

NHỮNG ĐIỀU CẦN CHÚ Ý KHI CHO ĂN BẰNG ỚNG XÔNG

- Trước khi cho ăn bằng ống xông phải rửa tay sạch sẽ, các loại dụng cụ bao gồm ống bơm tiêm rỗng, đồ đựng, cốc... v.v... phải tiệt trùng sạch sẽ, nếu cho ăn loại thức ăn theo công thức loại đóng hộp bán sẵn, thì trước khi cho ăn phải rửa sạch hoặc lau sạch mặt ngoài của đồ hộp.
- Nếu tự chuẩn bị thức ăn thiên nhiên tại nhà một lần có thể chuẩn bị lượng dùng cho cả ngày, chế biến xong cho vào đồ đựng đậy nắp lại rồi để trong ngăn giữ lạnh của tủ lạnh (không được quá 24 tiếng), cứ 2 đến 3 tiếng lấy ra khoảng 250cc, hâm nóng tới nhiệt độ tương đương với nhiệt độ cơ thể, là có thể cho ăn.
- Thức ăn theo công thức thiên nhiên không nên để dưới nhiệt độ bình thường trong nhà quá 60 phút (nếu là thức ăn đã bảo quản trong tủ lạnh lấy ra hâm nóng lại thì không nên quá 30 phút), nếu người bệnh không thể ăn ngay, thì phải tạm bỏ vào tủ lạnh bảo quản.
- Không được cho thuốc trực tiếp vào thức ăn cho ăn bằng ống xông, để tránh tình trạng bị biến chất vón cục hoặc ảnh hưởng đến tác dụng của thuốc.
- Vào mỗi lần trước khi cho ăn bằng ống xông, phải hút lượng còn tồn lại trong dạ dày ra để đánh giá tình hình tiêu hóa, nếu lượng hút ra nhiều hơn 100cc, thì tạm ngừng không cho ăn sau 1~2 tiếng đồng hồ, lại hút ra để đánh giá.
- Khi cho ăn phải nâng cao nửa người trên và phần đầu cổ của người bệnh khoảng 30~45 độ, sau khi cho ăn xong khoảng 1 tiếng mới được nằm thẳng.
- Sau khi cho ăn phải dùng 30~50cc nước ấm để tráng ống xông, để tránh vi khuẩn trong hệ thống đường ruột của người bệnh sẽ sinh sôi dọc theo ống xông lên phía trên.
- Có một số bệnh nhân cho ăn bằng ống xông không nói được khi cảm thấy khát, do vậy nên ghi chép lại lượng chất lỏng được cho uống và lượng thải ra, để bổ sung lượng nước thích hợp.
- Định kỳ thay ống xông, đồng thời chú ý mức độ bệnh tình và sự biến đổi tình trạng dinh dưỡng của người bệnh.

KẾ HOẠCH CHO ĂN BẰNG ỚNG XÔNG

Họ tên: _____ Tuổi: _____ tuổi

Giới tính: Nam/nữ Chiều cao: _____ Cân nặng: _____ kg

Chỉ số cơ thể (BMI): _____ Cân nặng lý tưởng: _____ kg

Kiến nghị lượng dinh dưỡng nhu cầu:

Lượng Calories: _____ Calories/ngày; Protein: _____ gram/ngày

Khác: _____

Kiến nghị công thức cho ăn bằng ống xông:

Công thức thức ăn thiên nhiên	cc/lần x. lần/ngày, tổng cộng cc/ngày	
Công thức bán sẵn dạng lỏng		
Tên sản phẩm:	hộp/lần x. lần/ngày, tổng cộng hộp/ngày	
Công thức bán sẵn dạng bột		
Tên sản phẩm:	gram/lần	pha thành cc /lần x. lần/ngày
Tên sản phẩm:	gram/lần	
Tên sản phẩm:	gram/lần	, tổng cộng cc/ngày

* Khoa Dinh dưỡng của bệnh viện có cung cấp dịch vụ bán ký gửi các loại thức ăn theo công thức bán sẵn và thức ăn dạng bột.



