



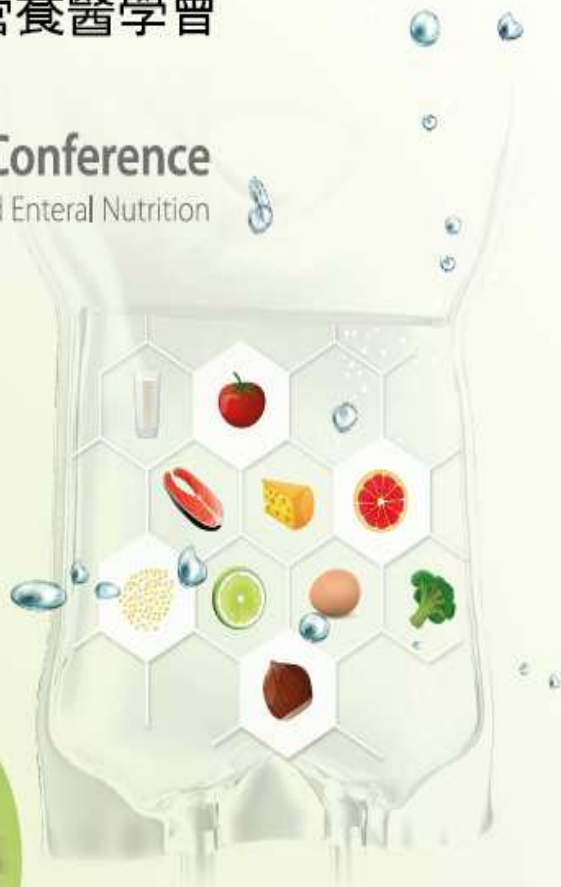
# 2020

台灣靜脈暨腸道營養醫學會  
秋季學術研討會

Autumn Academic Conference

Taiwan Society for Parenteral and Enteral Nutrition

10/25 (Sun)  
台大醫學院1F



# TSPEN

台灣靜脈暨腸道營養醫學會  
Taiwan Society for Parenteral and Enteral Nutrition

0045

### 從實證觀點探討營養補充品的介入是否可改善頭頸癌病人的營養狀態

#### Factors toward Intervention of Nutritional Supplements Improve The Nutritional Status of Patients with Head and Neck Cancer : An Evidence-Based Approach

林芮瑩<sup>1</sup> 潘怡萍<sup>1</sup> 張沛泓<sup>2</sup> 林成舫<sup>2</sup> 葉光揚<sup>2</sup>

基隆長庚紀念醫院 營養治療科<sup>1</sup>, 基隆長庚紀念醫院 血液腫瘤科<sup>2</sup>,

Jui-Ying Lin<sup>1</sup>, Yi-Ping Pan<sup>1</sup>, Pei-Hung Chang<sup>2</sup>, Hang Huong Ling<sup>2</sup>, Kun-Yun Yeh<sup>2</sup>,

Department of Nutrition, Chang Gung Memorial Hospital, Keelung, Taiwan<sup>1</sup>, Division of Hemato-Oncology, Department of Internal Medicine, Chang Gung Memorial Hospital, Keelung, Taiwan<sup>2</sup>.

#### 一、目的：

吞嚥困難是頭頸癌患者常見的問題是值得我們注意的部分，容易造成患者營養不良、吸入性肺炎等疾病的發生甚至增加死亡率。本團隊藉由實證醫學進行探討「補充口服腫瘤配方」為非侵入性、安全且緩和的營養介入支持，藉以預防或改善營養不良問題進行剖析，以避免身體因癌症治療而導致的副作用而導致食慾不振或攝取量降低，維持體重和增強體力以完成癌症治療提升生活品質。團隊依循實證醫學五大步驟，藉以瞭解頭頸癌病人於化放療期間有無補充口服腫瘤配方，對營養狀況之預後成效？

使用的PICO為：P：頭頸癌病人、I：使用口服腫瘤營養補充品、C：一般照護、O：好處：減少體重及體組成流失、提升營養狀況及生理功能。壞處：所費不貲。依照實證五大步驟，先形成PICO問題，以關鍵字及同義字於UpToDate、ACP Smart Medicine、Cochrane library、Pubmed、CINAHL及國家圖書館臺灣期刊論文索引等資料庫進行搜尋，Cochrane Library與Pub Med篩選出共4篇文獻，經刪除重複後，進一步評讀與設計。

