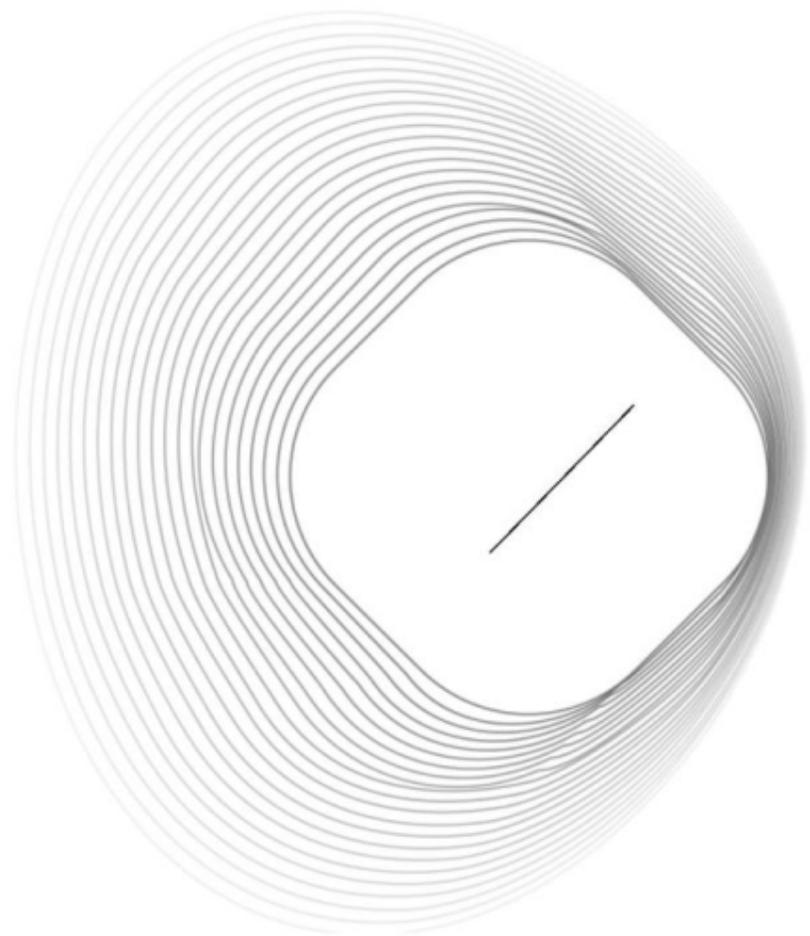
An abstract graphic on the left side of the slide. It features a large, light gray circle. Inside this circle, there are many thin, concentric, wavy lines that create a ripple effect. In the center of these lines is a solid black, irregular shape that resembles a drop or a teardrop.

