

管灌飲食手冊



花蓮慈濟醫院 關心您

如有營養問題請掛營養諮詢門診

TEL : 03-8561825 轉 13087 / 13089

衛教日期： 年 月 日

營養師：

● 灌食計劃



病患姓名： _____

建議熱量： _____ 大卡/每天

每天灌食次數： _____ 次/天

灌食時間點：

建議使用管灌營養品：

選擇 1 _____

每餐沖泡溫水： _____ 毫升或 _____ 罐/餐

選擇 2 _____

每餐沖泡溫水： _____ 毫升或 _____ 罐/餐

選擇 3 _____

每餐沖泡溫水： _____ 毫升或 _____ 罐/餐

是否加鹽：是，加鹽： _____

●水分給予

水分攝取足夠,對預防便秘和泌尿道感染有益處

一天水分共需要 _____ CC

灌食的水

灌時前給水可以確認管子通暢,避免阻塞

-灌食前沖管子水 20cc× _____ 次,共 _____ CC

-配方奶,含的水有 _____ CC

-灌奶後洗管子水 30~50cc× _____ 次,共 _____ CC

灌奶後 30-50cc 水分就可以有效管子清洗

補充的水

= 還要額外給的水量有 _____ CC

餐後 1.5~2 小時後補充

如果灌奶後立刻給 100cc 以上水分,會消化變慢、增加噎咳

為 _____ 餐、每次 _____ CC



補充水分時間點：

● 管灌配方灌食步驟:沖泡→反抽→灌食

灌食

先加入 100c.c. 溫水將粉末調開(灌食食物的溫度以接近體溫最適宜,不宜過冷或過熱)

加入溫水至所需 c.c.數, 攪拌均勻

使病人呈坐姿或將床頭搖高 30~45 度以防止吸入性肺炎 (建議於灌食後 1 小時再平放)

將空針接上灌食管

反抽

每次灌食前, 必須先反抽評估消化情形

再
次
反
抽

反抽物呈牛奶狀液體且量 > 80-100c.c.

灌回反抽物, 等待 30 分鐘至 1 小時後再次反抽

★ (每 3-4 小時灌食一次 · 5-6 次/天)

建議灌食後 1 小時再將病人平放

灌食完畢以 30~50c.c.溫開水沖洗管子

再灌食

將配方倒入空針中開始灌食 · 灌食速度應平均且不宜過快 · 以防止病人嘔吐或胃部發炎

反抽物呈黃色液狀或呈白色乳凝塊
且量 < 100-80c.c.

● 注意事項

1. 灌食餐次需依營養師指示灌食 4~6 餐，宜 3~4 小時灌食一次，每次灌食速度不可過快，以避免病人胃腸不適。**每次灌食安全的份量不要超過 500cc。**
2. 空針反抽檢查可以確認消化狀況，若反抽物為未消化奶且量大於灌食量一半以上，則須等 1 個小時後再次反抽評估。
3. 每次灌食後，用 30~50c.c 的溫開水沖洗管路，每次灌食前後要將灌食器沖洗乾淨。
4. 除配方奶外，餐間要補充 100~150c.c 水分。
5. 灌食時，盡量採坐姿灌食或將頭頸抬高 30~45 度，灌食後 1 小時才可平躺。

6. 配方奶沖調使用方法

- (1) 使用乾淨清潔的環保杯。
- (2) 加入約 100c.c 的溫開水。
- (3) 加入建議匙數的配方粉末，與有建議的鹽巴。
- (4) 加入溫開水到刻度每餐建議的 c.c. 數位置，旋緊杯蓋，搖晃至均勻液體。(1 卡/c.c)
- (5) 沖泡好的配方，應盡快餵食。若未立即食用或有剩餘時，應蓋緊杯蓋放入冰箱中冷藏，並再 24 小時內復熱食用。
- (6) 食用完畢後，應立即將杯子及杯蓋清洗乾淨。

● 一般原則

1. 製備及灌食前，要先洗手並將灌食器具清洗乾淨以免配方遭受污染。灌食後立即將器具清理並且**晾乾**。
2. 開罐後的商業配方若放置冰箱存放，記得封保鮮膜**加蓋**。在灌食前需提早取出隔熱水回溫至室溫(或接近體溫)再灌食。復熱好的配方奶不宜放置室溫超過 30 分鐘。
3. 請勿將新鮮的配方奶繼續加入仍存有上次殘留配方之灌食容器中，以避免細菌過度滋長。
4. 不要將藥物倒入配方奶中以防止配方奶與藥物發生交互作用。
5. 鼓勵可下床活動的患者於灌食後作輕度的活動以幫助消化。
6. 開罐或沖泡好的配方奶不宜在室溫放置超過 4 小時。
7. 因天然攪打的食物配方，容易滋生細菌不宜在室溫下放置超過 60 分鐘。若一次做好一整天的份量，應分裝、加蓋並冷藏。每次灌食前取出隔水加熱後立即使用，天然攪打配方需於 24 小時內使用完畢。



