



GILEAD

前言·目录

GENVOYA  
复方片剂的作用

服用方法

忘记服用时  
注意事项

副作用

怀孕期间的服用  
其他注意事项

# GENVOYA® 复方片剂 服用者须知

监修

国立研究开发法人 国立国际医疗研究中心

艾滋病治疗、研究开发中心 中心长

☒ 慎一

# 前言

本册子是为 GENVOYA 复方片剂的服用者编写的。

记载了 GENVOYA 复方片剂的特点、服用方法、忘记服用时的处理方法、副作用，以及服用时的注意事项等，请在服用前阅读。

另外，服用 GENVOYA 复方片剂时，需要做出符合情况的医学判断，请仔细听取医生、护士、药剂师的说明，并遵守其指示。

如对服用 GENVOYA 复方片剂有疑问，请务必向医生、护士、药剂师咨询。

本中文（简体字）册子由美国 GENVOYA Full Prescribing Information 所附带的《Patient Information of GENVOYA》中的一部分改编而成。

内容由国立研究开发法人 国立国际医疗研究中心 艾滋病治疗、研究开发中心 中心长 冈慎一医生监修。

# GENVOYA 复方片剂服用者须知

## 目 录

- 1 前言
- 3 GENVOYA 复方片剂是什么药？
  - GENVOYA 复方片剂的特点
  - GENVOYA 复方片剂的作用机制
- 5 应该如何服用？
  - GENVOYA 复方片剂与其他药物同时服用时
- 9 忘记服用时怎么办？
- 10 服用时应该注意什么事项？
  - 感染了乙型肝炎病毒时
- 11 GENVOYA 复方片剂有哪些副作用？
- 13 怀孕期间应该如何服用？
  - 关于哺乳
  - 如果您想知道更多关于 HIV 感染的详细知识
- 14 其他还有什么需要注意的地方？
  - 日常生活中的注意事项
  - GENVOYA 复方片剂的保管方法
  - GENVOYA 复方片剂的开盖方法
- 15 卷末附录 关于饮食