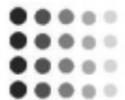
营养与肿瘤防治护理 课件

目录

- 营养与肿瘤的关系
- 肿瘤防治的营养学建议
- 肿瘤患者的护理
- 肿瘤防治的日常措施
- 营养与肿瘤防治的未来展望



营养与肿瘤的关系



营养与肿瘤的关联

长期营养摄入不足或过剩

可能导致免疫系统功能下降，增加肿瘤发生的风险。



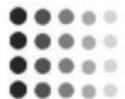
饮食习惯与肿瘤发生

高脂肪、高热量、低纤维的饮食习惯可能增加结肠癌、乳腺癌等肿瘤的风险。

特定营养素缺乏

如维生素A、维生素C、钙、硒等，可能增加某些肿瘤的发生率。





营养对肿瘤的影响

1

营养状况影响肿瘤生长速度

营养不良患者通常肿瘤生长较快，预后较差。

2

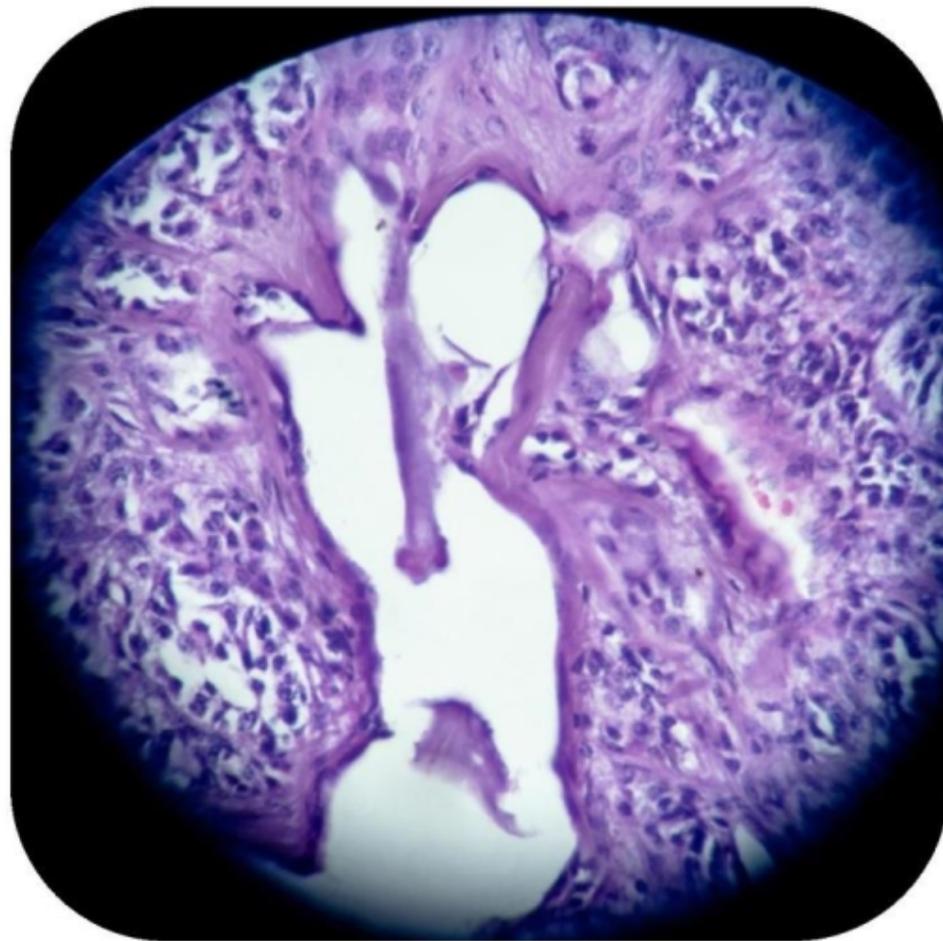
营养状况影响肿瘤治疗的效果

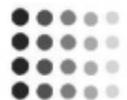
良好的营养状况有助于提高肿瘤治疗的耐受性和效果。

3

营养干预对肿瘤患者康复的作用

合理的营养干预有助于提高肿瘤患者的生存质量，促进康复。





肿瘤患者营养需求

能量需求

根据肿瘤患者的身体状况和活动水平，计算每日所需能量。

维生素和矿物质需求

保证各种维生素和矿物质的摄入，以满足身体的正常生理需要。

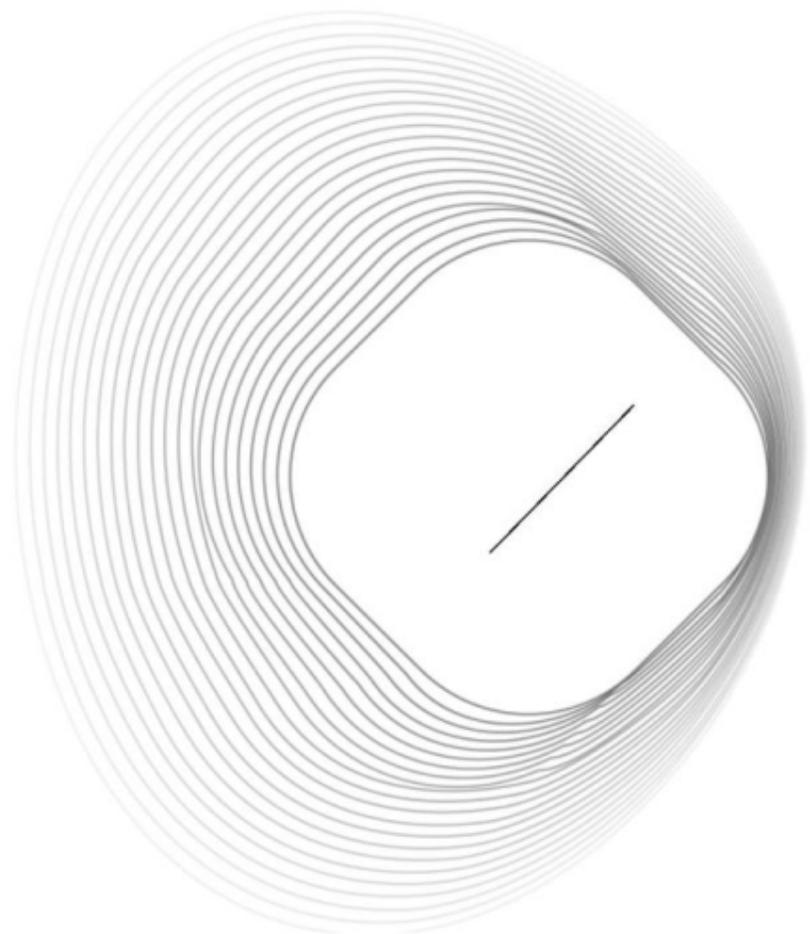


蛋白质需求

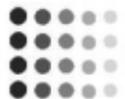
