

## 營養部

### 跑馬地

養和醫院

香港跑馬地山村道2號中院4樓

電話：(852) 2835 8674

傳真：(852) 2892 7428

dietitian@hksh-hospital.com

www.hksh-hospital.com

星期一至星期五：上午九時至下午五時

星期六：上午九時至下午一時

星期日及公眾假期休息

### 金鐘

養和醫健專科中心

香港金鐘道88號太古廣場一座23樓

電話：(852) 2855 6000

傳真：(852) 2892 7428

dietitian@hksh-healthcare.com

www.hksh-healthcare.com

敬請預約

### 港島東

養和李樹芳樓

香港筲箕灣阿公岩村道5號5樓

電話：(852) 2917 1150

傳真：(852) 2892 7404

dietitian@hksh-emc.com

www.hksh-emc.com

星期一至星期五：上午九時至下午五時

星期六：上午九時至下午一時

星期日及公眾假期休息

查詢或預約，歡迎聯絡我們

# 如何準備營養粥 (攪拌管飼營養)



養和

## 簡介

當病人胃口欠佳或有吞嚥困難，而口服營養不足以維持健康時，便需要管飼營養。醫生或營養師會為病人作營養處方，此處方可為商業營養配方，俗稱「營養奶」，如加營素、佳膳益生等；或以新鮮食材調配攪拌而成的糊狀食物營養配方，俗稱「營養粥」(Congee Mixture)，在歐美國家此常被稱為「攪拌管飼營養」(Blenderised Tube Feeding)。對某些病人，特別是奶類過敏或不耐人士而言，管飼營養粥或有助改善大便異常、嘔吐及反胃的徵狀。因營養粥材料天然，可更靈活調教各種營養素如礦物質含量及較易被腸道適應，故病人及其家人傾向以營養粥代替灌食管的商業營養配方。本小冊子旨在教授由營養師為你度身訂造的自家製營養粥食譜及其製作方法。

## 所需設備

### 1. 哺飼機

- 例子：Fresenius Applix Smart或Nestle Compat Ella(機種型號或會因應供應商的貨源而有所改變，請以供應商的資料為準)
- 營養粥較商業營養配方濃稠，使用哺飼機可確保營養粥以平穩速度(如每小時均速餵飼300毫升)經灌食管餵食

有關訂購、最新型號及使用方法，請聯絡以下供應商：

哺飼機			
	1. Applix Smart <input type="checkbox"/>	2. Amika <input type="checkbox"/>	3. Compat Ella <input type="checkbox"/>
			
公司	費森尤斯(Fresenius Kabi)		雀巢(Nestle)
擁有權	購買或租用		購買或租用
聯絡方式	<a href="https://www.fresenius-kabi.com/hk">https://www.fresenius-kabi.com/hk</a> ☎ 5208 5793		<a href="https://www.nestlehealthscience.com.hk/">https://www.nestlehealthscience.com.hk/</a> ☎ 8203 0686

## 2. 哺餵袋



## 3. 攪拌器(摩打馬力相當於1,200瓦特或以上，及容量為1.5公升或以上較為理想)



## 7. 食物溫度計



## 4. 鹽水架(非必需)



## 5. 篩(以隔走營養粥的殘留物)

- 篩孔大小約0.4至0.8毫米，直徑約20厘米



## 8. 量杯

- 容量應大於每餐餵食的容量(如500毫升)



## 9. 有蓋器皿



## 10. 基本煮食用具

- 如煲、砧板、刀、和湯勺



## 6. 食物電子磅

- 精確度至1克



## 粥水準備方法

1. 將40克米加入1,000毫升水，煮至500毫升。
2. 用篩隔走殘留物。



## 你的營養粥食譜(營養師度身訂造)

日期：\_\_\_\_\_

食材 Ingredients	份量 Portion	備註 Remarks
<input type="checkbox"/> 白飯 Rice	克Gram	
<input type="checkbox"/> 紅米飯 Red Rice / 糙米飯 Brown Rice	克Gram	
<input type="checkbox"/> 馬鈴薯(生) Potato (raw) / 燕麥(生) Oatmeal (raw)	克Gram	
<input type="checkbox"/> 菜心(生) Choy Sum (raw) / 小棠菜(生) Shanghai Cabbage (raw)	克Gram	
<input type="checkbox"/> 甘筍(生) Carrot (raw) / 蕃茄(生) Tomato (raw) / 南瓜(生) Pumpkin (raw)	克Gram	
<input type="checkbox"/> 西蘭花(生) Broccoli (raw) / 冬瓜(生) Winter Melon (raw) / 節瓜(生) Hairy Melon (raw)	克Gram	
<input type="checkbox"/> 鹽 Salt	克Gram	
<input type="checkbox"/> 芥花籽油 Canola oil / 橄欖油 Olive oil	毫升Millilitre	
<input type="checkbox"/> 斑片(生) Grouper (raw) / 三文魚(生) Salmon (raw)	克Gram	
<input type="checkbox"/> 瘦豬肉(生) Lean pork (raw) / 牛肉(生) Beef (raw)	克Gram	
<input type="checkbox"/> 雞肉(生) Chicken (raw)	克Gram	
<input type="checkbox"/> 嘉寶嬰兒雞肉 Gerber Baby Food (Chicken)	樽Bottle	
<input type="checkbox"/> 全蛋 Whole egg / 蛋白 Egg white	隻Piece	
<input type="checkbox"/> 無糖豆奶 Sugar free soymilk / Oatly 燕麥飲品-原味 Oatmilk Original	毫升Millilitre	
<input type="checkbox"/> 軟豆腐 Soft tofu / 硬豆腐 Firm tofu	克Gram	
<input type="checkbox"/> 西梅 Prune	粒Piece	
<input type="checkbox"/> 薑汁 Ginger juice	毫升Millilitre	
<input type="checkbox"/> 蘋果(去皮) Apple (peeled)	克Gram	