# GENVOYA 复方片剂是什么药？



## 减少 HIV 感染者血液中的病毒数量<sup>注1)</sup>。

只要利用 GENVOYA 复方片剂抑制血液中的 HIV 活动，有所下降的免疫力就会恢复，不易罹患机会性感染症<sup>注2)</sup>。

### 注1) 血液中的病毒数量

血液中的病毒数量以 1mL 血浆中的病毒数量来表示，也是开始治疗的判断标准、抗 HIV 药物疗效的判定指标。治疗的目标是长期持续将病毒数量控制在检出限以下。

### 注2) 机会性感染

是指病力较弱的病原体在人体免疫功能正常时不能致病，只在人体免疫功能低下时引起感染的微生物为条件致病菌引起的感染。

念珠菌性  
食管炎

疱疹  
病毒感染

非典型性  
抗酸菌症



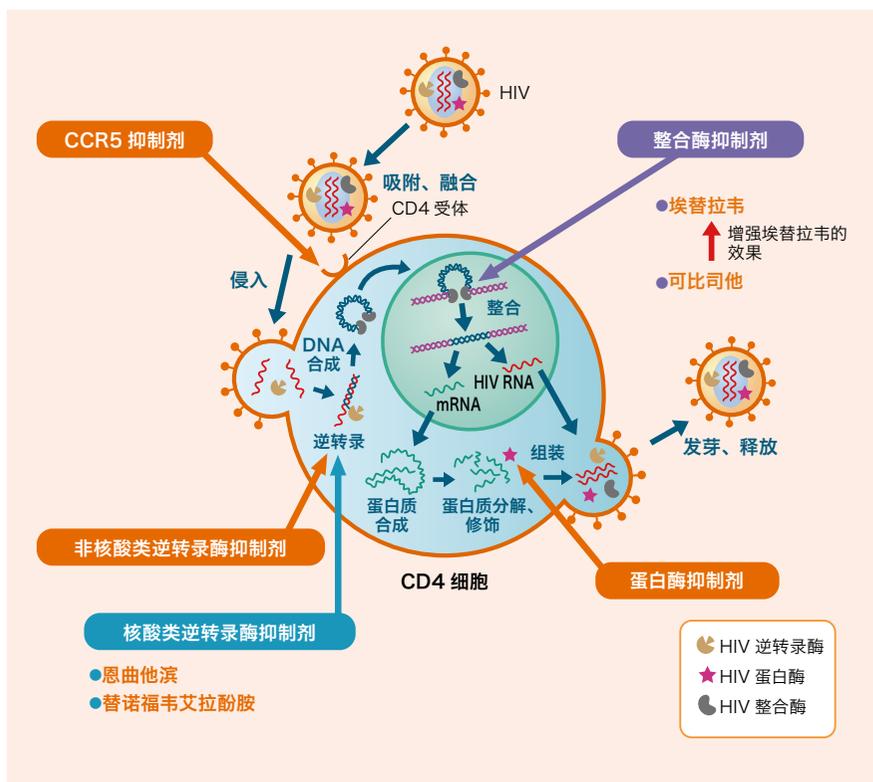
## GENVOYA 复方片剂的特点

GENVOYA 复方片剂每片含有四种药物，即埃替拉韦、可比司他、恩曲他滨、替诺福韦艾拉酚胺富马酸。GENVOYA 复方片剂可按“每天一次，每次一片”的方式服用，等同同时服用了四种药物，有望减轻服药负担。GENVOYA 复方片剂不能与其他抗 HIV 药物同时服用。

GENVOYA 复方片剂并不是只靠短期服用就能完全治愈 HIV 感染症或艾滋病的药物，而是通过持续服用来抑制 HIV 活动的药物。需要注意机会性感染症或其他症状，继续治疗。

## GENVOYA 复方片剂的作用机制

GENVOYA 复方片剂所含的埃替拉韦属于整合酶抑制剂类药物，所含的可比司他可以增强埃替拉韦的疗效。另外，恩曲他滨和替诺福韦艾拉酚胺属于核苷类逆转录酶抑制剂抑制类药物。病毒内特有的各种酶参与 HIV 在体内增殖的过程。埃替拉韦可以抑制 HIV 整合酶的作用，恩曲他滨和替诺福韦艾拉酚胺可以抑制所需的 HIV 逆转录酶的作用，防止 HIV 增殖。



# 应该如何服用？

GENVOYA 复方片剂通常每天一次，每次一片，饭后<sup>注3)</sup>服用。

GENVOYA 复方片剂只需一片即可治疗。

不能与其他抗 HIV 药物同时服用。

GENVOYA 复方片剂是下图所示的绿色片剂，每片中含有埃替拉韦 (150mg)、可比司他 (150mg)、恩曲他滨 (200mg)、TAF 富马酸 (11.2mg)。



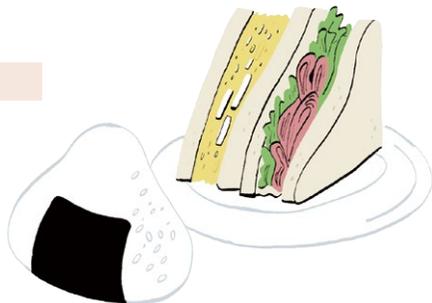
GENVOYA 复方片剂每天一次，每次一片，饭后<sup>注3)</sup>服用。

请尽量在饭后 30 分钟以内服用。

**注3)** 饭食摄入热量请以 250kcal 以上为标准。

250kcal 左右的食品例

- 金枪鱼蛋黄酱饭团 1 个
- 鸡蛋三明治 2 片
- 羊角面包 1 个
- 奶油泡芙 1 个
- 相当于 250kcal 的高热量营养补助饮料



即使在沒有吃饭或吃饭时间不规律的时候，也要简单地吃点儿食物之后再服用。

要想持续抑制病毒活动，**最为重要的是坚持每天服药**。即便是短期不服药，也可能造成体内病毒数量增加、药效减弱、症状恶化。请正确遵守医生的指示，确保每天服用 GENVOYA 复方片剂。此外，请继续定期复诊，就自己的健康状况向医生咨询。

