



Кормление тяжелобольного человека

Если вы ухаживаете за тяжелобольным человеком, важно:

- следить за его аппетитом;
- отмечать количество употребляемой жидкости;
- учитывать пожелания больного.

Частые проблемы, связанные с кормлением:

- нарушение функции глотания;
- изменение вкусовых предпочтений;
- отсутствие аппетита;
- сокращение объема выпиваемой жидкости;
- сухость во рту;
- тошнота/рвота;
- боли в животе после приема пищи;
- проблемы со стулом;
- изжога/отрыжка.

Что делать, если человек отказывается от еды и воды

Выясните причину. Возможно, это:

- замедление обмена веществ: больному или пожилому человеку достаточно небольшого количества пищи, так как он тратит мало энергии;
- прием лекарственных препаратов: некоторые из них снижают аппетит и влияют на вкусовые ощущения;
- естественное развитие болезни: на завершающем этапе заболевания характерны потеря аппетита и отказ от воды;
- страх перед необходимостью обращаться за помощью для похода в туалет;
- неаппетитная на вид или невкусная еда;
- депрессия;
- запор;
- боль.

Не кормите человека насильно. Проконсультируйтесь с врачом

Насильственное кормление портит настроение и отношения с близкими людьми.

А также приводит к отекам, тошноте, кашлю, вздутию живота, рвоте, одышке, поперхиванию.

Если человек пьет мало воды, важно постоянно увлажнять его губы и рот

- Регулярно обрабатывайте полость рта ватными палочками, смоченными лимонным соком с глицерином (в пропорции 1:2).
- Избегайте препаратов, которые могут вызвать сухость во рту (читайте инструкции и консультируйтесь с врачом).
- Давайте человеку маленькие кусочки льда для рассасывания. В воду для льда можно добавлять лимон или шалфей.
- Протирайте губы смоченным в воде ватным диском и обрабатывайте их вазелином или гигиенической помадой.

Если у больного стоит назогастральный зонд или гастростома:

- хорошо измельчайте пищу блендером, чтобы зонд или гастростома не забились;
- после каждого кормления промывайте зонд и гастростому с помощью шприца небольшим количеством кипяченой воды;
- используйте специальное энтеральное питание по рекомендации врача (оно нужно как дополнение к обычной пище, когда больной сильно истощен или ему остро не хватает необходимых питательных веществ).



Организация места и сервировка

- **Красивые тарелки и салфетки**, даже если человек ест в кровати или не ест сам.
- **Тарелки небольшого размера**, чтобы их легко было передвигать на подносе или столе.
- **Прозрачные легкие чашки**, чтобы больной видел содержимое и мог легко поднять чашку.
- **Трубочка (или поильник)**, чтобы безопасно и удобно пить в положении лежа.
- **Цитрусовые (если нет аллергии)**, так как лимоны и апельсины повышают слюноотделение, вызывая аппетит.
- **Ножи и вилки**, даже если человек не будет пользоваться ими самостоятельно.
- **Складной столик**, если это удобно больному.

Еда и напитки

Питание должно быть:

- сбалансированным;
- легкоусвояемым;
- теплым, но не горячим;
- вкусным.

Следует избегать:

- слишком жирных, копченых, острых, соленых продуктов;
- продуктов, вызывающих повышенное газообразование;
- газированных напитков.

Важно!

Если у больного нарушена функция глотания, определите, какую пищу он не может глотать: твердую, полужидкую, жидкую, любую. После этого обратитесь к врачу за рекомендациями по питанию.

Как нужно делать

- Предлагайте вашему близкому блюда на выбор и учитывайте его предпочтения.
- В конце жизни не отказывайте человеку в любимой еде, даже если она для него не очень полезна.
- Если больной не может жевать, но отказывается от протертой пищи, предложите ему подержать кусочек твердой еды во рту, посасывая ее.
- Йогурты, соки, фруктовые пюре замораживайте и давайте в виде мороженого, так их проще глотать.
- Кормите человека маленькими порциями до 5-6 раз в день.
- Твердую пищу нарежьте маленькими кусочками.
- Давайте не больше двух блюд за один прием.
- Уважайте привычные ритуалы вашего близкого (время завтрака, обеда и другие).
- Если больной ест сам, разделите с ним трапезу. Вместе есть приятнее.
- Изолируйте больного от запахов приготовляемой пищи, если они вызывают у него тошноту.
- Помогайте больному до и после еды вымыть руки или протереть их теплыми влажными салфетками либо полотенцем (это важные привычные ритуалы).
- По необходимости протирайте губы салфеткой во время еды.

Как нельзя делать

- Подавать блюда очень горячими или холодными.
- Поить и кормить насильно – если ваш близкий сжимает губы или зубы, значит, он не хочет есть.
- Давать всю пищу только в протертом состоянии. Кишечник станет работать хуже, и от такой еды меньше удовольствия.
- Настаивать на том, чтобы человек съел всю порцию.
- Кормить, стоя над больным.
- Критиковать человека за то, что, на ваш взгляд, он мало съел. Не обижайтесь на это.



Как правильно кормить

Всегда комментируйте свои действия и предупреждайте о них. Даже если вам кажется, что больной вас не слышит и не понимает.

Подготовка

- Поставьте стул, чтобы кормить сидя.
- Помогите больному вымыть руки перед едой.
- Приподнимите изголовье кровати или голову – больной должен полусидеть, чтобы не поперхиваться.
- На грудь положите полотенце или непромокаемую салфетку.
- Под голову постелите полотенце, чтобы не испачкать наволочку.

Во время еды

- Давайте человеку в руку столовый прибор, даже если он им не пользуется – это поможет сохранить рефлексы и поддержать самостоятельность.
- Следите, чтобы больной прожевал и проглотил пищу, прежде чем давать следующую ложку.
- Ждите, пока больной сам откроет рот, когда ложка коснется губ.
- Кормите небольшими порциями – не кладите сразу много еды на ложку.

После еды

- Удалите изо рта больного остатки пищи, чтобы он не поперхнулся.
- Пусть больной прополощет рот или почистит зубы (или дайте ему запить).
- Если у больного зубные протезы, обязательно промывайте их.
- Помогите больному вымыть руки.
- Проветрите комнату.