

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康

燒傷病人急性期飲食之護理指導

嚴重燒傷病人除了外表肉體疼痛外，其體內的代謝狀況也有很大的影響！燒傷面積愈大或程度愈深，就需要有更充足的營養去提供修補受傷組織。燒傷面積大於40%時因新陳代謝率高於平常的兩倍，所需熱量也需於平常兩倍以上才能應付燒傷後的營養需求，因此在整個治療過程中營養扮演了相當重要的角色。

一、熱量的評估：

醫師或營養師會依病人的個別需求，予適當的飲食模式供應。

二、早期餵食：

燒燙傷發生後24小時內應開始給予腸道營養的供給，早期餵食有下列優點：

1. 保持腸胃道黏膜的完整性，以維持正常消化吸收的功能。
2. 避免腸道細菌轉移，而導致身體其他部位感染或菌血症。
3. 減緩新陳代謝速率，並提早得到適當的營養。

三、飲食途徑：

1. 腸道營養法—由口進食、插管灌食(管灌飲食)。
2. 靜脈營養法—周邊靜脈營養、全靜脈營養。

一般病人均可由口進食，如果無法達到需求量的80%，則建議插鼻胃管強迫灌食，譬如小朋友白天不願意讓護理人員使用管灌，即可嘗試於晚上睡覺時管灌。必要時醫師亦會給予由靜脈補充營養，以點滴方式給予，以提高熱量補充腸道攝取的不足。

四、食物選擇

由於燒傷導致體內新陳代謝與荷爾蒙的改變，使得病人肌肉和體內蛋白質加速分解，身體能量急速消耗，故補充高熱量及高蛋白質之食品是非常重要的。但是病人常因疼痛或發燒使得食慾不佳，因此家人協助準備部份食品不但可以促進食慾，亦可提高營養的攝取量。

1. 高蛋白質食品

肉類(各種家禽、家畜類、魚類)、蛋類(蒸蛋、荷包蛋、茶葉蛋)、
奶類(全脂奶粉、脫脂奶粉、鮮奶、高蛋白質奶粉)。

2. 高碳水化合物但低脂食品，如飯、粥、麵、饅頭、餃子等；維生素 A、B、C

和礦物質鋅、鐵、鉀，含鋅食物如海鮮(生蠔)、果仁(山核桃)，含鐵食物如紅肉(牛肉、豬肉)、蛋黃、深綠色蔬菜如菠菜、豆類，含鉀食物如水果、馬鈴薯等。

五、注意事項；

1. 少量多餐，除正餐外可再加點心，以補充熱量和蛋白質的不足。
2. 選擇濃縮的精緻食物，如水果冰淇淋、燴飯、蛋糕等。
3. 少吃過於油膩的食品，如油湯、煎炸的食品。
4. 避免喝過多的清涼飲料而影響正餐的食慾，如運動飲料、碳酸飲料。
5. 市售營養補充品最好由營養師評估後再使用，以避免造成腎臟負擔。
6. 如有飲食方面問題可隨時向護理人員或營養師詢問，或索取燒燙傷手冊以提供更詳細的資料。