

傾食症候群(Dumping Syndrome)

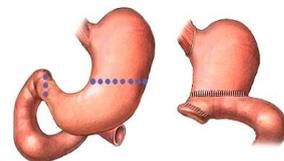
限制醣類飲食

症狀

進食後 10~15 分鐘上腹滿脹、虛弱、頭昏眼花、面色蒼白、出冷汗、疲乏無力、心悸亢進、噁心等

胃切除手術後發生腸道不適者

本飲食是藉限制飲食中的醣類，而使胃切除手術後發生傾食症候群的現象減除，並使體重減輕的現象儘量減少的一種飲食。



飲食原則

1. 初期需嚴格限制飲食中的醣類(每日以不超過 100~120 公克為宜)，而後隨病人的接受程度，經過細算後，逐漸增加醣類的含量。
2. 忌任何加糖食物及含酒精飲料，太冷、太熱、刺激性或調味太濃的食物，澱粉含量高的全穀雜糧類、水果及蔬菜需按計劃食用。
3. 為獲取足夠的熱量，減緩胃排空時間，可增加蛋白質和脂肪的攝取量。
4. 應以少量多餐方式供應，以減輕症狀。
5. 供應型態以溫度適中，固態而乾燥的食物為主，液態食物需於飯後 30~60 分鐘後或兩餐間方可食用。
6. 飯前、飯後均需休息，進餐時需細嚼慢嚥，若斜躺著進食，可延緩食物進入腸道的時間，有助於症狀的減輕。
7. 咖啡因是一種中樞神經興奮劑可使血管擴張，雖然尚無任何直接證據可證明其是與傾食症候群有關聯，如非必要儘量少喝咖啡、茶或其他含咖啡因的刺激性飲料。
8. 必要時需遵醫囑補充維生素及礦物質。

