

肝癌患者合理饮食早知道！

魏 黎

四川省林业中心医院 四川成都 610081

〔中图分类号〕R73 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2021) 11-088-01

肝癌是人们生活中一种常见的恶性肿瘤疾病，这种疾病会逐渐的影响患者的肝脏功能，并且会大幅度消耗患者体内的营养。只有针对肝癌这种疾病的影响制定合理的饮食规划，通过正确的饮食帮助患者充分补充营养物质，才能使患者以良好的身体状态直面肝癌。

1 低脂肪

在肝癌患者的日常饮食过程当中，保持低脂肪的饮食原则是非常重要的，这是因为摄入过多的脂肪会导致人们的肝脏发生脂肪堆积的现象，这对于控制患者的肝癌是非常不利的；反之，如果患者能够减少日常饮食中的脂肪摄入量的话，那么就可以在在一定程度上改善患者的恶心、呕吐与腹胀的症状，从而使肝癌患者的状况得到有效的改善。

2 高质量蛋白

受到肝癌这种疾病的影响，患者身体内的蛋白质会出现大量的消耗，特别是因为肝癌导致腹水的患者绝大多数都会出现低蛋白血症，这对于患者而言是非常危险的。因此，患者需要在日常生活当中多补充一些蛋白质来满足身体的需求。但是，由于蛋白质是需要人的肝脏进行消化的，摄入过多的蛋白质会导致肝癌患者的肝脏负担进一步加重，因此护理人员需要为患者进行蛋白质摄入的筛选，避免患者摄入过多的植物蛋白，而是以高质量的动物蛋白为主药的蛋白质来源。需要注意的是，很多动物来源的蛋白质食物中都有一定量的脂肪，这很容易影响到患者肝脏的机能，因此护理人员需要尽量选择低脂肪的动物蛋白食物，比如鱼肉、蛋清、脱脂奶等食物就能够在补充蛋白质的同时降低脂肪的摄入量。另外，由于肝癌晚期患者的肝脏功能损失会更加严重，而高蛋白食物的摄入会导致患者肝脏的负担加重，因此肝癌晚期患者需要严格控制蛋白质的摄入量。

3 高热量

在肝癌患者的日常生活当中，很多患者都会因为疾病的原因出现食欲减退、进食量下降等情况，再加上肝癌这种疾病发生之后患者的身体需要消耗大量的能量，而且上文提到的蛋白质与脂肪的摄入也需要进行一定的控制，因此很多患者都会随着疾病的发展而逐渐消瘦，这对于患者疾病的控制与

身体状况的改善是非常不利的。为了满足肝癌患者的热量需求，护理人员需要在日常生活当中为患者提供高热量的食物，比如葡萄糖、白糖、蜂蜜等都是不错的选择。但需要注意的是，护理人员应当注意按照患者的体重标准进行热量的供应，一般以每公斤体重摄入 35-40 千卡左右热量为最佳，如果摄入过多的话就会导致热量转化为脂肪，这对于患者的病情恢复是不利的。

4 高维生素

根据医学研究发现，维生素在抵抗癌症的过程当中有着非常重要的作用，比如维生素 A、C、E、K 等在抗肿瘤与促进肝细胞修复的方面都有着不错的表现。因此，护理人员需要注意在日常生活当中多让肝癌患者摄入一些维生素，比如富含维生素 C 与富含胡萝卜素的各类蔬菜水果都是不错的选择。至于胡萝卜素的摄入是因为这种物质可以在人体内转化为维生素 A，从而参与到人体抵抗癌症的过程当中。

5 易消化

肝脏作为人体消化系统的重要组成部分之一直接参与对食物的消化吸收，而肝癌这种疾病则会在影响患者肝功能的同时降低患者对食物的消化功能。因此，护理人员需要在为患者提供食物的时候尽量选择容易消化的食物，而像凉拌菜、烤馒头、生萝卜等生冷坚硬的食物则需要避免患者食用，才能更好的为患者补充营养。

6 其他禁忌

最后，肝癌患者还应当在日常饮食过程当中注意一些其他方面的禁忌，包括远离酒精，远离辛辣刺激食物以及保证食物的卫生等，这是因为酒精在进入人体后是通过肝脏代谢的；辛辣刺激食物会导致上消化道受到刺激并出血；而不卫生的食物则可能导致肠道感染，等等。只有注意这些禁忌，才能更好的帮助肝癌患者对抗疾病的影响。

作为人体新陈代谢循环中的重要器官，肝脏的重要性对于人们不言而喻，而肝癌这种疾病的产生则会使人们的身体受到多个方面的影响。只有通过饮食补充患者所需的营养，远离可能导致肝脏负担加重的不良饮食，才能更好的帮助患者战胜肝癌。

(上接第 87 页)

也同样高于对照组。血脂水平异常不仅会加重病情，对患者的预后也极为不利，血脂水平增高会增加心血管疾病发生率，而且心血管并发症是导致糖尿病患者死亡的重要因素之一，因为大量脂质沉积在血管壁加速了动脉粥样硬化病变的进程，动脉硬化病变会进一步引发肾功能损伤、眼底损伤及冠心病等疾病，这也是糖尿病相关并发症的病理基础。

综上所述，糖尿病患者进行血脂水平检测不仅可作为病

情严重程度的评价指标，而且可为提前预防糖尿病并发心血管疾病提供可靠依据，在降糖治疗同时，及时对其血脂水平进行干预和调节。

〔参考文献〕

[1] 李海光. 糖尿病患者进行血脂检验的临床价值分析[J]. 中外女性健康研究, 2019, 7(11):46-52.

[2] 林琳, 卢秋香. 分析血脂检验对糖尿病患者的临床诊断价值[J]. 临床心身疾病杂志, 2021, 22(z1):386-387.