## GENVOYA 复方片剂与其他药物同时服用时 (1)

有的药物不能与 GENVOYA 复方片剂同时服用，有的药物在同时服用时必须注意。这些药物与 GENVOYA 复方片剂同时服用时，可能会出现副作用或疗效减弱，**请将正在服用的药物（包括处方药、非处方药、维生素剂、草药营养补充剂及功能性食品）全部告知医生或药剂师，咨询后采取必要措施。**

 **正在服用下列（或者含有以下成分的药物）时，请勿服用 GENVOYA 复方片剂。**

<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>抗结核剂</b></li> <li>· Rifampicin (Rifadin®, etc.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>肺动脉高血压症治疗剂</b></li> <li>· Sildenafil citrate (Revatio®)</li> <li>· Tadalafil (Adcirca®)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>含贯叶连翘 (St. John's Wort: 圣约翰草) 食品</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>勃起功能障碍治疗剂</b></li> <li>· Vardenafil hydrochloride hydrate (Levitra®)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>偏头痛治疗剂</b></li> <li>· Dihydroergotamine mesylate</li> <li>· Ergotamine tartrate (Cleamine®)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>钙拮抗剂</b></li> <li>· Azelnidipine (Calblock®, etc.)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>子宫收缩剂</b></li> <li>· Ergometrine maleate</li> <li>· Methylergometrine maleate (Methergin®, etc.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>抗凝剂</b></li> <li>· Rivaroxaban (Xarelto®)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>抗病毒剂</b></li> <li>· Asunaprevir (Sunvepra®)</li> <li>· Telaprevir (Telavic®)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>催眠镇静剂、抗焦虑剂</b></li> <li>· Midazolam (Dormicum®, etc.)</li> <li>· Phenobarbital (Phenobarl®, etc.)</li> <li>· Triazolam (Halcion®, etc.)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>高脂血症用药</b></li> <li>· Lomitapide mesylate (Juxtapid®)</li> <li>· Simvastatin (Lipovas®, etc.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>抗癫痫剂</b></li> <li>· Carbamazepine (Tegreto®, etc.)</li> <li>· Fosphenytoin (Fostoin®)</li> <li>· Phenytoin (Aleviatin®, etc.)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>精神神经剂</b></li> <li>· Blonanserin (Lonasen®)</li> <li>· Pimozide (Orap®)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>高脂血症治疗药物</b></li> <li>· Lomitapide mesylate (Juxtapid®)</li> </ul>

 **服用以下抗 HIV 药等时，请勿服用 GENVOYA 复方片剂。**

- **抗 HIV 药物:** Viread®、Emtriva®、Truvada® 复方片剂、Complera® 复方片剂、Descovy® 复方片剂、Stribild® 复方片剂、Odefsey® 复方片剂、Biktarvy® 复方片剂、Epzicom® 复方片剂、Combivir® 复方片剂、Epivir®、Triumeq® 复方片剂、Kaletra® 复方片剂、Norvir®、Prezcobix® 复方片剂、Symtuza® 复方片剂
- **抗 HBV (乙型肝炎病毒) 药物:** Tenozet®、Vemlidy®、Zefix® 复方片剂
- **抗 HCV (丙型肝炎病毒) 药物:** Viekirax® 复方片剂

## GENVOYA 复方片剂与其他药物同时服用时 (2)



**以下药物（或者含有以下成分的药物）与 GENVOYA 复方片剂同时服用时必须注意。**

### ● 催眠镇静剂、抗焦虑剂

- Clorazepate dipotassium (Mendon®)
- Diazepam (Cercine®, Horizon®, etc.)
- Estazolam (Eurodin®, etc.)
- Flurazepam hydrochloride (Dalmate®)
- Zolpidem tartrate (Myslee®, etc.)

### ● 抗癫痫剂

- Clonazepam (Landsen®, Rivotril®)
- Ethosuximide (Epileo petit mal®, etc.)

