

天然攪打食物正確加鹽改善管灌患者低血鈉之成效

莊 鯉¹
營養組/ 組長

許惠授²
護理部/居護

沈柏寬³
醫療部/醫師

前言：

居家照護之用意在於讓個案不需住院或待養護機構，而能夠在自己熟悉的家中由家人或家人安排的照顧者協助照顧，並適時接受相關的專業醫護人員(如營養師、居家護理師及醫師等)照護，以達到恢復或者維持個案的健康，無論在歐美或亞洲各國皆已積極推動居家照護。而訪視過程不難發現，家屬對於居家管灌個案三餐營養熱量的提供，多數家庭會選擇一天當中，取某一餐或一餐以上提供天然攪打飲食。市面販售的商業配方其鈉含量通常不高，如遇個案因某些因素對鈉需求增加，則需靠額外添加食用鹽提升身體的鈉含量，但照顧者常會認為個案生病就該少油少鹽或乾脆不要添加，對健康比較有利，因此在居家個案這部分，發現有一定比例低血鈉的問題。

因應上述情形，為了提升個案營養照護品質，將出現低血鈉情形的20位管灌個案，自111年至112年與居家護理師、醫師共同討論做法並進行改善，首先要釐清的是個案低血鈉情形是否須於餐點加鹽，後續再評估如何衛教家屬或看護，讓個案確實攝取到所需補充的鹽量。不同家庭製備天然攪打飲食的做法或多或少會有所差異，而做法的差異直接影響到個案實際得到鹽份補充的份量，進而造成個案低血鈉改善情形不如預期。為此調整製備過程，將食物煮熟後先進行攪打與過濾，將過濾後的天然攪打飲食加入所需要補充的鹽量，攪拌均勻後再灌食或者餵食。

問題分析：

訪視過程最常見的天然攪打製備方式，照顧者將該餐煮好的餐點取出部分製作天然攪打飲食，攪打前會加入白開水或湯一同攪打，最後過濾完成天然攪打飲食。

- 1、餐點若有如馬鈴薯等容易造成濃稠度較高的食材，則照顧者於該次攪打前會加入較多的白開水。
- 2、餐點若有雞湯或魚湯等湯品，則會加入較多的湯並減少食材含量，照顧者認為如此調配其營養價值較高。
- 3、餐點與添加的白開水或湯品並無固定的比例，攪打後發現份量太多則倒掉一部分，留下大約250~300ml。

上述情形皆會因添加過多液體以及餐點烹調過程添加鹽量不一，造成不易控管天然攪打飲食的鹽份含量，如此便難以改善個案低血鈉的問題。

改善計畫或方法：

- 1、衛教家屬或主要照顧者，將餐點煮熟後在加入調味料前，先取出製備天然攪打所需食物的份量，將餐點放入果汁機後加入250ml白開水攪打。
- 2、將攪打完成的流質飲食進行過濾，將所需補充的鹽量加入完成過濾的天然攪打飲食內，攪拌均勻即可。考量需補充的鹽量克數少不方便秤量，故使用量匙取鹽巴，該量匙一平匙為1g，便於照顧者執行，且減少誤差量。
- 3、若該次天然攪打飲食較為濃稠，為避免鹽巴沒有完全溶解而沉澱於碗底，可以將所需補充的鹽量先加入少許白開水溶解後再倒入。
- 4、若照顧者為外籍看護，則將製備流程以圖示呈現再佐以說明，最後由外籍看護實際操作一次確認理解無誤。



成效：

經統計自111年至112年全年，因低血鈉而需於天然攪打飲食加鹽的居家個案數共計20人，衛教家屬或主要照顧者調整飲食製備過程加鹽的適當時機，並後續追蹤個案血鈉的結果均有改善，血鈉值可於調整前的125mg/dl提升至調整後約132mg/dl。

結論：

居家照顧的主要照顧者多為外籍看護或是老人照顧老人，因此需要注意對於在生活照護部分，盡量以對照護者平常作法做最小的影響調整，方能提高照顧者正確配合執行的意願，也較能得到預期的改善結果。因此，藉由調整天然攪打飲食加鹽時機，也運用容易正確量取鹽巴份量的量匙，讓個案可以確實得到需補充的鹽量，有效的改善低血鈉問題，提升居家照護的品質。

