بنیاد سرطان ویلمز

تومور ویلمز

برگهٔ راهنمای مراقبان

تغذیه در طول درمان





مهم: این سند منبعی آموزشی و برنامه‌ریزی برای متخصصان سلامت، سازمان‌های غیردولتی، بنیادها و برنامه‌های انکولوژی کودکانِ ویژهٔ مراقبان است. جایگزین توصیهٔ پزشکی فردی، ارزیابی تغذیه‌ای کلیه، پروتکل‌های سرطان یا قضاوت بالینی مؤسسه نیست.

فهرست مطالب

راهنمای مراقبان: تغذیه در تومور ویلمز

راهنمای سریع پروتکل‌ها و توصیه‌های تغذیه در طول درمان تومور ویلمز

۱) چرا تغذیه مهم است ۱
۲) کربوهیدرات‌ها و چربی‌های سالم ۲
۳) اولویت‌های تغذیه در طول درمان ۳
۴) تغذیه در مراحل درمان ۴
۵) حمایت از سلامت و بهبودی بلندمدت ۵
۶) جدول‌های تغذیه ۶

چرا تغذیه مهم است



چرا تغذیه در درمان تومور ویلمز مهم است
اهمیت تغذیه در درمان سرطان کودکان

تغذیه با حمایت از رشد، عملکرد ایمنی، ترمیم زخم، انرژی، تحمل درمان و بهبودی کلی، نقش مهمی در درمان تومور ویلمز دارد. کودکان ممکن است به‌دلیل شیمی‌درمانی، جراحی، پرتودرمانی یا درمان عود، دچار تغییر اشتها و چشایی، تهوع، خستگی، کاهش وزن یا دشواری غذاخوردن شوند.

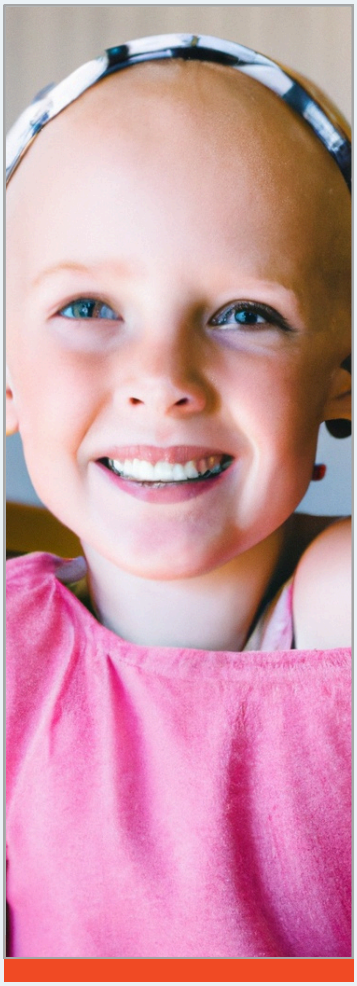
تغذیهٔ مناسب در طول درمان می‌تواند کمک کند به:

- حمایت از رشد و تکامل جسمی؛
- افزایش توان و انرژی؛
- حمایت از عملکرد دستگاه ایمنی؛
- تقویت ترمیم زخم و بازسازی بافت؛
- کاهش خطر سوءتغذیه؛
- بهبود تحمل درمان؛
- حمایت از بهبودی و بقای بلندمدت.

واکنش هر کودک به درمان متفاوت است؛ بنابراین نیازهای تغذیه‌ای در مراحل مختلف مراقبت سرطان کودکان می‌تواند تغییر کند.

تعادل درشت‌مغذی‌ها در طول درمان
تعادل مناسب پروتئین، کربوهیدرات و چربی‌های سالم می‌تواند در طول درمان و بهبودی از بدن حمایت کند.

کربوهیدرات‌ها



کربوهیدرات‌ها در طول درمان و بهبودی، انرژی مهمی فراهم می‌کنند.

منابع سالم کربوهیدرات می‌تواند شامل این موارد باشد:

- غلات کامل؛
- برنج و پاستا؛
- میوه و سبزی؛
- نان و غلات صبحانه؛
- سیب‌زمینی و غذاهای نشاسته‌ای.

کربوهیدرات‌ها به حفظ انرژی، فعالیت بدنی، عملکرد مغز و بهبودی در طول درمان کمک می‌کنند.

چربی‌های سالم

چربی‌های سالم به این موارد کمک می‌کنند:

- رشد و تکامل؛
- عملکرد مغز؛
- دریافت کالری هنگام کاهش اشتها؛
- نیازهای انرژی بلندمدت.

