

臺北榮民總醫院營養部膳食管理科專題討論

題 目：Low-Residue and Low-Fiber Diets in Gastrointestinal Disease Management

低渣飲食和低纖維飲食對於胃腸道疾病的處置

作 者：Vanhouwaert E, Matthys C, Verdonck L, and De Preter V.

文章出處：Advances in Nutrition 2015; 6:820 – 827

報 告 者：姜保如

報告時間：民國 105 年 10 月 24 日(一) 14:30-15:30

報告地點：營養講堂

摘 要：

近來美國營養膳食學會因低渣飲食缺乏公認的科學定量方式來定義低渣，以及無可用的方式估算食物殘渣產生量，因此將此飲食從營養照護手冊中移除。本篇文獻重點在定義低渣飲食和低纖維飲食之間的相似及相異處，並且探討這兩種飲食在胃腸道疾病處置上的診斷和治療價值。

診斷方面，低纖維/低渣飲食皆使用於腸道準備，即在診斷步驟前進行腸道中糞便和分泌物的清潔；在治療上，低纖維/低渣飲食為各種腸道疾病急性發作時治療的一部份。回顧有關低渣和低纖維飲食相關文獻結果顯示，在人類疾病研究中，「低渣飲食」和「低纖維飲食」可互換使用，而飲食中的殘渣通常是指纖維質的含量。

沒有足夠的證據進一步證明低渣飲食的臨床應用，作者建議應重新定義低渣飲食為低纖維飲食，並且將低纖維飲食定義為每日飲食中纖維量不超過 10 公克。低纖維飲食能適用於診斷和治療兩種情況，診斷上建議以低纖維飲食取代低渣飲食作為結腸鏡檢查準備；治療上，低纖維飲食是大腸激躁症、發炎性腸道疾病或憩室炎急性發作治療策略的一部分，一旦疾病緩解，纖維攝取應漸進地增加至健康飲食膳食纖維的建議攝取量。