

# 護家住民個別化飲食(A2.6)

---

營養師:陳美月

E-mail:A000609@e-ms.com.tw

# 107年評鑑指標

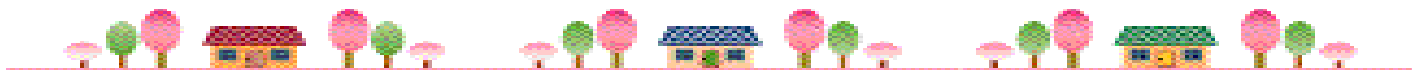
## A2服務對象管理及權益保障

二級加強項目專業服務(A2.6):

# 如何執行住民個別化餐點

二級加強項目專業服務(A2.6):

1. 依服務對象疾病類別、生理狀況與需求(如糖尿病、腎臟病、心臟病、體重過輕或肥胖、痛風等)，設計並提供個別化飲食。
2. 提供之食物質地應符合服務對象之生理需求，如：一般飲食、細碎、軟質、流質、管灌等。
3. 依服務對象生活習慣或宗教因素提供符合個人偏好之食物(如素食者或有禁忌者)。



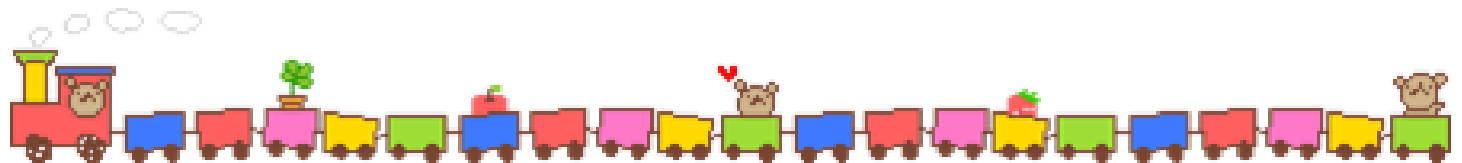
# 如何執行住民個別化餐點

1. 個別飲食計劃-如附件。
2. 流質、管灌住民:依灌食計劃表執行。
3. 依住民特殊需求填寫飲食表並交班執行
4. 定期追蹤及評值。



# 老年人的營養需要

熱量：老年人的活動量下降  
所以每公斤體重的熱量需要約25-30大卡



# 老年人的營養需要

- 蛋白質：  
每公斤體重至少需要蛋白質1克-1.2克



# 老年人常見的慢性疾病



糖尿病

高血壓

腎臟病

體重過輕  
肥胖  
心血管疾病  
腎臟病

# 依服務對象身體及生理狀況 改變而有個別營養需求：

以均衡飲食為主～適量攝取六大類各種食物





# 特殊疾病飲食原則

➤ 疾病飲食：

是符合個別住民之特殊營養需求的調整飲食

➤ 質地調整飲食

泥餐  
飲食

半流質  
飲食

流質  
飲食

# 糖尿病飲食原則



水果類	<b>1-2</b>	份	豆魚肉蛋類	<b>5-6</b>	份
蔬菜類 燙/炒	<b>4-6</b>	份	低脂乳品類	<b>1-1.5</b>	杯
全穀根莖類	<b>2-2.5</b>	碗	油脂&堅果	<b>5-6</b>	茶匙份

# 低鹽飲食原則

➤ 低鹽飲食：低鹽飲食的鹽份攝取量控制

適用症：高血壓、心臟衰竭、腎臟病

➤ 供應新鮮的食物為主；減少用含鈉量高的食物

含鈉量高的食物如：醃製及加工品；減少滷汁及醬汁

菜汁及菜湯拌飯



# 腎臟病飲食原則

- 尿毒飲食：腎臟發生病變並且常規透析患者提供足夠熱量，適量蛋白質限制鈉磷離子
- 若需配合限鉀飲食，蔬菜類應先以水燙過撈起再炒過避免供應菜湯。
- 正餐供應足夠蛋白質：主菜每餐至少2-3份
  - \*避免醃製品及加工品
  - \*避免醬料。
  - \*避免楊桃

# 膳食營養照顧~調整食物質地型態

普通餐



軟質飲食



細碎飲食

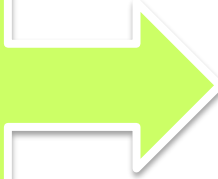


泥餐

流質餐



半流質



全流質飲食

# 管灌飲食目的及適用症狀

管灌住民個別化：依灌食計劃表執行

吞嚥機能障礙：

- 
- 食道狹窄. 食道切除. 食道癌或口腔癌..