منابع چربی سالم می‌تواند شامل این موارد باشد:

- آووکادو؛
- روغن زیتون؛
- مغزها و دانه‌ها؛
- لبنیات؛
- ماهی چرب، در صورت مناسب‌بودن.

رژیم غذایی متعادل می‌تواند به حفظ وزن سالم و تاب‌آوری جسمی در طول درمان کمک کند.

اولویت‌های تغذیه در طول درمان



اولویت‌های تغذیه در درمان تومور ویلمز اغلب بر حفظ دریافت کافی کالری و مایعات، توان بدنی و تعادل تغذیه‌ای، هم‌زمان با مدیریت عوارض درمان، متمرکز است.

اولویت‌های رایج تغذیه می‌تواند شامل این موارد باشد:

- پیشگیری از سوءتغذیه؛
- کمک به آب‌رسانی؛
- حفظ وزن سالم؛
- حفظ تودهٔ عضلانی و انرژی؛
- حمایت از سلامت ایمنی؛
- مدیریت تهوع یا بی‌اشتهایی؛
- تشویق به تغذیهٔ ایمن در طول درمان؛
- حمایت از ترمیم و بهبودی پس از جراحی یا درمان.

برخی کودکان ممکن است به حمایت تغذیه‌ای بیشتری نیاز داشته باشند:

- غذاهای پرکالری؛
- مکمل‌های تغذیه‌ای؛
- اسموتی یا شیک؛
- وعده‌های کوچک و مکرر؛
- کمک به تغذیه در طول درمان شدید.

متخصصان تغذیهٔ انکولوژی کودکان با خانواده‌ها همکاری می‌کنند تا برنامه‌های فردی متناسب با مرحلهٔ درمان، علائم و نیازهای سلامت تنظیم کنند.

تغذیه در مراحل مختلف درمان
نیازهای تغذیه‌ای ممکن است در طول درمان ویلمز و زندگی پس از سرطان تغییر کند.

پیش از درمان



پیش از شروع درمان، تغذیه می‌تواند کمک کند به:

- تقویت توان و سلامت ایمنی؛
- آماده‌سازی بدن برای جراحی یا شیمی‌درمانی؛
- شناسایی زودهنگام کمبودهای تغذیه‌ای؛
- حمایت از رشد و تکامل سالم.

در طول درمان فعال

در طول شیمی‌درمانی، پرتودرمانی، جراحی یا درمان عود، اولویت‌ها می‌تواند شامل این موارد باشد:

- حفظ دریافت کالری؛
- مدیریت عوارض جانبی؛
- پیشگیری از کم‌آبی؛
- حفظ انرژی؛
- حمایت از بهبودی و ترمیم.

پس از جراحی

پس از جراحی، تغذیه می‌تواند کمک کند به:

- تقویت ترمیم بافت؛
- بازیابی توان و اشتها؛
- حمایت از آب‌رسانی و سلامت کلیه؛
- بهبود روند بهبودی و توان‌بخشی.

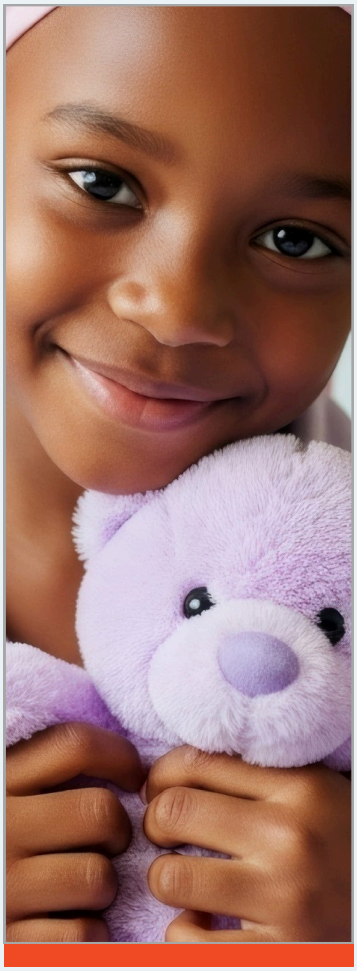
زندگی پس از سرطان و بهبودی بلندمدت

پس از درمان، تغذیه همچنان برای این موارد مهم است:

- بهبودی جسمی؛
- رشد و تکامل؛
- حفظ وزن سالم؛
- سلامت قلب و کلیه؛
- انرژی و فعالیت بدنی؛
- بقای بلندمدت و کیفیت زندگی.

