

# Żywnienie podczas radioterapii



Autor  
Karolina Gorzkiewicz-Drzymalska  
Dietetyk, Specjalista ds. żywienia

1 minuta czytania

Głównym celem radioterapii jest zmniejszenie rozmiaru guza, zniszczenie komórek nowotworowych i powstrzymanie ich dalszego rozwoju.

W zależności od lokalizacji nowotworu mogą pojawić się [nudności](#), [biegunki](#), [brak apetytu](#), trudności z przełykaniem lub zbyt szybkie pojawianie się uczucia sytości.

## Zalecenia

- ✓ Dieta powinna być [lekkostrawna](#), [wysokobiałkowa](#) i [wysokoenergetyczna](#). Porcje powinny być bardzo małe objętościowo, ale podawane od 5 do nawet 7 razy na dobę.
- ✓ Dania można przyrządzać według upodobań chorego, ale w sytuacji podrażnień jamy ustnej należy unikać ostrych i drażniących przypraw takich jak pieprz, ostra papryka czy czosnek.
- ✓ Należy unikać surowego mleka, tłustych przetworów mlecznych takich jak sery smażone czy pleśniowe.
- ✓ Trzeba zadbać również o jak najlepsze źródło zdrowych kwasów tłuszczowych – olej lniany, oliwa z oliwek, miękkie masło lub pasta z awokado.
- ✓ Jeżeli chory w wyniku skutków ubocznych leczenia nie jest w stanie przyjąć odpowiedniej ilości pokarmów i pojawiają się widoczne skutki [niedożywienia](#), należy dołączyć do diety preparaty specjalnego przeznaczenia żywieniowego.

Materiały zamieszczone w serwisie bliskochorego.pl są opracowane przez ekspertów z dziedziny opieki paliatywnej, zgodnie z ich najlepszą wiedzą i doświadczeniem. Materiały te nie stanowią porady lekarskiej i psychologicznej, mają wyłącznie charakter informacyjny i nie mogą zastąpić bezpośredniej konsultacji ze specjalistą. W razie konieczności uzyskania pomocy medycznej należy zgłosić się do właściwego specjalisty.