

卵巢癌患者的营养应遵循平衡膳食、合理营养、维持机体代谢平衡的基本原则，世界癌症研究基金会建议肿瘤患者的饮食如下：(1) 多吃全谷类如：燕麦、大麦、荞麦、糙米、玉米和豆类，非淀粉类蔬菜和水果至少 400g/天；(2) 每周摄入不少于 500g 的猪肉、牛肉、羊肉等红肉类，少吃烟熏、腌制或加化学防腐剂保存的熟肉类制品；(3) 少吃高能量的食物如高脂、加糖、低纤维素，避免含糖饮料，少吃快餐；(4) 避免盐腌或咸的食物，每天保证盐的摄入量低于 6g，不吃发霉的谷类和豆类；(5) 不推荐使用膳食补充剂预防癌症，强调通过膳食本身满足营养需要；(6) 化疗期间饮食应清淡、易消化，忌食油腻、难消化、刺激性食物，可进流食或半流食物；食欲差的患者少量多餐，烹调方法多采取：煮、炖、蒸为佳。

