

Διατροφή

The eatwell plate

Use the eatwell plate to help you get the balance right. It shows how much of what you eat should come from each food group.

FOOD
STANDARDS
AGENCY
food.gov.uk



-
- **Πρώτη ανάγκη** για κάθε ζωντανό οργανισμό
 - **Ισορροπημένη διατροφή** για **αποτελεσματική λειτουργία του οργανισμού**

Λήψη τροφής με τους εξής τρόπους:

- 1. Από το στόμα**
- 2. Με τεχνητή διατροφή**
- 3. Με ολική παρεντερική διατροφή – ενδοφλεβίως – παράκαμψη πεπτικού συστήματος**



Ετοιμασία και βοήθεια του ασθενή για φαγητό

- Δημιουργία ευχάριστου περιβάλλοντος
- Ετοιμασία ασθενή:
 - Ασθενής σε αναπαυτική θέση – προτιμάται η καθιστή
 - Πλύσιμο χεριών ασθενή
 - Το τραπεζάκι φαγητού τοποθετείται κοντά στον ασθενή
 - Οι νοσηλείες και η αντιμετώπιση του πόνου γίνονται αρκετά πριν το φαγητό
 - Ενθάρρυνση ασθενή για να φάει στο τραπέζι του θαλάμου

Ετοιμασία και βοήθεια του ασθενή για φαγητό

➤ Σερβίρισμα τροφής:

- Η ώρα του φαγητού είναι συνήθως ευχάριστη στιγμή
- Γεύματα σε **τακτά χρονικά διαστήματα**
- Τα γεύματα να **μην καθυστερούν** – κίνδυνος για μείωσης της διάθεσης του ασθενή για φαγητό σε περίπτωση καθυστέρησης
- Περιποιημένος δίσκος
- Γεύμα σύμφωνα με το **καθορισμένο διαιτολόγιο** + τις προτιμήσεις του ασθενή

Ετοιμασία και βοήθεια του ασθενή για φαγητό

➤ Βοήθεια του ασθενή:

Αυτοεξυπηρετούμενος ασθενής:

- Τρώει μόνος του με μικρή βοήθεια από το νοσηλευτή
- Ευκαιρία για δημιουργία ευχάριστου κλίματος



Ετοιμασία και βοήθεια του ασθενή για φαγητό

Σε κλινήρη ασθενή:

- Δημιουργία **ευχάριστου κλίματος**
- Τοποθέτηση ασθενή σε **αναπαυτική θέση** με το κεφάλι πάνω στο μαξιλάρι
- **Πλύσιμο χεριών ασθενή και νοσηλεύτη**
- Τοποθέτηση πετσέτας φαγητού
- Ο νοσηλεύτης κάθεται σε κάθισμα δίπλα στον ασθενή
- Έλεγχος θερμοκρασίας φαγητού



Ετοιμασία και βοήθεια του ασθενή για φαγητό

Σε κλινήρη ασθενή

- **Γέμισμα κουταλιού** κατά τα **2/3**
- **Έλεγχος για κατάποση** και μετά συνέχεια σίτισης
- Σε χορήγηση υγρού στηρίζουμε το κεφάλι του ασθενή με το ένα χέρι και με το άλλο βοηθάμε να πιεί – αφήνουμε τον ασθενή να κατευθύνει τη διαδικασία
- Ενημέρωση φύλλου νοσηλείας