

# 生酮飲食

2001年06月高雄榮總營養室製訂

2009年11月高雄榮總營養室修正

2015年01月高雄榮總營養室修正

## 定 義

本飲食是以普通飲食為基礎，藉著調整飲食中脂肪醣類之比率，使病患體內產生酮體並維持酮酸中毒的現象。

## 目 的

對癲癇病人長期服藥，但仍無法達到治療效果時，即可藉此飲食來改變神經元的代謝反應，控制痙攣發生的次數。

## 適用對象

小兒癲癇患者。

## 一般原則

1. 如要很快的產生酮體，食用本飲食之前需先禁食2天~3天。
2. 禁食期間只能給予水份、茶、清肉湯，以不超過500~1000毫升/天為原則。
3. 此飲食需由營養師依醫生處方來計算患者每日所需營養。
4. 本飲食為高脂肪、低醣之飲食，熱量及蛋白質依患者之正常需要量來供應，其中脂肪以中鏈脂肪酸(MCT oil)來代替，因其較易產生酮體。各營養素佔總熱量比例：MCT 50~70%，LCT 10~20%，蛋白質 10%，醣類 20%，蛋白質與醣類總計不超過 29%。
5. 如果體內酮體產生過多時可能會有噁心、嘔吐的情形發生，此時可以給果汁來改善。
6. 需注意鈣質、鐵質、水溶性維生素及維生素 A、D 之補充。