### ● 精神神经用剂

- Amitriptyline hydrochloride (Tryptanol®, etc.)
- Imipramine hydrochloride (Imidol®, Tofranil®)
- Nortriptyline hydrochloride (Noritren®)
- Paroxetine hydrochloride hydrate (Paxil®, etc.)
- Perphenazine (Trilafon®)
- Quetiapine fumarate (Seroquel®, etc.)
- Risperidone (Risperdal®, etc.)
- Trazodone hydrochloride (Desyre®, Reslin®, etc.)

### ● 局部麻醉剂

- Lidocaine (Xylocaine®, etc.)

### ● 绿内障治疗剂

- Timolol maleate (Timoptol®, etc.)

### ● 耳鼻喉科用剂

- Fluticasone propionate [inhalant, intranasal] (Flutide®, Flunase®, etc.)

### ● 强心剂

- Digoxin (Digosin®, etc.)

### ● 心律失常用剂

- Amiodarone hydrochloride (Ancaron®, etc.)
- Bepridil hydrochloride hydrate (Bepricor®)
- Disopyramide (Rythmodan®, etc.)
- Flecainide acetate (Tambocor®)
- Mexiletine hydrochloride (Mexitil®, etc.)
- Propafenone hydrochloride (Pronon®, etc.)
- Quinidine sulfate hydrate (quinidine sulfate, etc.)

### ● 利尿剂

- Tolvaptan (Samsca®)

### ● 降血压剂

- Eplerenone (Selara®)
- Metoprolol tartrate (Seloken®, Lopresor®, etc.)

### ● 偏头痛治疗剂

- Eletriptan hydrobromide (Relpax®)

### ● 钙拮抗剂

- Amlodipine besilate (Norvasc®, Amlodin®, etc.)
- Diltiazem hydrochloride (Herbesser®, etc.)
- Felodipine (Splendil®, etc.)
- Nicardipine hydrochloride (Perdipine®, etc.)
- Nifedipine (Adalat®, Sepamit®, etc.)
- Verapamil hydrochloride (Vasolan®, etc.)

### ● 高脂血症用剂

- Atorvastatin calcium hydrate (Lipitor®, etc.)

### ● 镇咳剂

- Dextromethorphan hydrobromide hydrate (Medicon®, etc.)

### ● 肺动脉高血压症治疗剂

- Bosentan hydrate (Tracleer®)

## ● 支气管扩张剂

- Budesonide (Pulmicort®)
- Salmeterol xinafoate (Serevent®)

## ● 抗酸剂

- Magnesium or aluminum-containing antacids (Maalox®, Milmag®, Alumigel®, etc.)

## ● 肾上腺皮质激素剂

- Dexamethasone (Decadron®, etc.)

## ● 雌激素与孕激素剂

- Ethinylestradiol (Prosexol®)

## ● 勃起功能障碍治疗剂、排尿功能障碍改善剂

- Sildenafil citrate (Viagra®, etc.)
- Tadalafil (Cialis®, Zolutia®)

## ● 膀胱过度活动症治疗剂

- Tolterodine tartrate (Detrusitol®)

## ● 抗凝剂

- Warfarin potassium (Warfarin®, etc.)

## ● 痛风治疗剂

- Colchicine (colchicine)

## ● 代谢性医药品

- Ciclosporin (Sandimmun®, Neoral®, etc.)
- Everolimus (Afinitor®, Certican®)
- Tacrolimus hydrate (Prograf®, etc.)

## ● 抗肿瘤剂

- Dasatinib hydrate (Sprycel®)
- Lapatinib tosilate hydrate (Tykerb®)
- Temsirolimus (Torisel®)

## ● 针对病原生物的医药品

- Clarithromycin (Clarith®, Klaricid®, etc.)
- Itraconazole (Itrazole®, etc.)
- Rifabutin (Mycobutin®)
- Voriconazole (Vfend®, etc.)

