



食管癌放疗期间的营养治疗

殷丽玲（山西省汾阳医院，山西汾阳 032200）

食管癌是常见的消化系统恶性肿瘤，发现时往往已经是中晚期，严重威胁患者的生命。我国较早开展了食管癌的筛查及防治工作。根据最新的统计数据，我国食管癌的标准化发病率及死亡率较之前明显下降，说明食管癌的防治取得了初步成效。食管癌的治疗主要包括手术、放疗、化疗、免疫靶向及姑息治疗。其中，放射治疗简称放疗，是治疗食管癌的重要手段，通过高能 X 线照射，杀灭肿瘤细胞，达到治愈或控制肿瘤的目的。但是，放疗也会引起食管正常组织的损伤，引起食道炎，进一步影响患者的进食，加重营养不良。所以，在放疗期间，良好的营养治疗可以帮助患者补充身体所需营养物质，增强免疫力，对提高放疗耐受度具有重要意义。本文结合大量临床经验和医疗研究报道，对食管癌放疗期间的营养治疗问题进行了梳理。

食管癌及其危害

食管癌是原发于食管黏膜上皮的恶性肿瘤，早

期症状常不明显，易被忽略，主要有吞咽时轻度异物感、梗噎感、闷胀感及烧灼感，进食后的食物停滞感等。随着病情发展，肿瘤会造成食管管腔的狭窄，出现典型食管癌表现，如进行性加重的吞咽困难、呕吐、胸骨后疼痛、贫血、体重下降等。若肿瘤压迫侵犯周围器官，则会引起刺激性咳嗽、呛咳、声音嘶哑，甚至大出血而危及生命。若肿瘤发生转移，则会出现相应转移部位的不适，如肝肿大、黄疸、腹部包块、腹水、骨骼疼痛。后期患者还会因营养不良造成极度消瘦及器官衰竭。从致病因素的角度分析，不良膳食习惯、吸烟酗酒、长期食用腌制食物、食物过烫或干硬等，都是食管癌发病的高危因素。另外，遗传及环境因素也与食管癌发病有关。

食管癌的放疗方法及作用

随着科学进步，大批医务工作者对食管癌的治疗进行了不懈探索，有效推动了药物治疗、手术治疗以及放射治疗等疗法的多元化应用。其中，作为

食管癌的常见治疗方式之一，放射治疗可以实现对病情的局部控制，对维护患者生命安全及生活质量具有积极意义。由于食管癌早期临床症状并不明显，大多数患者在发现时已处于中晚期阶段，已失去了根治性手术切除病灶的机会；同时，我国食管癌患者多数为鳞状细胞癌，对放射线相对较为敏感。因此，医生通常会采用放疗的方式进行治疗。食管癌患者的放射治疗主要包括术前放疗、术后放疗、根治性放疗及姑息性放疗等。其中，术前放疗有利于提升患者手术切除率，对于远期生存率的提高具有重要意义。术后放疗可以提高手术后局部控制率，防止肿瘤远处转移，通常会结合全身化疗以提高疗效。此外，对于胸上段或颈段食管癌患者，手术通常难以实施，可采取根治性放疗。放射性食管炎是放疗常见且严重的并发症，一般在放疗 2~3 周时出现，表现为吞咽困难伴疼痛，极易合并营养不良，甚至引起治疗中断。因此，放疗期间应积极治疗，加强营养干预，保证放疗顺利进行。

食管癌患者放疗期间的营养治疗要点

做好患者营养情况的评估

在临床过程中，为了提升食管癌患者营养治疗的综合水平，医务工作者应积极关注患者营养情况，并结合临床指标对于营养治疗的相关要点进行分析。在此期间，应由专业营养师和医生协同干预，结合患者体重、身高、营养吸收情况以及身体耐受度进行综合考量，从而有效促进营养治疗工作的顺利开展，确保营养治疗方案具有针对性和个体化。从治疗工作的角度来看，通过积极做好患者健康状况的科学评估与分析，医疗人员可以为其制定科学的膳食计划，为提升食管癌治疗综合水平的奠定基础。

制定行之有效的膳食方案

对于可以经口进食的患者，在膳食结构选择上，医务工作者应及时做好对不同食材的合理搭配，帮助患者通过膳食进一步实现对身体所需营养物质的

合理补充。在具体实施过程中，应积极做好新鲜水果与蔬菜的合理搭配，同时选择肉蛋奶等优质食材，帮助患者实现热量、优质蛋白以及维生素的科学补充。在此期间，考虑到患者往往伴有不同程度的吞咽功能障碍，医务工作者为其选取的食材应以柔软与易消化为主，同时尽量以流质和半流质食材作为首选，以有效降低患者吞咽的难度，确保实现对营养的补充。实践表明，相关做法可以帮助患者进一步改善消瘦和营养不良问题。通过积极控制油炸类食物和硬质食物，可以降低患者食管黏膜受损发生率，避免食管大出血的发生。此外，由于放疗过程中可能会加重患者水肿现象，因此要严禁食用生冷、辛辣等刺激性食材，以降低消化系统负担，促进肠道功能的完整正常。

做好肠内肠外营养的选择

食管癌是营养不良风险最高的恶性肿瘤，而放射治疗可进一步加重营养不良，所以做好营养支持治疗尤为重要。营养支持治疗主要以肠内营养和肠外营养两种形式为主。大量研究资料显示，医疗人员通常会主张以肠内营养作为主导，合理应用胃造瘘与鼻饲管等方式，有效帮助患者避开食管的梗阻段，以满足营养供应的需求。对于经口进食无法满足营养需求的患者，可以结合肠内营养液进行营养补充。如果单纯肠内营养无法满足营养需求或者肠道吸收功能差，就要选择肠外营养治疗。肠外营养治疗主要通过中心静脉输液的形式对营养物质进行合理补充，有利于帮助患者实现对于脂肪乳、电解质、氨基酸以及葡萄糖等物质的合理配比供应；同时，还应关注免疫营养素的补给，对维护患者机体功能具有积极作用。

总的来看，食管癌是我国发病靠前的恶性肿瘤，其带来的营养不良风险普遍存在。每位医生在治疗过程中需要格外关注患者的营养问题，尤其对放射治疗的患者，更应全程管理，从健康宣教、营养风险评估到营养方案的选择，做到规范化、个体化，进一步促进营养治疗工作内容的持续细化，确保患者能充分摄取营养物质。