

飲食方面常見的問題

■ 簡介

當身體虛弱、接受化學治療或放射治療、腫瘤侵犯、惡性腫瘤本身釋放的化學物質、忽略口腔清潔等，導致病患味覺改變、食慾不振、吞嚥困難及腸胃道消化功能障礙等飲食問題。對於末期病患而言，飲食的目標在於協助病患維持足夠的水分、電解質及血糖，獲得進食的樂趣。當飲食已經造成病患的負擔時，可徵詢醫護人員的建議，尊重病患的飲食選擇。

■ 如何協助病人進食

- 提供病患喜愛的食物及可以接受的份量，先提升患者的食慾，讓病人願意進食，再進一步於飲食中添加營養。
- 進食前應採60-90度坐姿，以3-5CC的開水試喝三次，測試病患目前的吞嚥狀況，有無噎咳的現象發生。
- 如果喝水容易噎到或吞嚥較慢，可試試較粘稠的食物，如鹹稀飯、藕粉、馬鈴薯泥或用果汁機將煮熟的食物（肉、麵、菜..等）打成濃稠的稀飯泥、果泥。
- 烹調方面，建議可使用勾芡的方式，使食物滑嫩而易於吞嚥，例如濃湯、羹湯、米漿、麵茶、濃度較高的商業配方(安素、麥粉..)。
- 如果喜好冰涼食物，準備高熱量，易消化隨時可食用的食物，如奶昔、冰淇淋、蛋糕、優格..等。
- 吞嚥困難的患者不適合吃愛玉、仙草、果凍、整粒葡萄、鵪鶉蛋等滑溜食物，會有哽到的危險。
- 病患增加進食的氣氛:吃飯講究氣氛，可讓病人從病床上移動至餐桌，並與家屬共同用餐，以保證足夠時間吃飯。或在碟碗上動腦筋:用較小或精緻的餐具，讓病人不會因為吃不完感到挫折，有時也在食物上多點裝飾，使食物變得較為可口。
- 每天適度安排活動、維持口腔清潔(如有活動性假牙，進食時要戴上，吃完要拆下清潔假牙及口腔)及排便通暢，可以促進食慾。若因腫瘤阻塞腸道，則改吃低渣及清流飲食（參閱便秘）。

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

飲食方面常見的問題

■ 複習一下

問題1：() 協助病人進食可先提升患者的食慾，讓病人願意進食，再進一步於飲食中添加營養。

問題2：() 進食前應採60-90度坐姿，以3-5CC的開水試喝三次，測試病患目前的吞嚥狀況，有無噎咳的現象發生。

問題3：() 當飲食已經造成病患的負擔時，可徵詢醫護人員的建議，無須尊重病患的飲食選擇。

正確答案

問題1：○ 問題2：○ 問題3：X

參考資料：

林芳郁(2013)·台北榮民總醫院安寧緩和醫療作業手冊·台北市:台北榮總財團法人中華民國(台灣)安寧照顧基金會。

諮詢電話：(02)2737-2181 分機 1333

制訂單位 / 日期：23病房/1111222

PFS-8100-404



本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