

膀胱癌術後飲食

膀胱癌定義

90%的膀胱癌是屬於移行性上皮細胞癌。從膀胱內皮層延伸出去並侵犯膀胱肌肉層，也屬於侵犯性膀胱癌。可能會穿過膀胱生長並侵犯到鄰近器官。若癌細胞侷限在膀胱內皮層，則稱之為表淺性膀胱癌。經過治療後，表淺性膀胱癌可能會復發，且大部分會以其它的表淺癌症復發。

膀胱癌的臨床症狀

在早期並無明顯症狀，有些人會出現痛性或無痛性血尿、頻尿、尿急、尿痛、小腹脹痛、腰痛、排尿困難的症狀。

※手術治療方式：

- 經尿道膀胱腫瘤切除術（適用於零期與第一期）
- 膀胱局部切除術
- 根治性膀胱切除術合併尿路改道術（迴腸導管最常用）

術後可能引起的併發症	飲食調整
腎盂腎炎（代謝性酸高氯血症）	多喝水，避免攝取過多蛋白質
脂肪便	低油飲食，注意烹調方式
貧血	多攝取深紅色肉類（豬肉、牛肉）、深綠色蔬菜

飲食治療目標

期望病人藉由正確的飲食觀念達到良好的營養狀況。

手術後飲食原則

- 1.術後病人排氣後可即早進食，先以試喝溫開水，若無不適可經由流質飲食後進展成軟質飲食。
- 2.術後要多攝取水分，增加小便量，維持排便的順暢，而日常飲食需多攝取新鮮蔬果，避免因用力解便造成傷口的出血。
- 3.在食物的選擇要避免攝取易產氣的食物（地瓜、洋蔥、高麗菜…），也不要咀嚼口香糖，以免腸胃道過度產氣造成腹脹與腹部不適。

術後保健

- 1.儘量不要吃含防腐劑及醃漬的加工食物，均衡飲食且多選擇六大類食物之新鮮食材。
- 2.多喝水（每日2000c.c.，可減低致癌物在膀胱的濃度）。
- 3.定時排尿（勿憋尿）。
- 4.多攝取新鮮的蔬果及富含纖維質成分之食物（富含維生素A、B6、C）。
- 5.避免攝取高脂肪食物。
- 6.不吸菸。
- 7.少接觸染料與有機溶劑。

有助改善病情的營養素及其來源

營養素	食物來源
維生素A	魚肝油、肝臟、黃色蔬菜
維生素B6	全麥麵包、糙米、瘦肉、牛奶、蛋、肝臟、酵母、香蕉
維生素C	柑橘類水果、番石榴、青椒、甘藍菜
纖維質	芹菜、竹筍、蔬菜

一日飲食建議菜單



早餐	五穀米漿240c.c.、全麥土司2片、煎荷包蛋一個 大蕃茄1個（切片）
午餐	燕麥飯、清蒸鱸魚、炒百菇肉片、炒青花菜、 大黃瓜湯、奇異果1個
晚餐	什錦蔬菜拉麵（蔬菜拉麵、文蛤、草蝦仁、肉片 、小白菜）木瓜一飯碗量（或番石榴小1個）
晚點	安素含纖1罐（或低脂奶+麥片）

若術後還須接受化療或放療的病人則需要注意治療後所引起的不適反應（食慾不振、噁心、嘔吐…等症狀，可參考本科各式飲食衛教單張）。若病人體重有明顯減輕時，可至本院營養科門診諮詢以改善營養狀況。有好的營養補充有足夠的熱量與蛋白質，才能提升身體免疫力來改善病情。

如需進一步的營養照護，可請您的主治醫師會診營養師或掛營養科門診。
營養師會視您的疾病徵狀，給予您個別的飲食建議！

