

# 流質飲食原則-清流/全流/半流飲食

一. 定義:流質飲食指含有較多水分，可使食物具流動性，依流動層次目的不同區分:1.清流質 2.全流質 3.半流質。

- 1.清流質:完全無渣，不致產氣或刺激腸胃道，在室溫下為液體。
- 2.全流質:在室溫下為液體，含少量纖維質，營養均衡可長期食用。
- 3.半流質:將固體食物經剝碎、絞細處理，加入湯汁調成稍加咀嚼即可吞嚥飲食。

二、適用對象:

- 1.清流質:(1)腸道檢查或手術前清腸者(2)靜脈營養轉換到道營養第一階段飲食(3)嚴重腸胃道感染者。
- 2.全流質:(1)口腔手術或咀嚼吞嚥困難者(2)清流質轉換進展第二階段飲食(3)急性腸胃感染者(4)食道狹窄或心肌梗塞者
- 3.半流質:(1)缺牙或咀嚼吞嚥稍困難者(2)胃炎、消化不良者

三、一般原則:

1.清流質:

- (1)可選用食物如:去油清湯、米湯、過濾果汁、清冰、蜂蜜、糖等。
- (2)清流質無法提供足夠營養，除非有額外補充營養劑，否則不得連續使用 48 小時以上。
- (3)靜脈營養轉換到道營養第一階段飲食時，開始由每小 30~60c. c.，而後視病患情況逐漸增加。

2.全流質:

- (1)少量多餐，每日至少 6 餐以上，食物選擇質地細、易消化原則。
- (2)如病患食慾不佳時，視情況補充高熱量、高蛋白食物，同注意維生素及礦物質缺乏。

3.半流質:

- (1)少量多餐，每日至少 6 餐以上，食物選擇質地細、易消化原則，過粗含筋肉類、水果、蔬菜、堅果、豆類、油炸食物不宜食用。

參考資料來源:1. 臨床營養工作手冊

.....  
護理人員告訴我有關於『流質飲食原則』的資訊，我已了解。

日期:

病患(家屬)簽名:

護理人員:



衛生福利部 **臺東醫院**

全人照護 服務偏鄉 關懷弱勢 公醫典範