

外科手術後病人之飲食原則

飲食原則

- ⊗ 手術後視病人恢復情況，及早積極給予營養支持，預防併發症及促進早期傷口復原。
- ⊗ 手術後依病人腸胃道狀況給予飲食，通常由清流質或米湯開始餵食，然後進展到全流質飲食。若接受性不錯則可以進步到半流質，最後是軟食或固體之食物。
- ⊗ 提供足夠之熱量。對於熱量的需求，手術後若無其他併發症，總熱量應增加 10 %；若有多發性骨折或創傷，熱量則應增加 10 ~ 25 %。
- ⊗ 應增加蛋白質的攝取。蛋白質應佔總熱量的 15 ~ 20 %，以提供手術及手術後產生敗血、感染、發燒和創傷所造成之蛋白質耗損與修補受傷組織及傷口。
- ⊗ 高生理價的蛋白質（如：蛋、牛奶、肉類等）至少應占每日蛋白質總量的一半以上，其餘的蛋白質可選用黃豆及黃豆製品之植物性蛋白質來供應。
- ⊗ 當維生素 C 缺乏時，會延遲或阻礙傷口癒合并易出現皮膚潰瘍，故建議每日應攝取 100 ~ 300 毫克維生素 C（如：蕃石榴、橘子、柳丁、檸檬等）幫助傷口癒合。
- ⊗ 補充維生素 A，可增進傷口癒合，維持上皮組織完整並能幫助預防壓力所引起之胃潰瘍。維生素 A 富含的食物有魚肝油、肝臟及黃色蔬菜和水果。
- ⊗ 補充維生素 K 如：綠色蔬菜），可預防維生素 K 不足所產生的凝血時間延長。
- ⊗ 熱量及蛋白質增加時，應增加維生素 B 群之攝取量。
- ⊗ 適量補充鋅（如：牡蠣等海鮮）有助於促進傷口癒合。

飲食原則

- ④ 適量補充水份與電解質以防止手術後因嘔吐、出血、發燒、滲出液、出汗、引流、代謝增加所引起之體液大量損失。
- ④ 病人若有發燒情形，應注意水份及電解質平衡。
- ④ 當病人食慾不佳時，可暫時由週邊靜脈營養，搭配由口進食。
- ④ 對於一些特殊疾病所產生消化不良或腹瀉的情況，則須依營養師之評估，針對病人之狀況來設計飲食，以提供病人最佳之營養照顧，協助病人疾病及早康復。

112.01 20-C7-040



新北市立聯合醫院關心您
聯絡電話 (02) 2982 9111 分機 3200
若有任何疑問，歡迎您與我們聯絡