Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照顧者教育

關於胰臟酵素替代治療 (PERT)

本資訊解釋了什麼是胰臟酵素替代治療 (PERT) 及其運作原理。

胰臟製造胰臟酵素來幫助消化食物。 某些疾病或治療可能會阻礙胰臟製造或釋放胰臟酵素。 這可能會影響身體消化（分解）食物的過程。 PERT 和改變飲食習慣能助身體產生更多胰臟酵素。

胰臟酵素不足會導致哪些症狀？

如您有吸收不良的症狀，可能是因為胰臟酵素不足。 吸收不良是指無法從食物中吸收營養成分。

吸收不良的症狀包括：

- 腹脹
- 餐後出現胃抽筋
- 氣體比平時多，例如打嗝或排氣（放屁）
- 排便次數增加
- 消化不良（胃痛）
- 大便出現變化，例如：
  - 脂肪便（含脂肪或油樣大便）
  - 大便浮起
  - 大便呈淺色或黃色
  - 大便比平時鬆或軟
- 屁或大便發臭
- 體重無故下降

PERT 是什麼？

PERT 是一種膠囊藥丸（丸劑），用以替代胰臟產生的酵素。 在大多數情況下，這是一種終身治療。

我該何時服用 PERT？

您的保健提供者或會開立 PERT 處方以助您消化食物。 您的處方將取決於您的體重。 可能會因應您的症狀或食物中的脂肪含量而更改。

請遵循以下提示，以確保 PERT 發揮應有作用：

- **計劃好您需要多長的用餐時間**。 胰臟酵素應隨食物一起通過消化系統，這一點非常重要。
- **在吃第一口食物前服用第一粒膠囊，或與第一口食物一同服用。** 如果您在用餐完畢時才服用第一粒膠囊，則酵素將無法發揮最佳作用。
- **在用餐到一半時服用第二粒膠囊。**
- **在用餐結束時服用第三粒膠囊。**

我該如何服用 PERT？

- **用冰涼或室溫液體吞服膠囊。** 如果受熱過高，膠囊內的酵素將停止發揮作用。 您可以將其與熱食一同服用。 請勿與熱飲一同服用。
- **請勿咀嚼、弄破或壓碎膠囊**。 這樣可能會對口腔造成傷害。 膠囊可能很大，有時難以吞服。
- **如您在吞下膠囊時遇上困難，則可以：**
    - 打開膠囊。 將酵素混在一大匙無需咀嚼且可立即吞下的食物之中。 這些食物包括蘋果醬、乳酪、香蕉蓉或嬰兒食用果蓉。 不要讓酵素停留在口腔之中。立即喝水以確保您吞下所有酵素。

應該與哪些食物一同服用 PERT？

- **與含脂肪或蛋白質的餐點和零食一同服用** PERT，例如牛奶或高蛋白奶昔。
- **請勿與以下食物一同服用** PERT：

- 含純糖的食物或飲品（例如果汁或硬糖）。
- 一小口零食。
- 含少於 1 茶匙牛奶或奶精的透明飲料。

- **在用大餐或高脂肪餐點時服用較高劑量的 PERT。** 高脂肪餐點包括油炸食品、糕點，還有漢堡包或香腸等肥肉。

我如何得知自己是否服用了足夠的 PERT？

您應該可以看到大便的樣子有所改變。 應該更像固體而且容易沖走。 進食後不應感到疼痛。 您應該會減少排氣。 您的體重可能會稍為增加。

在未與保健提供者商談的情況下，請勿停止服用 PERT。 這可能會影響您的營養攝取。

如在服用 PERT 後症狀仍然出現怎麼辦？

在服用 PERT 時，您仍可能會出現腹脹和其他吸收不良的症狀。

如您的症狀持續出現，請與保健提供者或臨床營養師交流。 您可能需要另一治療方式。

服用 PERT 有什麼副作用？

通常，服用 PERT 後不會出現副作用。 在罕見情況下，服用高劑量 PERT 的兒童可能會患上纖維化大腸病變（大腸疾病）。 症狀包括嚴重腹痛、嘔吐和血便（稀溏大便）。

如果咀嚼酵素，或將其含在口中過久，則可能會刺激您的口腔。

什麼人不應該服用 PERT？

PERT 含有豬肉產品。 如您對豬肉過敏，或遵循純素、素食、清真或猶太飲食，則可能需要服用植物基酵素作替代治療。

與保健提供者或臨床營養師討論您的過敏情況或飲食限制，以決定您是否適合服用 PERT。

如您遵循避免豬肉的猶太飲食或其他飲食，請與宗教領袖討論，看看是否可以進行醫療上的例外安排。

如何保持體重或增重呢？

如果您的胰臟沒有產生足夠酵素，則您可能無法從食物中吸收所有營養。 這可能會導致體重減輕。 為幫助保持體重或增重，請嘗試以下建議：

- 整日保持少食多餐。
- 先吃固體食物，再飲用液體。 液體會讓您更快感到飽足。
- 在餐間飲用補充飲品、果昔或奶昔。 與保健提供者討論哪種適合您。
- 設定進食時間表或提醒。
- 在肚餓時進食。
- 將燒烤醬、茄汁、肉汁、鷹嘴豆蓉、沙律醬或酸忌廉等高熱量醬料添加到餐點中。
- 隨時食用雞蛋、西多士或班戟等早餐食品。