عادت‌های غذایی سالم پس از درمان می‌توانند به تندرستی و بهبودی بلندمدت پس از سرطان کلیهٔ کودکان کمک کنند.

حمایت از سلامت و بهبودی بلندمدت



تغذیهٔ مناسب همچنان بخش مهمی از مراقبت پیگیری بسیاری از بازماندگان سرطان کودکان است. در کنار درمان پزشکی، توان‌بخشی، حمایت عاطفی و پیگیری بلندمدت، به کودکان کمک می‌کند پس از درمان ویلمز توان خود را بازیابند، رشد سالم را حفظ کنند، کیفیت زندگی را بهبود دهند و از سلامت بلندمدت خود حمایت کنند.

پیشرفت‌های تغذیه در انکولوژی کودکان، مراقبت حمایتی، پزشکی پس از سرطان و مراقبت چندتخصصی، همچنان حمایت تغذیه‌ای و نتایج بهبودی کودکان مبتلا به سرطان کلیه را در سراسر جهان بهتر می‌کنند.

تعادل درشت‌مغذی‌ها

مادهٔ مغذی	درصد
کربوهیدرات	۵۰٪
پروتئین	۲۵٪
چربی	۲۵٪

اولویت‌های تغذیه در طول درمان

دسته	امتیاز اولویت
آب‌رسانی	۹۰٪
کالری	۸۵٪
پروتئین	۸۰٪
الکترولیت‌ها	۷۵٪

اهمیت تغذیه در مراحل مختلف مراقبت

مرحله	امتیاز اهمیت
تشخیص	۷۰٪
درمان	۹۵٪
عود	۱۰۰٪
زندگی پس از سرطان	۸۵٪



بنیاد سرطان ویلمز

تلفن، ایمیل، وب‌سایت و نشانی:
+1 (778) 514 5000 | info@WilmsFoundation.org
www.WilmsFoundation.org
Suite 2147, 712 H Street NE, Washington DC, United States, 20002

بنیاد سرطان ویلمز، WCF و شعارهای «غلبه بر سرطان کلیهٔ کودکان» و «بیماری‌ای که هرگز نامش را نشنیده‌اید» علائم تجاری بین‌المللی بنیاد هستند و تحت حمایت حق نشر قرار دارند. محتوا و طراحی این سند متعلق به بنیاد سرطان ویلمز است. © حق نشر. تمامی حقوق محفوظ است.

طبق قوانین حق نشر، کپی، فتوکپی، بازتولید یا ترجمهٔ تمام یا بخشی از این سند بدون اجازهٔ کتبی قبلی بنیاد سرطان ویلمز مجاز نیست.

ایالات متحده: سازمان معاف از مالیات | کانادا: مؤسسهٔ خیریهٔ ثبت‌شده
501(c)(3) | EIN: 98-3478827 | Canada: 756261939BC0001

© حق نشر | بنیاد سرطان ویلمز | تمامی حقوق محفوظ است.

بنیاد سرطان ویلمز (WCF)

بنیاد سرطان ویلمز (WCF) سازمانی خیریه است که از کودکان، خانواده‌ها و سازمان‌های سلامتِ درگیر با سرطان کلیهٔ کودکان، به‌ویژه نفروبلاستوما یا تومور ویلمز، حمایت می‌کند و نمایندهٔ نیازهای آنان است. مأموریت آن ایجاد برنامه‌ای بین‌المللی برای آگاهی‌رسانی، آموزش، حمایت از حقوق، تشخیص زودهنگام، درمان و پشتیبانی برای مقابله با گسترش این بیماری است.

این راهنمای بنیاد صرفاً برای آموزش است و بر استانداردهای بین‌المللی انکولوژی کودکان در کانادا، ایالات متحده و اروپا استوار است. اگر پرسش یا نگرانی دارید، با متخصص واجد صلاحیت سلامت مشورت کنید.

© سازمان جهانی بهداشت (WHO). با اجازه و با همکاری بنیاد سرطان ویلمز (WCF) استفاده شده است. CureAll بخشی از ابتکار جهانی سازمان جهانی بهداشت برای سرطان کودکان (GICC) است. این سازمان هیچ سازمان، محصول یا خدمت مشخصی را تأیید نمی‌کند.

© حق نشر | بنیاد سرطان ویلمز | تمامی حقوق محفوظ است.