

윌름스 종양

## 보호자를 위한 안내 자료

치료 중 자녀의 식사를 돕는 방법



# 보호자를 위한 안내 자료: 치료 중 자녀의 식사를 돕는 방법

## 지금 식사가 중요한 이유...

음식은 다음에 도움이 됩니다:

- 체력 유지;
- 치료를 견디는 데 도움;
- 합병증 감소;
- 회복 지원.

**참고:** 적은 양의 음식과 음료라도 정말 중요합니다.

## 목표 - “단순하게 유지하기”

완벽한 식단이 필요한 것은 아닙니다.

다음에 집중하세요:

- 무엇이든 먹이기;
- 자주 음식을 제공하기;
- 자녀를 편안하게 해주기.

**참고:** 무엇이든 먹는 것이 아예 안 먹는 것보다 낫습니다.

## 자녀에게 음식을 주는 방법...

많은 양의 식사 대신:

- 2~3시간마다 음식을 제공하세요;
- 정식보다는 간식을 생각하세요;
- 자녀가 원하는 것을 먹게 하세요.

좋은 선택지:

- 요구르트;
- 땅콩버터를 바른 토스트;
- 달걀;
- 스무디;
- 치즈와 크래커.

## 수분 섭취는 음식만큼 중요합니다...

수분은 다음에 도움이 됩니다:

- 신장 보호
- 치료 약물 배출
- 탈수 예방

다음은 시도해보세요:

- 물
- 우유
- 스무디
- 수프

**참고:** 하루 종일 조금씩 마시는 것이 한 번에 많이 마시는 것보다 좋습니다.

## 아이가 먹고 싶어하지 않을 때...

이는 매우 흔한 일입니다.

다음은 시도해보세요:

- 부드러운 음식 (으깬 음식, 수프, 요구르트)
- 차가운 음식 (뜨거운 음식보다 대체로 더 쉬움)
- 자극적이지 않은 음식 (토스트, 밥, 바나나)
- 스무디 또는 밀크셰이크

피해야 할 것:

- 강한 냄새
- 맵거나 기름진 음식 (속이 안 좋을 경우)

**참고:** 아이가 감당할 수 있는 것을 스스로 알려주게 하세요.

**참고:** 자녀의 몸은 암과 싸우고, 회복하고, 성장하기 위해 열심히 노력하고 있습니다.

식품 안전 (매우 중요)...

자녀의 면역 체계가 약해져 있을 수 있습니다.

피해야 할 것:

- 덜 익히거나 날 고기;
- 날생선;
- 씻지 않은 과일/채소;
- 저온살균되지 않은 우유.

항상 지킬 것:

- 식사 전 손 씻기;
- 음식을 충분히 익히기;

부모님께 드리는 말씀...

힘든 일입니다:

어떤 날은 자녀가 잘 먹고, 어떤 날은 그렇지 않을 것입니다.

그것은 정상입니다:

완벽할 필요는 없습니다.

가장 중요한 것:

- 계속 음식을 제공하세요;
- 계속 물을 마시게 하세요;
- 편안하게 해주세요.

참고: 지금 정확히 자녀에게 필요한 일을 하고 계신 것입니다.

다음의 경우 의료팀에 연락하세요:

- 자녀가 24시간 동안 아무것도 먹지 않았을 때;
- 충분히 마시지 않을 때;
- 계속 구토할 때;
- 매우 피곤해 보이거나 힘이 없어 보일 때;
- 입술이 마르거나 탈수 징후가 보일 때.

참고: 본능을 믿으세요 – 걱정된다면 전화하세요!

참고: 부모님의 역할은 아이가 무엇을 먹는지 통제하는 것이 아니라, 그 과정을 함께해 주는 것입니다!

그림 1 / 보호자를 위한 안내 자료 (치료 중 아이의 식사를 돕는 방법)

| 중요한 이유  | 자녀가 체력을 유지하고, 감염과 싸우며, 더 빠르게 회복하도록 돕습니다                       |
|---------|---------------------------------------------------------------|
| 일상 관리   | 2시간마다 식사, 칼로리 + 단백질, 수분 섭취 장려, 아이가 음식을 선택하게 하기                |
| 치료 중    | 부드럽거나 차가운 음식, 강한 냄새 피하기, 스무디 시도, 아무것도 안 먹는 것보다 조금이라도 먹는 것이 나음 |
| 수분 공급   | 수분은 신장을 보호하고 치료 약물 배출에 도움이 되며, 자주 조금씩 마시게 하기                  |
| 식품 안전   | 날음식 금지, 재료 세척, 충분히 익히기, 손 청결 유지                               |
| 의사에게 연락 | 24시간 동안 식사 안 함, 물을 안 마심, 구토, 탈수 징후                            |
| 기억하세요   | 완벽할 필요 없이 영양과 편안함에 집중하세요                                      |



### Wilms Cancer Foundation (WCF)

Wilms Cancer Foundation(WCF)은 소아 신장암(특히 '윌름스 종양'으로 흔히 알려진 신모세포종)의 영향을 받는 어린이, 가족 및 의료 기관의 요구를 지원하고 대변하는 자선단체입니다. WCF의 사명은 이 질병의 확산에 대응하기 위해 인식 제고, 교육, 옹호, 조기 발견, 치료 및 지원을 위한 국제 프로그램을 구축하는 것입니다.

이 WCF 안내서는 교육 목적으로만 제공되며, 캐나다, 미국 및 유럽의 국제 소아종양학 표준을 기반으로 합니다. 궁금한 점이나 우려 사항이 있으면 자격을 갖춘 의료 전문가와 상담하시기 바랍니다.

© **세계보건기구 (WHO)**. Wilms Cancer Foundation(WCF)과 협력하여 허가를 받아 사용되었습니다. “CureAll”은 세계보건기구의 소아암 글로벌 이니셔티브(GICC)의 일환입니다. 세계보건기구는 특정 단체, 제품 또는 서비스를 보증하지 않습니다.