu, không tiêu nhiều dầu mỡ, nên ăn những món ăn dễ tiêu, không tiêu nhiều dầu mỡ, nên ăn những món ăn dễ tiêu, không tiêu nhiều dầu mỡ.

Các biện pháp để cải thiện tình trạng dinh dưỡng cho bệnh nhân ung thư trong thời gian hoá trị .

Viết bởi Biên tập viên

Thứ năm, 19 Tháng 11 2015 20:08 - Lần cập nhật cuối Thứ năm, 19 Tháng 11 2015 20:52



• [Chickpea soup with lemon and herbs](#) on the blog



6. Dùng kẹo cao su hoặc kẹo cao su nhai: Chewing gum, đặc biệt là kẹo cao su nhai, có thể giúp giảm bớt cảm giác buồn nôn và nôn.



Các biện pháp để cải thiện tình trạng dinh dưỡng cho bệnh nhân ung thư trong thời gian hoá trị .

Viết bởi Biên tập viên

Thứ năm, 19 Tháng 11 2015 20:08 - Lần cập nhật cuối Thứ năm, 19 Tháng 11 2015 20:52



Để cải thiện tình trạng dinh dưỡng cho bệnh nhân ung thư, cần phải chú ý đến chế độ ăn uống hàng ngày. Cần ăn uống đầy đủ, cân bằng, đặc biệt là tăng cường các thực phẩm giàu dinh dưỡng, dễ tiêu hóa. Cần tránh các thực phẩm cay nóng, dầu mỡ, đồ ăn nhanh, đồ ăn chế biến sẵn. Cần uống đủ nước, khoảng 2-3 lít nước mỗi ngày. Cần vận động nhẹ nhàng, tránh劳累. Cần giữ tinh thần lạc quan, thoải mái. Cần tuân thủ theo hướng dẫn của bác sĩ điều trị.