## ● 抗病毒剂

- Aciclovir (Zovirax®, etc.)
- Ganciclovir (Densosine®)
- Valaciclovir hydrochloride (Valtrex®, etc.)
- Valganciclovir hydrochloride (Valixa®)

## 请写出出现正服用的药物

※包括处方药、非处方药、维生素剂、草药营养补充剂以及功能性食品

.....

.....

.....

.....

如果不清楚正在服用的药物是否在此列表中，请向开处方的医生或药剂师确认。

另外，服用 GENVOYA 复方片剂期间，请勿未经咨询医生或药剂师就开始服用新药。



# 忘记服用时怎么办？

设法避免忘记服药很重要。

为了持续抑制 HIV 活动，最为重要的是不要忘记服药。要采取制作服药时间表等方法，养成定时服药的习惯，以防忘记服药。



万一，忘记服药了呢……

发现忘记服药时，请尽快服用一次的药量（一片）。然后从下次起仍按时间表服药。

如果发现忘记服药时，已经离下次预定服药时间很近，则跳过一次，然后按照时间表服用一次的药量。

忘记服药时切勿采取以下行动！

GENVOYA 复方片剂不得一次服用两次(2片)以上的药量。

若您不知道忘记服药时该怎么办，可以先咨询医生或药剂师等。





# GENVOYA 复方片剂有哪些副作用？

服用 GENVOYA 复方片剂后，可能会出现下列严重的副作用。

- “服用时应该注意什么事项？”（第 10 页）中所记载的乙型肝炎症状的复发或恶化
- 免疫力恢复引起的变化<sup>注5)</sup>
- 对肾脏的损害<sup>注6)</sup>
- 对骨骼的损害<sup>注7)</sup>
- 乳酸中毒<sup>注8)</sup>
- 脂肪肝或肝肿大<sup>注9)</sup>

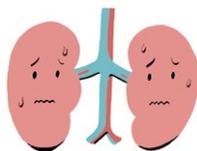


## 注5) 免疫力恢复引起的变化

服用抗 HIV 药物后，免疫力急剧提高，可能会感觉到身体异常。

## 注6) 对肾脏的损害

部分抗 HIV 药物会损害肾脏。虽然通过临床试验证明，GENVOYA 复方片剂与比较药物 STRIBILD 复方片剂相比，肾功能的检查值变化较小，但仍有可能引起肾功能不全、肾功能障碍，因此必须在开始服用 GENVOYA 复方片剂之前、服用期间进行血液检查和尿检等。服用 GENVOYA 复方片剂期间，如果肾功能恶化，也许必须停止服用 GENVOYA 复方片剂，请遵从医生的指示。