食材 Ingredients	份量 Portion	備註 Remarks
<input type="checkbox"/> 果皮 Mandarin peel	克Gram	煮後拿起 Take out after cooking
<input type="checkbox"/> 嘉寶嬰兒純米粉 Gerber Rice Cereal	克Gram	
<input type="checkbox"/> 佳膳糖尿配方 Nutren Diabetes / 佳膳纖維配方 Nutren Fibre	克Gram	
<input type="checkbox"/> 補能素 Polycal	克Gram	
<input type="checkbox"/> 蛋白補 Beneprotein / 蛋白樂 Fresubin Protein	克Gram	後加，不用煮 Do not heat, add after cooking
<input type="checkbox"/> 纖維樂 Optifibre	克Gram	
<input type="checkbox"/> 佳易得 Peptamen Prebio	毫升Millilitre	
<input type="checkbox"/> 天源素 Compleat / 怡腎康 HP Nepro HP	毫升Millilitre	
<input type="checkbox"/> 力源素血糖配方 Resource Diabetic / 怡保康 Glucerna	毫升Millilitre	
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		

注意：以上的營養處方是根據營養師於 \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ (日/月/年)的  
診症編制。建議定期與營養師覆診，以按病人情況修訂營養處方。

建議於 \_\_\_\_\_ 週後與註冊營養師覆診。

### 備註

豬肉可用同等重量的魚肉或其他肉類代替(例如去皮雞肉、瘦牛肉、或已去骨魚肉)。

## 營養粥準備方法

- 請按你的營養粥食譜，量度全部食材的份量，備用。可將天然材料切成小塊，以便烹調和攪拌。
- 將\_\_\_\_毫升(容量)水或粥水煮沸。待水煲滾後，將生的食材(如肉類、蔬菜、雞蛋或豆腐)放進滾水並徹底煮熟。
- 當所有食材煮熟後，收至細火，加入其餘食材(如飯、水果、油及鹽)，再煮2至3分鐘，熄火備用。
- 將以上食物放進攪拌器，並加入粉狀或液體營養補充品(如嬰兒純米粉、天原素、補能素或蛋白補)，攪拌5至8分鐘或至混和為止。
- 利用篩將營養粥過濾(過濾後應只剩餘約半湯匙至1湯匙的殘留物)。
- 待營養粥稍微放涼及沒有明顯氣泡後倒入量杯，加入滾水或粥水至\_\_\_\_毫升(總容量)。
- 可於此時將營養粥分成每餐份量並放入獨立器皿，再放入雪櫃，貯存於攝氏4度以下。
- 每次餵飼前，倒出所需份量\_\_\_\_毫升(每次餵飼的份量)並加熱至攝氏75度或以上，然後待降溫至攝氏45度才餵飼。
- 剩餘的營養粥或粥水若存放超過24小時，請即扔掉。

你可掃描此二維碼觀看  
示範片段：



## 餵飼方式及營養成分

每次餵飼份量、 次數及時間	每日_____次，每次_____毫升( )
	每日_____次，每次_____毫升( )
	每日_____次，每次_____毫升( )
餵飼速度	每小時_____毫升
餵飼前沖水份量	每日_____次，每次_____毫升
餵飼後沖水份量	每日_____次，每次_____毫升
以上營養處方能提供：	
熱量：_____ 卡路里	鈉質：_____ 毫克
蛋白質：_____ 克	鉀質：_____ 毫克
脂肪：_____ 克	磷質：_____ 毫克
碳水化合物：_____ 克	鐵質：_____ 毫克
纖維：_____ 克	

日期： \_\_\_\_\_(日)/\_\_\_\_\_(月)/\_\_\_\_\_(年)

身高： \_\_\_\_\_米

體重： \_\_\_\_\_公斤

體重指數： \_\_\_\_\_公斤/米<sup>2</sup>

理想體重： \_\_\_\_\_公斤

**管飼提示：**餵食時應將病人的頭頸抬高至最少45度，並維持至餵食後30至60分鐘，以幫助消化。

