

# 岡山赤十字病院がん相談支援センター通信 No. 23

「がん治療前の食事のヒント」についての紹介です。

がん治療(外科治療、化学療法、放射線療法)が始まる前にどんな食事をしたらいいのか、食事、栄養について解説した冊子です。

「化学療法を受けられる方へ」のページではこのような質問に応じた解説があります。

?



食欲がなく、食べられません。効率よく栄養をとる方法を教えてください。



エネルギーとたんぱく質が不足しないようにごはんやパンに魚や肉、卵などを加えた料理がお勧めです。



献立の一例

フレンチトーストと  
アイスクリームとフルーツ添え



**ここがポイント**

おやつ感覚で1食分と同じくらいのエネルギーとたんぱく質、脂質が取れます。  
好きな果物やアイスクリームを添えて。

なめらか栄養スムージー



**ここがポイント**

固形物を受けつけないときにスムージーはいかがでしょう。  
豆腐、野菜、果物が入り栄養価が高くさわやかで飲みやすい一品です。



「がん治療前の食事のヒント」を希望される方はお気軽にセンターにお越しください。

がんサロンのお知らせ

日時: 8月1日、8月19日、9月5日 15時~16時

場所: センター棟4階 健康管理センター待合ホール

申し込みは不要です。ご参加ください。



お問い合わせ

岡山赤十字病院がん相談支援センター