## 注7) 对骨骼的损害

由于 HIV 感染，或者 GENVOYA 复方片剂等药物的影响，有可能损害骨骼。若骨骼已经有病变，可能要进行骨密度检查等。



## 注8) 乳酸性酸中毒

指血液中的乳酸值升高的状态。如果出现重度倦怠感、疲惫感、重度肌肉酸痛、呼吸困难等症状，请立即与医院联系。

## 注9) 脂肪肝、肝肿大

指肝脏内脂肪堆积、肝脏变大之类疾病。如果出现皮肤或眼白发黄、尿液颜色较以往浓郁、便色较以往发白等症状，请立即与医院联系。

服用 GENVOYA 复方片剂之前，务必要把以下事项告知医生等。

- 有肝脏损害者或过去有肝病史的患者（包括乙型肝炎）
- 有肾脏损害者
- 有骨骼损害者
- 其他既往病史或现有的疾病

服用 GENVOYA 复方片剂时  
常见的副作用是  
恶心、腹泻、头痛等。



根据副作用的程度，有时必须停止服药，但是切勿自作主张停止服药或改变服药方法。  
如果感到身体异常，请立即与医院联系。

备忘录

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# 怀孕期间应该如何服用？

## 怀孕期间不要服用。

调查发现，如果怀孕期间服用 GENVOYA 复方片剂，其中的有效成分在血液中的浓度会下降。

正在怀孕或者希望怀孕的人，服用 GENVOYA 复方片剂之前，请务必告知医生。



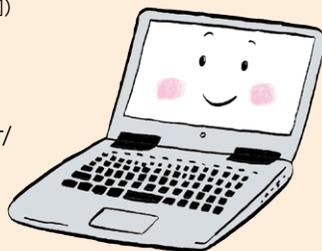
## 关于哺乳

由于母亲有可能将 HIV 传给婴儿，请避免哺乳。

GENVOYA 复方片剂成分中的恩曲他滨有可能进入母乳，尚不清楚埃替拉韦、可比司他、替诺福韦艾拉酚胺是否会转移到母乳中。另外，GENVOYA 复方片剂对婴儿的影响尚不明确。关于婴儿的喂养方法等，请向医生咨询。

## 如果您想知道更多关于 HIV 感染的详细知识

- 国立研究开发法人 国立国际医疗研究中心 艾滋病治疗·研究中心  
<https://www.acc.go.jp/> (仅日文) (2021年9月10日查阅)
- 独立行政法人 国立医院机构 大阪医疗中心  
HIV/AIDS 先端医疗开发中心  
<https://osaka.hosp.go.jp/department/khac/center/>  
(仅日文) (2021年9月10日查阅)
- 艾滋病预防情报网  
<https://api-net.jfap.or.jp/> (仅日文) (2021年9月10日查阅)



# 其他还有什么需要注意的地方？

## 请注意以下几点。

- 服用期间请定期就诊。没有医生的指示，切勿以自己的判断中止服药或改变服药方法。
- 药物不可给予他人。

## 日常生活中的注意事项

- 国外研究显示，通过有效治疗将血液中的 HIV RNA 载量持续控制在未滿 200 拷贝 /ml，能够防止\*将 HIV 传染给性伴侣<sup>1-4</sup>，但没有证据显示通过治疗能够杜绝传染。
- 对方可能患有乙型肝炎和衣原体、淋菌、梅毒等性传播疾病，或者携带耐药性 HIV 病毒。为了防止被传染上这类性传播疾病等，应谨记在性生活中正确使用安全套。

\*Undetectable= Untransmittable; U = U

1: Rodger A, et al.: JAMA 2016; 316(2): 171

2: Rodger AJ, et al.: Lancet 2019; 393: 2428

3: Bavinton BR, et al.: Lancet HIV 2018; 5(8): e438

4: 抗 HIV 治疗指南 2021 年 3 月

## GENVOYA 复方片剂的保管方法

- 请保管在儿童够不到的地方。
- 请使用原本的容器保存。
- 请避开潮湿，在室温下保存，避免保存于极端高温或低温的地方。
- 服药时，请将药品从容器内取出后旋紧瓶盖保存。
- 保管时请勿取出容器中的干燥剂（右侧照片）。



干燥剂

## GENVOYA 复方片剂的开盖方法

- GENVOYA 复方片剂的开盖方法比较特别。
  - ① 从上方按压盖子
  - ② 向左旋转



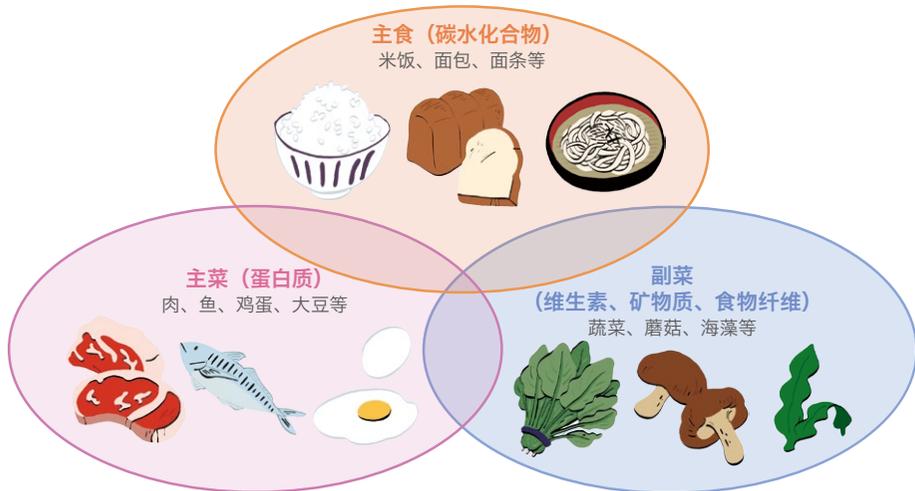
引用：GENVOYA Full Prescribing Information (Issued: March 2016), Gilead Sciences, Inc.

