

Péče o výživu

Příjem potravy a tekutin představují základní životní potřeby nutné k přežití.

Je velmi důležité sledovat množství jídla a tekutin, která váš blízký přijímá. Důležité je sledovat i složení stravy, zejména množství bílkovin, vitamínů a vhodných tekutin. Při dlouhodobém nadměrném příjmu potravy a malé aktivitě vzniká obezita, při dlouhodobě sníženém množství přijímané potravy se rozvíjí celková sešlost a hubnutí. Při nevhodném složení potravy může vzniknout až podvýživa.

Jestliže zdravotní stav nemocného nevyžaduje dietní opatření, volte taková jídla, která má rád a která dobře snáší. Dbejte na to, aby strava byla pestrá a obsahovala všechny potřebné složky a vitamíny. Pokud má naordinovanu dietu, dodržujte doporučení lékaře.

Při potížích s polykáním nepodávejte potraviny, které mohou být vdechnuty (rýže, luštěniny, drobné těstoviny).

Nemocným s nechutenstvím nepodávejte výrazně aromatická a těžká jídla. Nevhodná jsou jídla s česnekem a větším množstvím cibule, smažená jídla a nadýmavá (luštěniny, příliš sladkosti).

U nemocných s nechutenstvím můžete stravu doplnit výživovými doplňky – Nutridrinky. Jsou to speciální nápoje s různými příchutěmi, které doplní odpovídající energetický příjem. Účinně doplní stravu nemocných, kteří trpí nechutenstvím, nebo jim nemoc brání přijímat tuhou stravu. Obsahují všechny důležité živiny v optimálním poměru. Nutridrinky jsou k dostání v lékárnách, kde Vám poradí s výběrem.

Podávání jídla je společenská událost, má velký sociální význam, proto je vhodné, pokud to zdravotní stav nemocného dovolí, aby jedl u stolu a nejlépe ve společnosti dalších členů rodiny. Jídlo by mělo být vkusně naservírované. Nemocného před jídlem upravte, umožněte mu umýt se nebo otřít si před jídlem ruce. Pokud je inkontinentní, vyměňte

mu plenu. Nepohyblivého nemocného na lůžku posadíte a podložíte ho polštářem. Podávání jídla na lůžku vám usnadní použití servírovací stolku. Stravu připravujte a podávejte takovým způsobem, aby byl nemocný co nejvíce soběstačný.

Při některých onemocněních bývá nemocným pro příjem potravy zaveden tzv. PEG (perkutánní endoskopická gastrostomie) nebo nasogastriční sonda. Než Vašeho blízkého propustí do domácího ošetřování domů, zdravotní sestry z nemocnice Vás seznámí s ošetřováním a jak zvládat možné komplikace. S ošetřováním PEG nebo nasogastriční sondy Vám mohou pomáhat sestry z agentur domácí ošetrovatelské péče (terénní ošetrovatelská služba, Home Care).

