

# 住院患者饮食健康宣传 教育全员培训

——读《临床营养学》

张爱珍 主编



New PENSION

STATE YOUR INTERNET VACATION  
STATE YOUR INTERNET VACATION

病人进餐质量往往直接关系疾病康复速度，所以为病人创造良好进餐环境，提升病人食欲是非常主要一个步骤，普通情况下病人食欲好，营养供给充分，体质提升则较快，疾病康复也会加速。



# 相关饮食方面基本知识

- **医院饮食分类**
- 医院饮食分为：基本饮食、治疗饮食和试验饮食。
- 食物中营养素有蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素、矿物质和微量元素、食物纤维及水等七大类。



# 基本饮食

住院病人常用基本饮食有4种，即普通饮食、软食、半流质饮食和流质饮食。



类别	适用范围	• 使用方法	• 饮食标准
普通饮食	病情较轻，疾病恢复期	易消化，无刺激性饮食	3餐蛋白质70-90克
软食	老幼病人、口腔疾患术后	以软烂无刺激饮食为主	3 - 4餐蛋白质70克
半流质饮食	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 消化道疾患、吞咽及咀嚼困难、发烧及术后病人</li> </ul>	将食物制成半流状。少食多餐,易咀嚼、吞咽消化	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 天天5 - 6餐 每次 300ml 蛋白质 60g/d.</li> </ul>




## 治疗饮食

针对各种疾病详细情况而某一个或几个营养素摄入以到达治疗要求，称治疗饮食。

饮食种类	适用范围	• 饮食标准
高热量饮食	甲亢、烧伤、高热及产妇	每日热量12.5MJ/d，加餐两次。
高蛋白饮食	• 长久消耗性疾病、严重贫血、烧伤	• 蛋白质为90~120g/d采取优质蛋白
低蛋白饮食	• 急性肾炎、肾功效衰竭和肝昏迷等	蛋白质少于40g/d（成人）
低脂肪饮食	冠心病、高脂血症，肝、胆疾患	每日脂肪量小于50g
低胆固醇饮食	冠心病、高胆固醇血症，动脉硬化	胆固醇小于300mg/d
低盐饮食	高血压、心力衰竭、急慢性肾炎	• 每日食盐不超出2g，禁用腌制食品
无盐低钠饮食	同上，但病情较重者	• 须严格控制食物

# 试验饮食

试验饮食是指即在特定时间内，经过对饮食内容特殊调整，到达帮助疾病诊疗和  
提升试验检验正确性一类饮食，称试验饮食。



※**胆囊造影饮食**：适于需要行X线或B超进行胆囊检验病人。

1. 造影前一日午餐进高脂饮食，刺激胆囊收缩和排空，助于显影剂进入胆囊；
2. 前一日晚餐进清淡饮食，晚餐后服造影剂，禁食，禁水禁烟至次日早晨。
3. 造影当日禁用早餐，第一次摄片后，如胆囊显影良好，可进高脂肪餐，半小时后第二次摄片。

※潜血试验饮食：帮助诊疗消化道有没有出血，为大便隐血试验做准备。

- 1、试验期为3-5天，禁食含铁丰富药品及绿色蔬菜。
- 2、第4天开始，连续三天留粪便及作隐血检验。

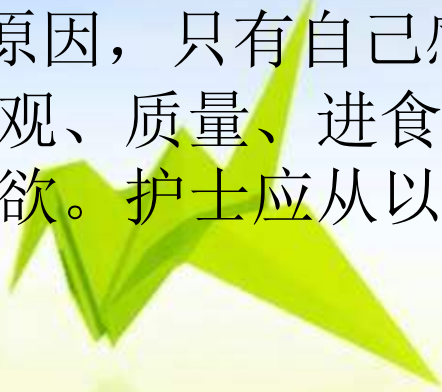

※吸碘试验饮食适合用于甲状腺功效亢进和甲状腺功效减低病人，帮助反射性核素检验



# 影响饮食和营养原因及促进办法

影响原因很多，主要有以下几个方面：

一食欲、特殊生理情况、疾病与外伤、经济情况



饥饿感是影响个人摄取食物最基本原因，只有自己感觉饿了吃什么都以为香。另外，食物外观、质量、进食者心情、身体情况，进食环境等都会影响食欲。护士应从以下几个方面入手，促进病人食欲，从而促进病人饮食营养。

- 
- 1 进食环境 病室整齐、空气流通、无异味、温湿度适宜、食具清洁、色泽明亮，便器、治疗车、敷料盘等不在视线之内。
  - 2病人舒适 病人衣着、被单清洁干燥。入院时六个一其中“一个舒适床单位” 进食前，禁作治疗。需要时饭前入厕或在床上使用便器。

- 3 病人情绪状态对饮食影响也很大。如兴奋、焦虑、恐惧、烦躁等，都会影响消化机能。所以护士应关心病人消除病人忧虑，减轻其心理压力，使病人以愉快心情进食。
- 4 食物质量 食物色、香、味能刺激消化液分泌，促进食欲，所以在不违反医疗标准基础上，要照料病人口味，调换食物种类，做到多样化。

- 
5. 适合病人口味，照料病人饮食习惯
  6. 创造良好心情 不在病人就餐前与其谈论有碍心情话题，心情舒畅可促进消化液分泌，增加食欲
  7. 进食要适量 防止暴饮暴食，应少许多餐。
  - 8 多食新鲜蔬菜水果。这能刺激食欲。增加纤维素和水份摄入可帮助软化大便，预防便秘，也有利于毒素排泄。



以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/845343221321011243>