# 关于饮食 (1)

饮食是每天的精力源泉，也是保持免疫力的热量。而且，愉快地进餐也会让身心重新焕发活力。要注意均衡饮食，每天健康地生活。

均衡饮食是指合理安排一日三餐。希望大家每次进餐时意识到**主食（碳水化合物）、主菜（蛋白质）、副菜（维生素、矿物质、膳食纤维）**的组合。

※兼有生活习惯病等的患者，请听从医务工作者的指示。



以在便利店选购的快餐为例，如果将主食（饭团）、主菜（煮鸡蛋）、副菜（蔬菜沙拉）等组合起来，可以说保持均衡了。



三文鱼饭团

+



煮鸡蛋 (盐)

+



生菜沙拉

= 热量 369kcal  
脂质 14.4g

若是幕内盒饭、八宝菜盖浇饭，主食、主菜、副菜就能保持均衡。



幕内盒饭

热量 740kcal 脂质 19.7g

**主食:** 米饭  
**主菜:** 烤鱼、鸡蛋卷  
**副菜:** 煮蔬菜



八宝菜盖浇饭

热量 841kcal 脂质 28.9g

**主食:** 米饭  
**主菜:** 鱿鱼、虾、肉、鸡蛋  
**副菜:** 白菜、胡萝卜等

## 市场销售食品的一个均衡饮食示例

在便利店或超市购买时，也要考虑均衡饮食选购食品。

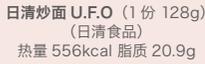


摘自《每日饮食热卡指南 (修订版)》(女子营养大学出版社)、《日本食品标准成分表 2015 年版 (修订本第七版)》(文部科学省) 经确认，口服 ENSURE LIQUID® (热量 250kcal，脂质 8.8g) 后服用了 GENVOYA 复方片剂时，药效成分被充分吸收到体内。请作为选择饮食组合时的参考标准。

# 关于饮食 (2)

## 无法顺利进餐时的辅助食品 (点心、补品、饮料等)

● 点心、补品、饮料的热量和脂质

热量	食		
400kcal 以上	 <p>带皮豆沙馅人造奶油夹心面包 (1个 160g) 热量 610kcal 脂质 29.4g</p>	 <p>日清炒面 U.F.O (1份 128g) (日清食品) 热量 556kcal 脂质 20.9g</p>	 <p>什锦关东煮 (大杯) (6种 790g) 热量 520kcal 脂质 21.3g</p>
300kcal 以上	 <p>Meiji Essel Super Cup 超香草味 (1个 200ml) (明治) 热量 380kcal 脂质 23.5g</p>	 <p>法式吐司 (1个 90g) 热量 358kcal 脂质 14.9g</p>	 <p>混合三明治 (1包 135g) 热量 354kcal 脂质 21.0g</p> <p>Cup Noodles 方便面 (1份 77g) (日清食品) 热量 353kcal 脂质 15.2g</p>
200kcal 以上	 <p>喜瑞尔 (玉米片 40g + 牛奶 200ml) 热量 286kcal 脂质 8.3g</p>	 <p>饼干 (1块 60g) 热量 276kcal 脂质 12.9g</p>	 <p>汉堡包 (1个 108g) (麦当劳) 热量 260kcal 脂质 9.6g</p> <p>年轮蛋糕 (60g) 热量 252kcal 脂质 15.3g</p>
100kcal 以上	<p><b>补品</b></p> <p>一条满足 BAR 谷物巧克力 (1条 37g) (Asahi 集团食品) 热量 195kcal 脂质 11g</p> <p>Balance Up 奶油糙米糠麸 蓝莓 (1袋 2块 36g) (Asahi 集团食品) 热量 176kcal 脂质 9.3g</p>	<p>SOYJOY 蓝莓 (1条 30g) (大家制药) 热量 135kcal 脂质 7.6g</p>	<p><b>饮料</b></p> <p>Mt.RAINIER 拿铁咖啡 (1瓶 240ml) (森永乳业) 热量 166kcal 脂质 7.2g</p> <p>普通牛奶 (200ml) 热量 134kcal 脂质 7.6g</p>
未满 100kcal	<p>Knorr® 杯装汤 奶油玉米羹 (1袋 17.6g) (味之素) 热量 76kcal 脂质 2.6g</p>	 <p>奶茶 (200ml, 牛奶:红茶=1:1, 不含砂糖) 热量 71kcal 脂质 4.0g</p>	

