

末期病人常見症狀-食慾不振、噁心嘔吐、 吞嚥困難-衛教指導



❖食慾不振

- 1.按醫囑給予促進食慾的藥物。
- 2.經過一整夜的消化，早餐是最佳進食時機。
- 3.慎選食物的種類及軟硬度，避免像豆類、白菜等會產生氣體的食品。
- 4.宜少量多餐；避免太甜、油膩食物。
- 5.需要時，可會診營養師提供合適的飲食建議。
- 6.進食前漱口能刺激味覺，可增進食慾。

❖噁心嘔吐

- 1.按時按量給予醫師囑咐的止吐藥。
- 2.保持環境清潔及空氣清新。
- 3.吐出來的東西若用深色袋子可降低病人的擔心。
- 4.使用病人喜歡的漱口水或果汁。
- 5.食物暫時減量或禁食。
- 6.清潔口腔，若裝有假牙則最好每次進食後即每日均需清洗。
- 7.若病人有鼻胃管留置，可加以引流。
- 8.注意進食及水分攝取情形，因會影響電解質之平衡。

❖吞嚥困難

- 1.建議可將固體食物處理成泥狀，以利吞嚥。
- 2.液體食物可增加液體濃稠度或製作成果凍狀（布丁、蒸蛋）。
- 3.以少量開水試喝，但要小心不要嗆到以避免產生吸入性肺炎。
- 4.進食時宜採 60-90 度坐姿，以協助食物下嚥，並預防吸入性肺炎。
- 5.宜少量多餐。

參考文獻：

- 林慧珍(2018)・老年人的營養問題・於林麗嬋總校閱，*老年護理學*（八版，330-365）・台北：華杏。
- 許禮安、高以信、黃裕雯、高碧月、許煌汶、根秀卿(2012)・*安寧緩和療護*・台北市：華杏。

