MỤC LỤC

Giới thiệu
Yếu tố ảnh hưởng đến nhu cầu năng lượng
- Tình trạng bệnh lý và giai đoạn ung thư
- Tình trạng dinh dưỡng và cân nặng
- Tác dụng phụ của điều trị

Cách xác định nhu cầu calo
- Đo lường chi tiêu năng lượng
- Sử dụng công thức dự đoán

Khuyến nghị dinh dưỡng
- Tăng cường năng lượng và protein
- Chia nhỏ bữa ăn
- Sử dụng thực phẩm bổ sung

Kết luận
Tài liệu tham khảo

Giới thiệu

- Ung thư là một trong những nguyên nhân gây tử vong hàng đầu trên toàn thế giới, và việc điều trị ung thư thường đi kèm với những thay đổi lớn trong nhu cầu dinh dưỡng của bệnh nhân. Để hỗ trợ quá trình điều trị và phục hồi, việc xác định lượng calo và năng lượng cần thiết cho bệnh nhân ung thư là rất quan trọng. Bài viết này sẽ thảo luận về các yếu tố ảnh hưởng đến nhu cầu năng lượng của bệnh nhân ung thư, cách xác định nhu cầu calo, và các khuyến nghị dinh dưỡng để hỗ trợ điều trị.

Yếu tố ảnh hưởng đến nhu cầu năng lượng

Tình trạng bệnh lý và giai đoạn ung thư

- Nhu cầu năng lượng của bệnh nhân ung thư có thể thay đổi tùy thuộc vào loại ung thư, giai đoạn bệnh, và mức độ tiến triển của bệnh. Ví dụ, bệnh nhân ung thư giai đoạn cuối thường có nhu cầu năng lượng cao hơn do tình trạng tăng chuyển hóa và viêm nhiễm.

Tình trạng dinh dưỡng và cân nặng

- Bệnh nhân ung thư thường gặp phải tình trạng sụt cân và suy dinh dưỡng do mất cảm giác thèm ăn và tác dụng phụ của điều trị. Điều này có thể dẫn đến nhu cầu năng lượng cao hơn để duy trì cân nặng và sức khỏe.

Tác dụng phụ của điều trị

- Các phương pháp điều trị ung thư như hóa trị và xạ trị có thể gây ra các tác dụng phụ ảnh hưởng đến khả năng ăn uống và hấp thụ dinh dưỡng, từ đó ảnh hưởng đến nhu cầu năng lượng.

Cách xác định nhu cầu calo

Đo lường chi tiêu năng lượng

- Chi tiêu năng lượng có thể được đo lường bằng cách sử dụng các phương pháp như calorimetry gián tiếp, giúp xác định chính xác nhu cầu năng lượng của bệnh nhân.

Sử dụng công thức dự đoán

- Các công thức dự đoán như Harris-Benedict hoặc Mifflin-St Jeor có thể được sử dụng để ước tính nhu cầu calo dựa trên các yếu tố như tuổi, giới tính, cân nặng, và chiều cao. Tuy

nhiên, các công thức này có thể không chính xác đối với bệnh nhân ung thư do sự thay đổi trong chuyển hóa.

Khuyến nghị dinh dưỡng

Tăng cường năng lượng và protein

- Bệnh nhân ung thư thường cần tăng cường năng lượng và protein để duy trì cân nặng và hỗ trợ quá trình phục hồi. Các nguồn protein tốt bao gồm thịt nạc, cá, trứng, và các sản phẩm từ sữa.

Chia nhỏ bữa ăn

- Chia nhỏ bữa ăn thành nhiều bữa nhỏ trong ngày có thể giúp bệnh nhân dễ dàng tiêu hóa và hấp thụ dinh dưỡng hơn, đặc biệt là khi họ gặp phải các tác dụng phụ như buồn nôn hoặc mất cảm giác thèm ăn.

Sử dụng thực phẩm bổ sung

- Trong một số trường hợp, thực phẩm bổ sung hoặc đồ uống dinh dưỡng có thể cần thiết để đảm bảo bệnh nhân nhận đủ calo và dưỡng chất.

Kết luận

- Việc xác định và đáp ứng nhu cầu calo và năng lượng của bệnh nhân ung thư là một phần quan trọng trong quá trình điều trị và phục hồi. Bằng cách hiểu rõ các yếu tố ảnh hưởng đến nhu cầu năng lượng và áp dụng các khuyến nghị dinh dưỡng phù hợp, bệnh nhân có thể cải thiện chất lượng cuộc sống và hỗ trợ quá trình điều trị. Bệnh nhân và gia đình nên tham khảo ý kiến của chuyên gia dinh dưỡng để xây dựng một kế hoạch ăn uống phù hợp.

Tài liệu tham khảo

1. Calorie Restriction for Cancer Prevention and Therapy: Mechanisms, Expectations, and Efficacy – PMC.
2. Nutrition During Cancer Treatment – Stanford Health Care.
3. American Cancer Society Guideline for Diet and Physical Activity.
4. No appetite? How to get nutrition during cancer treatment – Mayo Clinic.