

病人和住院者须知

不要在医院里挨饿

在医院里保持良好的饮食很重要。这有助于您更快康复，让您能更早回家。



不幸的是，很多人在医院里都面临营养不良的危险。老年人尤其如此。很多人都需要帮助和鼓励才会进食和喝水、拿餐盘、打开饭盒包装和确保获得适合他们需要的饮食。

您可以通过告知医院员工适合您需要的饮食品种以及就餐时需要的协助，改善这一情况。

1) 到达医院时，请告知员工以下情况：

- 您最近体重下降
- 最近5天或更长时间内，您几乎没吃什么东西
- 您有糖尿病或服用利尿药片
- 您有咀嚼或吞咽困难
- 您喝营养补充饮料
- 由于以下原因，您有特殊饮食要求
 - 特殊饮食节制
 - 宗教或文化信仰
 - 个人口味

2) 要求就餐时间的帮助

请尽早告知员工您的需要，以便我们为您提供所需的照顾。

员工能提供以下帮助

- 填写您的菜单表格
- 拿餐盘
- 打开食品容器
- 切开食物
- 帮您在吃饭时坐直
- 确保您得到正确的膳食

所有病区员工都能就您的食物、进食和营养需求提供帮助，尤其是以下人员

- 护士
- 医生
- 营养师
- 营养师助理（为您送菜单的人）
- 言语病理学家
- 其他联合医疗工作人员
- 为您送膳食和饮料的员工

3) 要求称体重

要求在入院时以及在医院期间定期称体重，因为您的体重可能会在您没有注意的情况下发生变化。



4) 要求其它营养支持

您可以要求在三餐之间提供点心或营养补充饮料。如果您每餐进食量较小，这就特别重要。请要求和能为您作出相关安排的营养师见面。

不要忘了经常喝水。您应该每天喝6杯水，除非医院员工建议您不要这么做。

如果您想要从家中带食物来，请参考《我能否为病人和住院者带食物？》手册。



联系方式

营养部
St Vincent's
PO Box 2900
Fitzroy Victoria 3065
电话：(03) 9288 3755

鸣谢：摘自Hungry to be Heard Campaign, Age Concern England.

网站：www.ageconcern.org.uk

编制：2010年2月，St Vincent's 医院营养委员会