

# 清流質飲食

2001 年 06 月高雄榮總營養室製訂

2024 年 02 月高雄榮總營養室四修

## 定義

清流質飲食是完全無渣，不致產氣或刺激腸道蠕動，在室溫或體溫時為清澈液體或液化的流質飲食。

## 目的

可提供水分、部分電解質及少許熱量，並可減少糞便及渣滓至最少量，以幫助腸胃道功能的恢復，使病患儘早使用正常飲食。

## 適用症狀

1. 作腸道檢查或手術前清腸時使用。
2. 極度虛弱、腹瀉病人或某些手術後腸道尚未能完全適應食物時，作為從靜脈營養轉換到腸道營養之第一階段飲食。
3. 嚴重腸胃道感染。
4. 發燒或急病期對食物有噁心、嘔吐、厭食、腹脹、腹瀉等顯著不適應情形。

## 一般原則

1. 可選用的食物，例如：去油清湯、米湯、過濾果汁、稀藕粉、碳酸飲料、清果凍、清冰、蜂蜜、糖、鹽、咖啡等。
2. 此飲食無法提供足夠營養，僅能短暫使用，除非另外提供適當的營養補充劑，否則不得連續使用四十八小時以上。
3. 作為靜脈營養轉換到腸道營養之第一階段飲食時，其給予量宜逐漸增加；開始時每小時 30~60 毫升，而後視病患適應情況再慢慢增加，並且至少每二到三小時就應餵食一次。

出處：臨床營養工作手冊，行政院衛生署，95 年 12 月

所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，若有身體不適的情況發生，請您盡就醫，以免延誤病情！