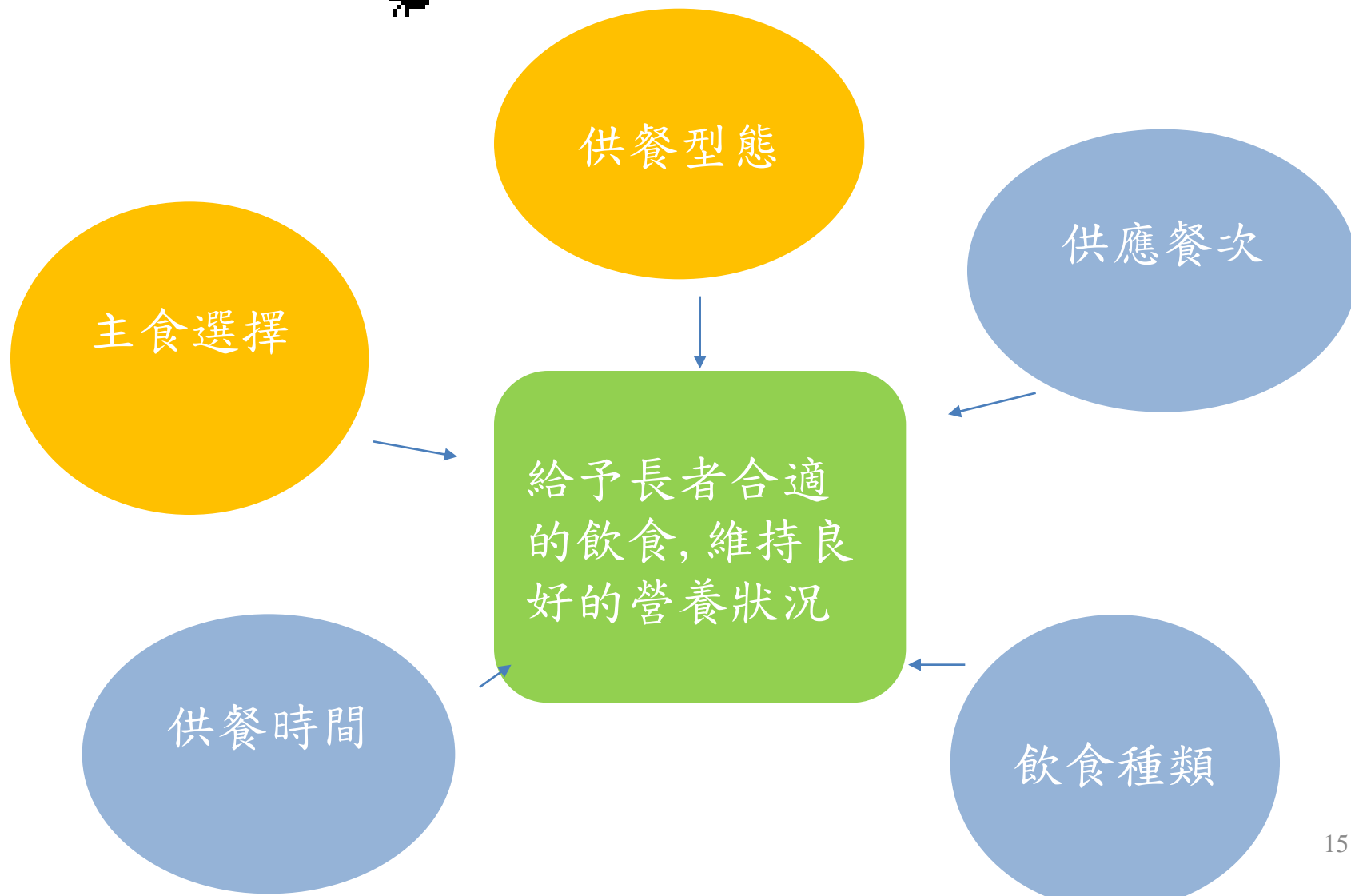
不能由口進食：

- 外傷. 灼傷. 昏迷或意識不清


由口進食無法達到身體需要者


- 厭食症患者....

# 小叮嚀



# 如何執行快樂餐？

-  住民選自己要吃的餐點

 依住民個人偏好選擇，自由點餐  
每週至少一次。



# 膳食滿意度調查～調查哪些項目??

oo護理之家

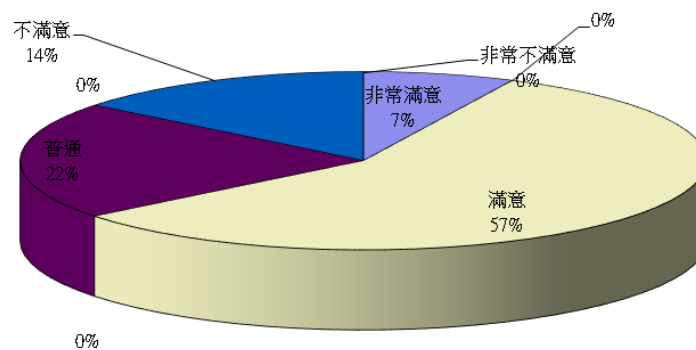
2017/6

用餐滿意度調查

問卷總數:28

項目	非常滿意	滿意	普通	不滿意	非常不滿意
菜色口味	2	16	6	4	0
	7%	57%	21%	14%	0%

106年6月菜色口味



非常滿意  
  滿意  
  普通  
  不滿意  
  非常不滿意