

慢性肺疾病 患者營養須知



建佑醫院 護理部

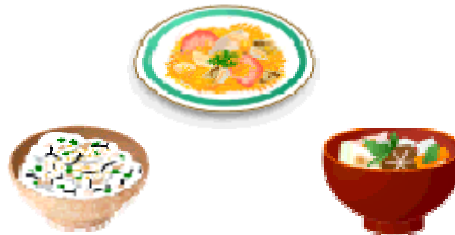
衛教小組 關心您的健康

◆定義:

指一種長期慢性且無法恢復之呼吸道阻塞過程，致使氣體無法通暢地進出呼吸道，通常它包含有慢性支氣管炎，肺氣腫。

◆飲食原則:

(一)選擇簡單、富變化且方便烹調的食物，如：炒麵、鹹粥等。

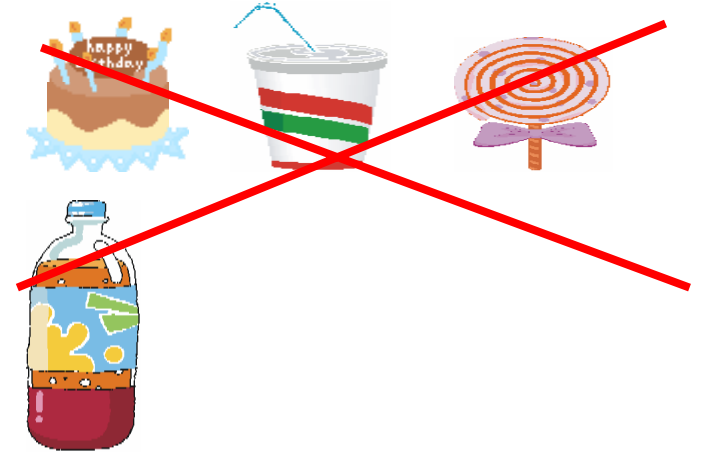


(二)採少量多餐方式，每餐不要吃太飽，餐前可先休息，餐後不要立刻躺下。

(三)在熱量提供方面，可在飲食中增加不脂肪，如黃豆油、花生油..。



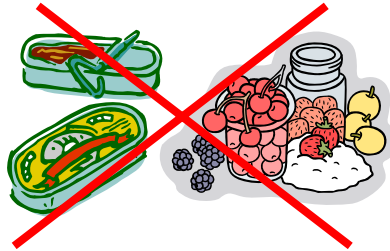
減少碳水化合物，如糖果、甜點、含糖飲料，這樣可以增加熱量又可減輕呼吸的負擔。



(四)足夠的水果、青菜，養成規則排便習慣，預防便秘。



(五)建議攝取適量的水份及鹽份，
所以要少吃醃漬食物、醬菜、
罐頭食品。



(六)避免食用會脹氣的食物，譬
如：豆類、蘿蔔、花椰菜、洋
蔥、玉米、甘藍等



(七)吃東西時要細嚼慢嚥，吃當中
如感
呼吸困難，可先休息等呼吸平
順了再吃，或依照醫師指示使
用氧氣。

諮詢電話：07-6437901 轉 450 衛教小組