#### 二、材料與方法：

為瞭解營養補充品的介入是否可改善頭頸癌病人的營養狀態，分為兩階段進行。第一階段：回溯1年資料與文獻資料相比。第二階段：頭頸癌病人在癌症中心入院後，營養師於住院期間給予飲食衛教指導與給予營養品補充，並介入醫病共享決策(Shared Decision Making, SDM)。

#### 三、結果：

兩組病人共有33名，平均年齡分別為 $55.8 \pm 8.2$ 歲與 $60.1 \pm 11.4$ 歲，體重介入前平均 $61.6 \pm 11.1$ 公斤與 $57.2 \pm 13.2$ 公斤。營養師建議熱量平均為 $1850 \pm 140$ 仟卡/天，對照組部分平均熱量攝取 $1218 \pm 588$ 仟卡/天，治療後熱量平均為 $1263 \pm 746.5$ 仟卡/天，介入組部分平均熱量攝取 $1841 \pm 384$ 仟卡/天，經介入後熱量平均可達 $1944 \pm 1031$ 仟卡/天，熱量攝取經營養師介入後達統計上差異( $p < 0.05$ )。平均住院天數介



0124

### 改善減重班學員減重後飲食健康指標之成效

#### Improve the effectiveness of dietary health indicators for weight loss class participants after weight loss

林奕岑\* 林瑋庭

基隆長庚紀念醫院 營養治療科<sup>1</sup>

Lin Yi-Tsen\*, Lin Wei-Ting.

Nutrition department, Keelung Chang Gung Memorial Hospital, Taiwan<sup>1</sup>

#### 研究目的

過重和肥胖會使罹患慢性病的風險提高，包括代謝症候群、糖尿病、心血管疾病和癌症等。在減重飲食策略中，由營養師個別飲食指導及團體衛教營養課程教導食物分類及分量之概念，並以營養知識問卷評估其營養相關技能及知識改善成效。

#### 材料

招募對象為身體質量指數(Body mass index)BMI  $\geq 24$  kg/m<sup>2</sup>，年齡在 18 歲以上 65 歲以下，試驗為期 12 週，在基準期和結束期進行體位測量及飲食健康指數問卷，且給予減重課程與飲食監控。

#### 方法

飲食控制期的 12 週，每週一次的個別飲食指導約 30 分鐘及團體衛教營養課程約 60 分鐘。營養師在第一週指導飲食紀錄填寫標準，包括時間、地點、食物名稱、材料、烹調方式、攝取份量或重量，並使用比例尺拍照。營養衛教課程包括認識六大類食物、食物代換與選擇、外食選擇技巧、認識食品標示、低熱量烹調技巧、每日飲食計畫、節慶飲食、維持體重等。

#### 結論

招募 50 位受試者，其中 17 位男性、33 位女性，完成試驗共 30 位，平均年齡  $41.64 \pm 10.82$  歲，教育程度：不識字有 8%、國小 4%、國中有 2%、高中職有 26%、大專以上有 60%。分析減重前及減重後的體重、身體質量指數、體脂肪量、體脂肪百分比、內臟脂肪區、腰臀圍比值皆有下降且達顯著差異 ( $p < 0.05$ )。另外分析飲食健康指數問卷，飲食內容健康指標總得分(滿分 40 分)從減重前平均分數  $22.33 \pm 4.95$  分，減重後提升至  $28.17 \pm 3.24$  分 ( $p < 0.05$ )，健康飲食內容指標總得分提升 26%；飲食習慣健康指標總得分(滿分 56 分)從減重前平均分數  $27.07 \pm 8.33$  分，減重後提升至  $41.50 \pm 7.89$  分 ( $p < 0.05$ )，健康飲食習慣指標總得分提升 53%；外食選擇健康指標總得分(滿分 40 分)從減重前平均分數  $19.93 \pm 6.37$  分，減重後提升至  $30.10 \pm 5.80$  分 ( $p < 0.05$ )，健康外食選擇指標總得分提升 51%。希望藉由個別飲食指導及團體衛教營養課程讓減重學員能了解正確的飲食內容，適當的調整飲食習慣，維持均衡的營養，來達到生活型態的改變，避免復胖產生。