摘自《每日饮食热卡指南》(作  
经确认, 口服 ENS)

摄取均衡的饮食固然是很理想的，但是怎么也不能顺利进餐时，也要尝试摄取点心、补品、饮料等。

## 品

杏仁巧克力  
(1盒 88g)  
(明治)  
热量 500kcal  
脂质 33.6g



蜂蜜蛋糕 (135g)  
热量 424kcal 脂质 6.1g



菠萝面包 (1个 100g)  
热量 402kcal 脂质 9.3g

均衡营养食品  
Calorie Mate BLOCK  
(奶酪味) (4块 80g)  
(大家制药)  
热量 400kcal 脂质 22.2g



炸鸡块 (1个 100g)  
热量 340kcal 脂质 22.6g



咖喱面包 (1个 105g)  
热量 330kcal 脂质 17.3g



奶油面包 (1个 105g)  
热量 320kcal 脂质 11.4g



奶油泡芙 (1个 100g)  
热量 303kcal 脂质 19.7g



肉包子 (1个 100g)  
热量 251kcal  
脂质 4.4g



甜甜圈 (1个 50g)  
热量 226kcal 脂质 11.7g



铜锣烧 (1个 80g)  
热量 218kcal 脂质 1.2g



布丁 (1个 125g)  
热量 208kcal 脂质 13.4g

均衡营养食品  
Calorie Mate 啫喱  
(苹果味) (1袋 215g)  
(大家制药)  
热量 200kcal 脂质 4.4g



可可牛奶  
(含 12g 砂糖)  
热量 203kcal  
脂质 9.3g

明治保加利亚饮用酸奶  
LB81 原味 (1瓶 200g)  
(明治)  
热量 134kcal 脂质 1.0g



调制豆浆 (200ml)  
热量 128kcal  
脂质 7.2g

## 水果



香蕉 (120g)  
热量 103kcal  
脂质 0.2g



果酱酸奶  
(酸奶 (全脂无糖) 130g)  
热量 100kcal  
脂质 3.9g

野菜生活 100  
纯正果蔬汁  
(可果美)  
热量 64kcal 脂质 0g



苹果 (半个带皮 150g)  
热量 92kcal 脂质 0.5g



菠萝 (切块 150g)  
热量 77kcal 脂质 0.15g



柑橘 (1个带皮 140g)  
热量 64kcal 脂质 0.1g

参订版) (女子营养大学出版社)、《日本食品标准成分表 2015 年版 (修订本第七版)》(文部科学省) 各公司产品摘自产品网站 (截至 2018 年 12 月)  
URE LIQUID® (热量 250kcal, 脂质 8.8g) 后服用了 GENVOYA 复方剂时, 药效成分被充分吸收到体内。请作为选择饮食组合时的参考标准。

联系方式

## 吉利德科学株式会社

邮编 100-6616 东京都千代田区丸之内 1-9-2 GranTokyo South Tower

<https://www.gilead.co.jp/>

〈中国語版〉

GEN21DS0127PA 2021 年 11 月完全