● 配方奶與一般奶粉的差別

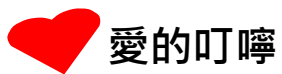
每100公克所含 營養素	熱量	粗蛋白	粗脂肪	碳水化合物	膳食纖維	膽固醇
	kcal	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)
均衡配方奶	447	15.7	16.9	58.1	1.5	-
一般全脂奶粉	476	26.6	28.7	36.4	-	91
維生素	維生素A	維生素E	維生素B1	維生素B2	維生素B6	維生素B12
	(RE)	(α-TE)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)
均衡配方奶	372.5	15	0.8	0.8	0.8	2.2
一般全脂奶粉	988	0.47	0.33	1.77	0.33	3.02
維生素/礦物質	維生素C	泛酸	葉酸	生物素	膽鹼	鈉
	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)
均衡配方奶	29.8	3.7	150	50	24.9	310
一般全脂奶粉	33.2	-	-	-	-	386
★ 礦物質	鉀	鈣	鎂	磷	鐵	鋅
	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)
均衡配方奶	521.2	223.4	99.3	223.4	4.5	5.6
一般全脂奶粉	1196	905	84	745	0.3	3.1
★ 礦物質	錳	銅	碘	氟	鉻	硒
	(mg)	(mg)	(μg)	(mg)	(μg)	(μg)
均衡配方奶	1.2	0.5	37.3	447	21.3	21.3
一般全脂奶粉	-	-	-	-	-	-

均衡營養品不是牛奶，是萃取牛奶的蛋白質或黃豆蛋白質為原料之一，添加人體生存需要的必須脂肪、醣類，維生素、礦物質，符合營養需求，可供長期使用。而牛奶、奶粉是小牛成長的食物，人類可以一天攝取250~500cc 當成補充品，若當成一天所有營養素來源，長期使用會有營養素失衡導致的營養不良和其他健康問題。



● 避免管灌飲食不舒服的小技巧

併發症	可能原因	解決方法
腹脹、絞痛、噁心、嘔吐	灌食速度太快	拉低空針，降低速度，建議使用灌食袋
	配方奶太冰	灌食前回熱至室溫
腹瀉	灌食速度太快	拉低空針，降低速度
	配方或灌食器具汙染	製作配方時遵守衛生條件，保持器具的清潔
	配方奶濃度泡錯	確認配方奶泡的 c.c 數是否恰當
便秘	臥床、活動量不足、腸蠕動減少	增加活動量及早晨做腹部按摩
	使用不含纖維配方	增加膳食纖維
	水份不足	注意每日的水份攝取
管子阻塞	灌食配方有顆粒	將配方攪拌混合均勻並注意配製濃度
吸入性肺炎	灌食姿勢錯誤	灌食時頭頸部需抬高 30~45°，或採坐姿灌食。灌食後 1 小時後再平躺
低血鈉症	鈉量供應不足	適量補充鹽巴(不建議使用低鈉鹽)



愛的叮嚀



隨堂測驗

- 1.()若灌食後有腹瀉產生，以下對腹瀉**沒有幫助**
 - a.注意灌食器是否有洗淨無殘留奶垢。
 - b.拉低空針或使用灌食袋減慢灌食速度。
 - c.檢查配方奶是否在室溫下放置超過 4 小時。
 - d.濃縮配方奶濃度(如 300c.c 配方奶泡到 200c.c)。
- 2.()配方奶用**熱水**充泡最容易泡開，且對消化率最好。
- 3.()為了提供足夠的水分，可在灌完配方奶後，立刻給予 100~150c.c 的水分。
- 4.()市面上的奶粉、鮮奶都可以當成全天的營養來源，不會影響身體健康。
- 5.()灌食前反抽量若大於一半以上，呈現豆花狀或是未消化奶型態，建議推回，一小時後再灌食。

床號: _____ 分數: _____ 營養師: _____ 日期: _____

<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>

衛教評值者：家屬 外傭 看護 其他

