



التغذية والأشعة العلاجية

- إتباع نظام الوجبات الصغيرة المنتظمة
- تناول الأطعمة عالية السعرات مثل الزبد، الكريمة، الفواكه .
- التركيز على الأغذية الغنية بالبروتين مثل البيض، اللحوم، و زبدة الفستق
- تناول السوائل بين الوجبات خاصة ذات المحتوى العالي من البروتين مثل كوكتيل مع حليب، مكمل غذائي مثل الأينشور،
- تقديم الطعام بأوقات مناسبة بحو مريح وبطريقه فاتحه للشهية
- ممارسة التمارين الرياضية لزيادة فتح الشهية

فقدان الوزن

- الجهاز العصبي
- الرأس - الرقبة
- البطن - الحوض

1- قلة الشهية
للطعام

- الحفاظ على نظافة الفم بالطرق الصحية مثل استعمال محلول باكتريوات الصوديوم بشكل يومي.

- فقدان الوزن
- نقصان الأغذية المتناولة

الرأس والرقبة

2- تقرحات الفم

- تجنب الأطعمة الساخنة جداً والعالية بالبهارات أو المالحه أو الأطعمة الصلبة جداً أو الحامضة
- تناول الأطعمة الطرية (الكستى، المهلبية، شورية الكريمة، اللحوم المرومة والخضار المطبوخة جيداً، البيض المسلوق، الجيوب المسلوقة، البطاطا المهروسة
- عدم التدخين أو تناول الكحول، أو الأغذية الغنية بالكافيين مثل البيسبي، الشاي، القهوة.



<ul style="list-style-type: none"> - تحديد الأطعمة والمدقات التي لا يمكن الإحساس بتذوقها - تقدير الطعام على درجة حرارة مناسبة للمريض حسب تقبله إضافة المحسنات الغذائية مثل الألوان، القوام والنكهات مثل البهارات - التركيز على الأطعمة الغنية بالبروتين مثل الدجاج واللحوم والبيض والسّمك والمقويات والأجبان - التنوع بالأطعمة لتقليل من مشكلة التذوق 	<ul style="list-style-type: none"> - فقدان الوزن - نقصان الأطعمة المتناولة 	<p>الرأس والرقبة</p>	<p>٣- فقدان حاسة التذوق</p>
<ul style="list-style-type: none"> - تحديد الروائح التي يشمها المريض وأنها مستساغ أو غير مستساغ بالنسبة للمريض، حيث يتم الابتعاد عن الغير مستساغ والتركيز على الأطعمة ذات الروائح المستساغة بالنسبة للمريض - تقدير الطعام بطريقة مشهوية للمريض وتشجيعه على الطعام 	<ul style="list-style-type: none"> - فقدان الوزن - نقصان الأطعمة المتناولة 	<p>الرأس والرقبة</p>	<p>٤- ضعف الشم</p>
<ul style="list-style-type: none"> - الانتظام بتنظيف الفم بالمحظّمات المناسبة بشكل يومي - الابتعاد عن الكحول والتدخين - زيادة استهلاك السوائل الفمضية مثل عصير الليمون والبرتقال - تناول الحلوى مثل الدريس، اللبس بطعم الليمون والبرتقال - تناول الأطعمة الرطبة الطرية واستعمال الصلصات مع الطعام مثل صلصات الزبدة والمايونيز والشوربات و الكريما - تناول السوائل بين الوجبات أو مع الوجبات - استعمال اللعاب الصناعي (حسب توصية الطبيب) 	<ul style="list-style-type: none"> - صعوبة البلع والضعف - فقدان الوزن - الألم بالأسنان 	<p>الرأس والرقبة</p>	<p>٥- جفاف الفم</p>
<ul style="list-style-type: none"> - الانتظام بالعناية بالفم والأسنان باستعمال الحائل المناسبة - تقدير الطعام على درجة حرارة مناسبة - تجنب الأطعمة ذات المحتوى العالي من السكر أو المنبجات التي تزيد من ألم الأسنان 	<ul style="list-style-type: none"> - صعوبة البلع والضعف - تحسس للأطعمة الباردة أو الساخنة والحلويات. 	<p>الرأس والرقبة</p>	<p>٦- تسوس الأسنان</p>