如何在飲食中增加卡路里和蛋白質？

在飲食中攝取更多卡路里和蛋白質的技巧：

- 使用牛油、忌廉、全脂牛奶、乳酪、芝士或淡奶等全脂乳製品。
- 在餐點上淋上橄欖油。
- 將雪糕加到甜點中。
- 將堅果醬加到零食中。
- 將牛油果、蛋黃醬、酸忌廉或其他高熱量調味料加到餅乾或三明治上。
- 將乾果和堅果加到燕麥片、穀物片、鬆餅、餅乾或穀麥脆片中。
- 將鮮忌廉加到布甸或吉士醬中。
- 將果醬、果凍或蜂蜜加到餅乾、多士或甜品上。

在食物中加入額外蛋白質的貼士：

- 食用乳製品、雞蛋、堅果、肉、魚、雞肉、火雞肉或豆類。
- 將蛋白粉加入奶昔、冰沙、燕麥片或蛋糕糊中。
- 把蛋白棒當零食。

- 以希臘乳酪取代普通乳酪。
- 在沙律、意粉、蔬菜、燕麥片和甜品中加入籽類或堅果。
- 混着芝士、牛油果吃餅乾，或是沾上含雞肉、雞蛋或吞拿魚的醬料。
- 吃杏仁、核桃、花生、開心果、芝麻和南瓜籽等堅果和籽類。

如需更多在飲食中加入額外卡路里和蛋白質的資訊，請細閱*癌症治療期間的良好飲食* (www.mskcc.org/zh-hant/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment)。

對 PERT 的經濟援助

PERT 治療可能會花很多錢。 部分保險計劃並不承擔 PERT 的所有費用。 為協助繳付開支，MSK 和許多酵素品牌均提供經濟援助。 您可以查看他們的網站，看看是否有獲得支援的資格。

如欲了解更多資訊，請向您的保健提供者或臨床營養師查詢。 此為經濟支援計劃的清單。

MSK 處方藥援助計劃

病患財務服務 (PFS) 可助您申請製藥公司和基金會提供的計劃。 他們可以助您支付處方藥的自付費用。 如要了解更多有關這些計劃的資訊，請向照護團隊或臨床營養師查詢。 他們可以助您聯絡病患財務導航員。

藥物品牌的計劃：

- AbbVie 患者援助（適用於 Creon） www.abbviepaf.org
- Creon on Course www.creon.com/on-course
- Vivus 患者援助（適用於 Pancreaze） pancreaze.com/patient-support
- Chiesi CareDirect 患者援助（適用於 Pertzye）pertzyecares.com/chiesi-caredirect
- Allergan 患者援助（適用於 Zenpep） www.allergan.com/responsibility/patient-resources/patient-assistance-programs
- Z-Save for Zenpep www.zenpep.com/savings-programs

其他經濟援助計劃：

- 癌症醫療照護：www.cancercare.org/financial_assistance
- NeedyMeds www.needymeds.org
- 醫療輔助工具 www.medicineassitancetool.org
- PanCAN 患者服務www.pancan.org/facing-pancreatic-cancer/patient-services/contact-us

胰臟酵素資源

如需更多有關管理症狀和劑量指南的資訊，請瀏覽胰臟酵素品牌網站：

- Creon：www.creon.com
- Pancreaze：www.pancreaze.com
- Pertzye：www.pertzyecares.com
- Zenpep：www.zenpep.com
- Pancreatic Cancer Action Network (PANCAN)
  - www.pancan.org
  - www.pancan.org/facing-pancreatic-cancer/living-with-pancreatic-cancer/diet-and-nutrition/pancreatic-enzymes
  - (877) 272-6226
- 美國癌症學會
  - www.cancer.org/cancer/pancreatic-cancer.html
- 美國國家胰臟基金會
  - pancreasfoundation.org/patient-information/nutrition-advice-recipes
- FDA 胰臟酵素產品問答
  - www.fda.gov/drugs/postmarket-drug-safety-information-patients-and-providers/updated-questions-and-answers-healthcare-professionals-and-public-use-approved-pancreatic-enzyme

MSK 營養服務聯絡資料

您能透過電話或遙距醫療服務，或者到訪以下區域中心拜訪我們曼哈頓區的臨床營養師：

MSK 巴斯金嶺
www.mskcc.org/locations/directory/mskcc-basking-ridge
908-542-3000
136 Mountain View Blvd.
Basking Ridge, NJ 07920

MSK 卑爾根
www.mskcc.org/locations/directory/msk-bergen
201-775-7000
225 Summit Ave.
Montvale, NJ 07645

MSK 蒙茅斯
www.mskcc.org/locations/directory/msk-monmouth
848-225-6000
480 Red Hill Rd.
Middletown, NJ 07748

MSK 科馬克
www.mskcc.org/locations/directory/msk-commack
631-623-4000
650 Commack Rd.
Commack, NY 11725

MSK 拿索
www.mskcc.org/locations/directory/msk-nassau
516-559-1000
1101 Hempstead Tpk.
Uniondale, NY 1155

MSK 西徹斯特
www.mskcc.org/locations/directory/westchester

914-367-7000
500 Westchester Ave.
West Harrison, NY 10604

如需安排預約在我們的任何一個地點與臨床營養師見面，請致電 212-639-7312 聯絡我們的營養安排辦公室。

如有問題或疑慮，請聯絡您的保健提供者。 您的照護團隊成員將在週一至週五上午 9:00 至 下午 5:00 後、 在這些時間之外，您亦可以留言或與其他 MSK 服務提供者交談。 該熱線將一直有醫生或護士待命。 如您不確定該如何聯絡您的保健提供者，請致電 212-639-2000。

如欲獲取更多資源，請瀏覽 www.mskcc.org/pe，於我們的虛擬圖書館內搜尋。

About Pancreatic Enzyme Replacement Therapy (PERT) - Last updated on July 18, 2023
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 持有並保留所有權利