Công thức tốt đáng tin cậy, với thiết kế chuyên nghiệp của chuyên viên dinh dưỡng!
Đường dây tư vấn: 2709-3600 chuyên máy lẻ: 8153,8152

Khoa Dinh dưỡng Chi nhánh Nhân Ái – Bệnh viện liên hợp công lập T.P.Đài Bắc
quan tâm sức khỏe của bạn.

CÔNG THỨC THỨC ĂN THIÊN NHIÊN~ CHỌN LỰA TỐT CHO NGƯỜI ĂN BẰNG ỚNG XÔNG DÀI NGÀY

Thiết kế chuyên nghiệp Chế độ ăn chất lượng



Dinh dưỡng

Hóa chất thực vật Phytochemicals

Axit béo chuỗi dài ω-3 EPA, DHA

Khoa Dinh dưỡng Chi nhánh Nhân Ái – Bệnh viện liên hợp công lập T.P.Đài Bắc biên soạn phát hành

PHÂN LOẠI VÀ GIỚI THIỆU THỨC ĂN CHO ĂN XÔNG THEO CÔNG THỨC SẴN

Phân loại và đặc điểm của thức ăn cho ăn xông theo công thức

Phân loại công thức	Đặc điểm của công thức
Công thức bán sẵn (dạng lỏng, dạng bột)	<ol style="list-style-type: none"> Là công thức theo hình thức phụ gia nhân tạo, căn cứ lượng dinh dưỡng cần thiết mỗi ngày cho người Đài Loan để kiến nghị thiết kế lượng sử dụng. Thành phần dinh dưỡng ổn định, sử dụng tiện lợi, đảm bảo vệ sinh. Có thể kết hợp sử dụng cùng thức ăn theo công thức thiên nhiên, để tiết kiệm nhân lực.
Thức ăn thiên nhiên: Công thức (khuấy)	<ol style="list-style-type: none"> Dựa trên cơ sở chế độ ăn uống tốt cho sức khỏe, được chế biến từ các loại nguyên liệu thức ăn thiên nhiên đa dạng, kết hợp với thức ăn công thức dạng bột có độ sệt thấp. Được chuyên viên dinh dưỡng thiết kế, công thức thức ăn thiên nhiên có thể cung cấp đủ dinh dưỡng và những chất có lợi cho sức khỏe mà thức ăn theo công thức bán sẵn không có.

* Việc kết hợp công thức của thức ăn cho ăn qua ống xông, phải điều chỉnh tùy theo mức độ bệnh tình và độ chịu đựng của từng bệnh nhân, do vậy phải định kỳ liên lạc xin tư vấn của chuyên viên dinh dưỡng chuyên nghiệp.

ƯU ĐIỂM CỦA THỨC ĂN THEO CÔNG THỨC THIÊN NHIÊN

- ✔ Cung cấp các chất có lợi cho sức khỏe mà thức ăn theo công thức bán sẵn không có như: lycopene, lutein, thành phần bột bắp, carotenoids, polyphenols, phytosterols, và hóa chất thực vật có lợi cho sức khỏe Phytochemicals.
- ✔ Công thức có chứa cá có thể cung cấp Axit béo chuỗi dài ω-3 (EPA và DHA) cần thiết cho cơ thể.
- ✔ Cung cấp nguồn chất xơ thực phẩm đa dạng, điều tiết hệ vi sinh đường ruột, cải thiện vấn đề chướng hơi, hỗ trợ bài tiết phân.
- ✔ Có chứa các đường chất có phân tử lớn, làm tăng cảm giác no.
- ✔ Thời gian cho ăn dài hơn, phù hợp với thời gian ăn uống sinh lý hơn.
- ✔ Giảm bớt gánh nặng kinh tế do phải ăn bằng ống xông lâu ngày.



