

胃癌患者术后食山药薏仁粥可助恢复公卫执业医师考试 PDF  
转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/646/2021\\_2022\\_\\_E8\\_83\\_83\\_E7\\_99\\_8C\\_E6\\_82\\_A3\\_E8\\_c22\\_646151.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/646/2021_2022__E8_83_83_E7_99_8C_E6_82_A3_E8_c22_646151.htm)

胃癌患者做完手术后，因切除了大部分的胃，易出现腹胀、恶心、呕吐等不适。其实，术后出现消化不良症状，除进行饮食调理外，中医自我按摩也能起到不错的效果。北京中医医院消化中心主任医师刘汶解释说，胃大部分切除后，残胃的运动功能受损，排空变慢，不仅吃进去的东西难以消化、吸收，排出去也很困难，因此不少胃癌患者术后会出现腹胀、恶心、呕吐、便秘等。要想缓解上述不适，刘汶医生认为简单的穴位按摩，很值得推荐给刚刚手术完的胃癌患者。刘汶医生所说的按摩方法是每天早晚按揉内关穴（前臂掌侧横纹上2寸，两条筋之间）、足三里穴（在膝关节下方约3寸，约4横指的距离）、中脘穴（剑突与肚脐连线的中央），每次5~6分钟，其功效是帮助胃排空、加速胃动力，进而缓解消化不良。如果每晚临睡前，顺时针方向按摩腹部100~200次，也能帮助排便。其实，对胃癌患者来说，三分治七分养的道理更为重要。少食多餐，饮食清淡易消化自不用多说，术后胃损伤较严重，应特别强调膳食进补。刘汶主任医师推荐了一些食疗方：多吃些健脾胃的药膳粥，如山药薏仁粥，做法是用山药20克、薏苡仁20克、粳米100克，把薏苡仁和粳米煮半熟时，加入山药熬熟即可。此药膳中的薏苡仁，不仅有健脾补气作用，还有抗癌功效，可提高患者免疫力。此外，胃癌患者术后因幽门功能不全，容易发生胆汁反流性胃炎，因此舒肝理气、消炎利胆也很重要，不妨喝些陈皮茵陈大枣汤，做法是取陈皮10克

茵陈50克、大枣10个，用水煎服饮用。需要提醒的是，胃癌患者无论吃什么，都要耐心嚼碎，多用舌头辅以唾液搅拌，以口腔代替胃的部分消化功能，有助于营养吸收和利用。更多信息请访问：百考试题医师网校 医师论坛 医师在线题库 百考试题执业医师加入收藏 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)