- استعمال الأطعمة المطحونة او المفرومة ناعمة
- استعمال الكمالات الغذائية مثل الانشور
- أضف الصلصات لوجباتك مثل متبلات. لبن، مرق، والسلاطات لتسهيل مضغ الطعام.
- حاول أن يكون الطعام كامل الاستواء، سهل المضغ والبلع مثل البيض المسلوق، بطاطا مسلوقة، معكرونة مسلوقة او دجاج ولحم مسلوقة جيدا أو أطعمة الأطفال المصنعة بالسوق
- أكثر من الماء والعصائر لترطيب الفم
- يمكن الاستعانة بكمّل غذائي متوازن مثل الانشور.
- استعمال الأطعمة المطحونة الطرية (اللحوم ، الخضار)
- تناول الأطعمة الغنية بالبروتين والطاقة و اضيف إلى غذائك اللبن، الرقو السلاطات لتسهيل مضغ الطعام.
- تجنب الكحول والكافيين والتدخين والفلفل والبهارات الحارة
- التنوع في نكهات الأطعمة المطحونة لزيادة قابلية المرض على تناولها (نكهة الفواكه، زبدة الفستق)
- يحتوي أكل المرض على سوائل كاملة وان لم يستطع تناولها في هذه الحالة يتم استخدام التغذية الأنبوييه.

- صعوبة البلع والمضغ
- فقدان الوزن
- سوء تغذيته

وهن وضعف عام بسبب
قلة تناول الطعام
والسوائل

الرأس والرقبة
والصدر

٧- ألم في مفصل
المنك
٨- صعوبة البلع
/التهاب المريء



<p>٩- قرحة معدية معوية</p>	<p>البطن</p>	<p>- فقدان الوزن - سوء الهضم</p>	<p>- تناول وجبات صغيرة و منظمه - التقليل من تناول الدهون ثم زيادتها تدريجياً - تخفيض تناول السكريات السيطه مثل (العسل و الرسي) - تناول سوائل بكميات بسيطه - تناول النشويات مثل البطاطا و الأرز و المعكرونة بكميات متوازنة - تجنب البهارات و طبيخ البندوره و المقالي</p>
<p>١٠- الاستفراغ والغثيان</p>	<p>منطقة البطن والحوض</p>	<p>- نقصان الوزن - نقصان في كميات الطعام المتناوله</p>	<p>- الإمتناع عن تناول الطعام قبل وبعد العلاج بالأشعة لمدة ساعتين - الابتعاد عن الأطعمة ذات الروائح القوية مثل السمك - إبتاع نظام الوجبات الصغيرة المنتظمة (٦ وجبات باليوم بدلا من ثلاث) - الإبتعاد عن الأطعمة المحتويه على البهارات والأطعمة ذات الحموضة العاليه بالإضافة إلى الأطعمةه الدسمة مثل الحلويات والمقالي - تناول الأطعمةه على درجة حرارة مناسبة على أن لا تكون حارة أو بارده جدا. - تناول السوائل قبل أو بعد الوجبة وليس خلالها - لا تستلق بعد تناول الوجبة على الأقل لمدة ساعة - امتنع عن تناول الطعام لمدة ساعة بعد الإستفراغ. - التدرج بتناول كميات صغيره من السوائل الصافية مثل العصائر المصفاه وغير الحامضة والشوربات المصفاه بالتدرج بالكميات من ملعقه صغيره كل ١٠ دقائق ثم ملعقه كبيرة كل ٢٠ دقيقه حتى ملعقتان كبيرتان كل نصف ساعة. - إذا خمل المريض السوائل الصافية يكون مقصوره الانتقال لأخذ سوائل كاملة كالعصائر غير المصفاه والشوربات (شعيريه، أرز، بطاطا، ذره) والحليب واللبن والمهلبات.</p>





لأن حياتنا تستحق فلنتغلب على السرطان

مؤسسة الحسين للسرطان
King Hussein Cancer Foundation



مركز الحسين للسرطان
King Hussein Cancer Center

3rd circle - Sharif Hussein Bin Ali St.
P.O.Box 35102, Amman 11180, Jordan
Tel: (9626) 4617555 Fax: (9626) 4618999
E-mail: info@khcf.jo

الدوار الثالث - شارع الشريف حسين بن علي
ص.ب. ٣٥١٠٢، عمان، ١١١٨٠، الأردن
تلفون: ٤٦١٧٥٥٥ (٩٦٢٦)
فاكس: ٤٦١٨٩٩٩ (٩٦٢٦)

Queen Rania Al-Abdullah St.
P.O.Box 1269, Amman 11941, Jordan
Tel: (9626) 5300460 Fax: (9626) 5342567
E-mail: info@khcc.jo

شارع الملكة رانيا العبدالله
ص.ب. ١٢٦٩، عمان ١١٩٤١، الأردن
تلفون: ٥٣٠٠٤٦٠ (٩٦٢٦)
فاكس: ٥٣٤٢٥٦٧ (٩٦٢٦)

Free phone **0800 22 66 2** الرقم المجاني
www.khcc.jo