NỘI DUNG NGUYÊN LIỆU THỨC ĂN THEO CÔNG THỨC THIÊN NHIÊN

Nội dung nguyên liệu thức ăn theo công thức được thiết kế bảng 1 Calorie/cc:

Số cốc/T. số	1 cốc 250cc	2 cốc 500cc	3 cốc 750cc	5 cốc 1250cc	6 cốc 1500cc	7 cốc 1750cc
Thức ăn						
Loại thịt cá: Thịt heo, thịt bò hoặc cá	10gram	20gram	30gram	50gram	60gram	70gram
Trứng gà	1/7 quả	1/3 quả	1/2 quả	2/3 quả	1 quả	1 quả
Ngũ cốc và các loại thực phẩm ăn củ: Bí đỏ, Sơn đước, khoai tây hoặc khoai lang	Bí đỏ 30 gram hoặc các loại khác 20 gram	Bí đỏ 60 gram hoặc các loại khác 40 gram	Bí đỏ 90 gram hoặc các loại khác 60 gram	Bí đỏ 150 gram hoặc các loại khác 100 gram	Bí đỏ 180 gram hoặc các loại khác 120 gram	Bí đỏ 210 gram hoặc các loại khác 140 gram
Các loại hạt giống và hạch đào: Bột vừng đen, lạc, hạch đào hoặc hạnh nhân	4gram	7gram	10gram	15gram	20gram	25gram
Các loại rau: Cà-rốt, cải chân vịt hoặc cà chua	7gram	15gram	20gram	35gram	40gram	50gram
Chất béo Dầu Oliu hoặc dầu hạt cải	4gram	8gram	12gram	20gram	25gram	30gram
Muối	0.7gram	1.5gram	2gram	3.5gram	4gram	5gram
Bột Protein hàm lượng cao	3gram	6gram	9gram	15gram	18gram	20gram
Sữa bột tách béo giàu canxi	4gram	7gram	10gram	15gram	20gram	25gram
Bột đậu nành (chín)	4gram	7gram	10gram	15gram	20gram	25gram
Bột gạo lứt (không đường)	5gram	10gram	15gram	25gram	30gram	35gram
Bột men bia	2gram	4gram	6gram	10gram	12gram	15gram
Đường Nu-Carb	7gram	15gram	20gram	35gram	40gram	50gram
Bột Maltodextrin	13gram	25gram	40gram	65gram	80gram	90gram

* Trong cùng nhóm thức ăn tươi sống một ngày có thể chọn một loại, thay đổi sử dụng là tốt nhất.

CÁCH CHUẨN BỊ THỨC ĂN THEO CÔNG THỨC THIÊN NHIÊN

Hình vẽ minh họa cách tự chuẩn bị thức ăn theo công thức thiên nhiên tại gia đình:



Bước 1

Bước 2

Bước 3

Các loại thức ăn dạng bột và thức ăn tươi, đều phải cân theo lượng đã được thiết kế.

Thức ăn thiên nhiên thái kiểu hạt lựu, kết hợp cả trứng gà, cho cùng vào nấu chín trước.

Đổ nước sôi vào thức ăn thiên nhiên đã nấu chín rồi khuấy thành dạng lỏng.



Bước 4

Bước 5

Bước 6

Cho thêm thức ăn dạng bột, tiếp tục khuấy đều thành dạng thức ăn lỏng.

Sau khi dùng dụng cụ lọc để lọc bã thức ăn, là hoàn thành thành phẩm.

Cho thành phẩm đã chế biến xong vào ngăn bảo quản lạnh của tủ lạnh (không được để quá 24 tiếng đồng hồ), hâm nóng lại trước khi sử dụng.

Lưu ý:

- ✔ Nếu dùng các nguyên liệu thức ăn tươi như thịt heo, thịt gà, thịt bò và cá, phải xay nhuyễn và nấu chín trước, hoặc trực tiếp dùng loại thịt xay đông hộp chuyên dùng cho trẻ sơ sinh (baby food).
- ✔ Lựa trứng gà tươi dùng nước rửa sạch, và nhất định phải nấu thật chín, để tránh nhiễm khuẩn đường ruột Salmonella.
- ✔ Khi dùng muối không được sử dụng muối hàm lượng Natri thấp.
- ✔ Dầu thực vật có thể sử dụng thay đổi các loại gồm dầu Oliu, dầu hạt cải và dầu hướng dương.
- ✔ Ngoài ra mỗi ngày có thể cho ăn thêm 1-2 lần nước sinh tố trái cây tươi (không hâm nóng).