保证优质蛋白质的摄入，以满足组织修复和免疫维持的需要。

脂肪需求

适当摄入脂肪，尤其是饱和脂肪酸和单不饱和脂肪酸。



肿瘤防治的营养学建议



合理膳食结构



平衡膳食

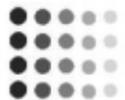
确保摄入足够的蔬菜、水果、全谷类、低脂肪乳制品、瘦肉、鱼类等，同时减少盐、糖和饱和脂肪的摄入。

控制热量摄入

避免过度饮食，保持适当的能量摄入，有助于控制体重，降低患癌风险。

增加抗氧化食物摄入

增加富含抗氧化物质的食物，如深色蔬菜、水果、坚果等，有助于抵抗氧化应激和自由基损伤。



适量运动

1

有氧运动

如快走、跑步、游泳等，
有助于提高心肺功能，增
强免疫力。

2

抗阻运动

如举重、俯卧撑等，有助
于增强肌肉力量和耐力。

3

适度运动

根据个人身体状况和医生
建议，选择适合的运动方
式和强度，避免过度疲劳。



保持良好心态

01



积极应对压力



学会有效应对压力，如通过冥想、瑜伽、深呼吸等方式放松身心。

02



建立社交支持网络



与家人、朋友和医生保持良好沟通，寻求支持和帮助。

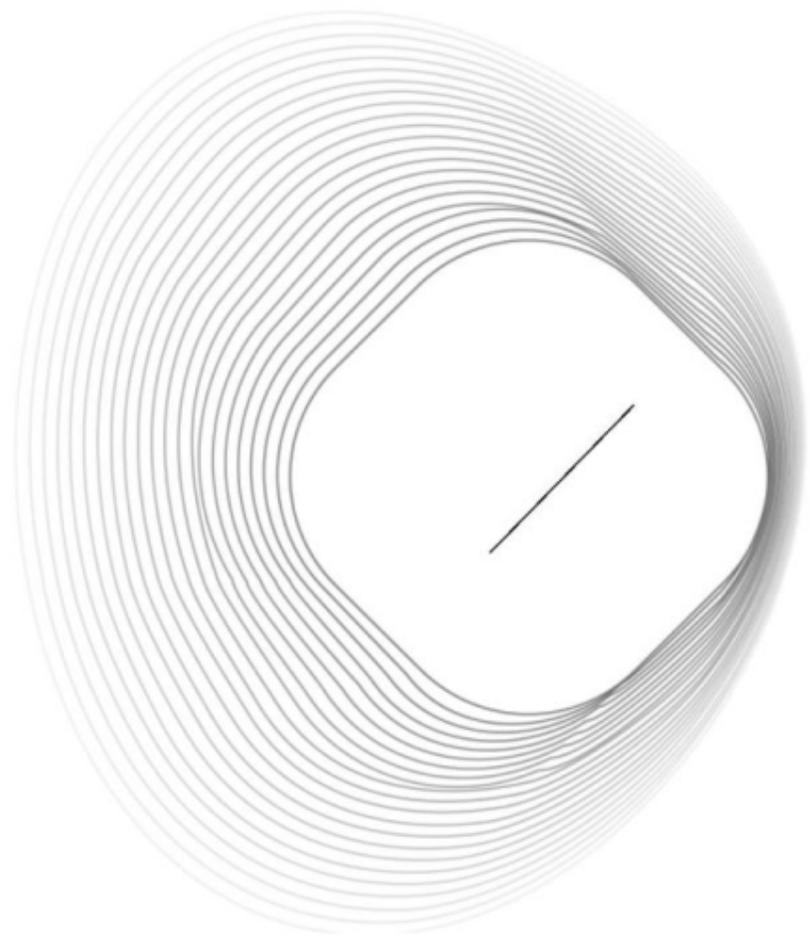
03



乐观心态



保持乐观积极的心态，相信自己能够战胜肿瘤，树立战胜疾病的信心。



肿瘤患者的护理

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：
<https://d.book118.com/405233110123011332>