

راهنمای تغذیه با لوله

در بیمارانی که به هر دلیلی قادر به دریافت مواد غذایی از طریق دهان نیستند، از تغذیه با لوله استفاده می شود. تغذیه با لوله روشی است که مواد غذایی و مایعات مورد نیاز بیمار توسط لوله مخصوصی وارد مجرای گوارش بیمار می شود. بیمارانی که تحت تغذیه با لوله قرار دارند، اگر به طرز صحیح و مناسبی تغذیه نشوند دچار سوتغذیه شده و مراحل بهبودی آنها طولانی تر می شود.

محلول های تغذیه با لوله

الف) انواع آماده (تجاری)

در حال حاضر محلول های تجاری متنوعی وجود دارد که در صورت صلاحدید پزشک و متخصص تغذیه بسته به شرایط بیمار می توان از داروخانه ها تهیه کرده و مورد استفاده قرار گیرد. انواع محلول تجاری موجود در بازار مانند پودر اینترامیل (بر اساس دستور تهیه درج شده بر روی قوطی) و محلولهای میلآتک (که آماده مصرف می باشد).

ب) انواع خانگی

با استفاده از مخلوط کن می توان ترکیب غذایی مناسبی برای بیمار تهیه کرد. غذاهای تهیه شده در منزل می تواند انتخاب خوبی برای تغذیه بیمار باشد در صورتیکه در شرایط بهداشتی تهیه شده باشد و غلظت کافی برای عبور از لوله را داشته باشد.

وضعیت صحیح بیمار هنگام تغذیه:

- هیچگاه تغذیه بیمار را در حالت دراز کشیده و خوابیده انجام ندهید
- بلند کردن تکیه گاه تخت تا حداقل 30 درجه یا با قرار دادن بالشتی زیر سر (حداقل 3 عدد بالشت) سر بیمار را بالاتر بیاورید.
- 30 تا 60 دقیقه بعد از تغذیه، بیمار را در همین وضعیت نگهدارید.
- غذای آماده شده را درون سرنگ بریزید و سرنگ را بالا نگه دارید تا مواد به آرامی وارد معده شود. بعد از اتمام غذا از طریق لوله به بیمار آب بدهید تا مسیر لوله به خوبی شسته شده و از انسداد آن جلوگیری شود.
- نکته مهم: اگر در حین تغذیه بیمار دچار سرفه و یا دشواری در تنفس شد، تغذیه را متوقف کنید و با پرستار بیمار تماس بگیرید.

-تغذیه بیمار باید با مقدار کمتر از 50 سی سی در ساعت شروع شود و حداکثر به حجم 250 تا 300 سی سی هر سه ساعت افزایش یابد. مگر در مواقع تهوع، استفراغ، دل پیچه، اسهال، یبوست و باقی ماندن غذا در معده.

-در صورتیکه بیمار دچار نفخ یا استفراغ شود بایستی تغذیه را متوقف کرده و به پزشک اطلاع دهید.

- جهت جلوگیری از انسداد لوله یکی از ساده ترین روش ها شست و شوی مرتب است.

- شست و شوی لوله با 50-30 میلی لیتر آب قبل و بعد از تغذیه در بیماران بزرگسال برای جلوگیری از انسداد لوله باید انجام شود.

برای تهیه رژیم های خانگی به نکات زیر توجه کنید:

1. دستگاه مخلوط کن در هر وعده قبل و بعد از تهیه غذا کاملاً شست و شو داده شود.
2. مراحل شست و شوی کامل سبزیجات و سایر مواد در تهیه غذا را به دقت رعایت کنید.
3. بهتر است بیشتر اقلام مورد استفاده کاملاً پخته شود تا مشکلاتی مانند نفخ و اسهال برای بیمار ایجاد نشود.
4. از تخم مرغ خام به علت خطر مسمومیت در ترکیب غذا استفاده نشود.
5. پس از پخت کامل غذا و سرد شدن نسبی آن، غذا را در داخل مخلوط کن ریخته و آن را کاملاً نرم و یکنواخت نمایید.
6. باقیمانده غذا را در یخچال نگهداری نموده و هر 3-4 ساعت یکبار طبق مقدار توصیه شده به بیمار بدهید.
7. از دادن مخلوط های غذایی به شکل سرد جدا خودداری نمایید زیرا باعث عدم تحمل بیمار می شود. قبل از برداشتن غذا آن را با قاشق به خوبی هم بزنید. هنگام استفاده مقدار لازم را روی حرارت بخار مانند کتری قرار دهید تا ولرم شود.
8. حجم مورد نظر غذای بیمار را 20 دقیقه تا نیم ساعت قبل از مصرف از یخچال خارج کرده و در دمای اتاق قرار دهید.
9. در هر وعده غذایی از چند نوع ماده غذایی استفاده کنید.
10. از مغز های آسیاب شده مثل گردو، بادام و یا روغن مایع از انواع مختلف مانند (روغن زیتون، آفتابگردان و ذرت، سویا و کنجد) برای بالا بردن انرژی دریافتی بیمار استفاده شود.

دستورات غذایی پیشنهادی:

دستور (1): مناسب برای وعده ناهار و شام

کدو سبز خام 30 گرم، هویج خام 30 گرم، برنج خام 50 گرم، مرغ خام 120 گرم، ماست 100 گرم، خرما 2 عدد، سفیده تخم مرغ آبپز 2 عدد، روغن 30 گرم

✓ طرز تهیه: برنج، سبزیجات، گوشت یا مرغ و روغن را همراه با مقداری آب می پزیم و پس از پخته شدن با ماست، خرما، سفیده تخم مرغ آب پز مخلوط میکنیم. بعد از اینکه کاملاً له شد حجم مواد فوق را به 1000 سی سی میرسانیم. به صورتی که به راحتی از لوله رد شده و باعث انسداد نشود.

دستور (2): مناسب برای وعده 8 و 10 صبح

شیر 1 و نیم لیوان، عسل 60 گرم، خرما 6 عدد، تخم مرغ آب پز 1 عدد، روغن 2 قاشق مرباخوری، پودر بادام 30 گرم

✓ طرز تهیه: بعد از هسته گیری و پوست گیری خرما تمام مواد فوق را در مخلوط کن ریخته و خوب مخلوط کنید.

دستور (3):

ابمیوه مخلوط هویج و سیب 1 لیوان

روغن مایع 1 قاشق مرباخوری

واحد تغذیه بیمارستان شهید کامیاب