

۳. **گروه لبنیات:** بهترین گزینه ماست به خصوص ماست‌های پروبیوتیک است، استفاده از شیر می‌تواند موجب اسهال شود.



۴. **گروه میوه:** بهترین گزینه آب میوه طبیعی و موز می‌باشد.

۵. **گروه سبزی:** بهترین گزینه هویج - کرفس - کدو حلوائی و کلم بروکلی است.



۶. **گروه چربی:** بهترین گزینه روغن زیتون - روغن کلزا یا روغن کنجد می‌باشد.



در بعضی موارد که این محلول‌ها و پودرها در دسترس نیست، می‌توان برای بیمار با استفاده از مواد غذایی که توضیح داده می‌شود، محلولی برای گاوژ آماده نمود. توجه داشته باشید این محلول به هیچ عنوان قادر به تامین تمام نیازهای بیمار نیست.

دستور تهیه این محلول‌های گاوژ با توجه به شرایط بیمار توسط کارشناس تغذیه تنظیم می‌شود و لازم است تمام گروه‌های غذایی زیر را شامل شود:

۱. **گروه نان:** بهترین گزینه برنج - جو - گندم - جوی دوسر است.



۲. **گروه گوشت:** بهترین گزینه سینه‌ی بدون استخوان مرغ - تخم مرغ - فیله گوسفند است، سایر گوشت‌ها ممکن است موجب بسته شدن لوله گاوژ شوند.



گاوژ یا تغذیه با لوله، روش مناسبی برای رساندن مواد غذایی به بیماری است که قادر به خوردن غذا نیست. تامین انرژی کافی برای بیمار از طریق تغذیه مناسب صورت می‌گیرد و تغذیه مناسب مانع کاهش وزن بیمار یا ایجاد زخم بستر می‌شود.

لازم به ذکر است بهترین راه برای تامین انرژی بیمارانی که با لوله تغذیه می‌شوند، استفاده از پودرها و محلول‌های مخصوص گاوژ است. این محلول‌ها توسط متخصص تغذیه برای بیمار هنگام ترخیص تجویز می‌شوند.

این پودرها طبق دستورالعملی که توسط متخصص تغذیه داده می‌شود، در حجم مشخص در آب جوشیده سرد شده حل می‌شوند و هر ۳ ساعت یک‌بار از طریق لوله به بیمار داده می‌شود.





اصول تغذیه با لوله گاوژ

تهیه شده توسط واحد تغذیه

پمفلت آموزشی مددجو

بهار ۱۳۹۹

❖ قبل از هر وعده گاوژ مقداری از محلول گرم شده و مورد استفاده قرار گیرد.

❖ به هیچ عنوان از تخم مرغ خام در گاوژ استفاده نشود.

❖ اسهال از عوارضی است که ممکن است دیده شود. در صورت بروز اسهال میزان ماست را افزایش دهید واز میوه هایی مانند موز و سیب استفاده نمایید.

جهت دسترسی به مطالب آموزش سلامت و دانلود
پمفلت های آموزش به بیمار
<http://ziaeian.ir> و یا
<http://help.tums.ac.ir>
جهت ارائه پیشنهاد و انتقاد
Ziaeian@tums.ac.ir

مواد بر اساس مقادیری که کارشناس تغذیه مشخص می نماید کاملاً پخته شده و در مخلوط کن بخوبی مخلوط می شود. به محلول تهیه شده بر اساس محاسبه کارشناس تغذیه آب جوشیده اضافه می شود تا محلول قابلیت عبور از لوله را داشته باشد. این محلول در حجم مشخص هر ۳ ساعت از طریق لوله به بیمار خورانده می شود.



توجه به نکات زیر ضروری است:

❖ رعایت بهداشت دستها - ظروف، بهداشت مواد غذایی و سلامت فردی که محلول را تهیه می کند هنگام آماده سازی محلول گاوژ الزامی است.

❖ محلول حتماً در ظرف در بسته تمیز و در یخچال نگهداری شود.

❖ بعد از ۲۴ ساعت محلول اضافه دور ریخته