

全流質飲食

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

全流質飲食是一種在室溫或體溫下為液態的食物，含少量之纖維質，且營養均衡，如有需要可長期使用。

目的

使急病期或無法咀嚼、吞嚥固體食物之病患，可經由口腔進食而得到均衡的營養。

適用症狀

1. 面骨裂損，口腔、面、頸、頭部手術或有咀嚼、吞嚥困難時。
2. 飲食自清流質進展至低渣或正常飲食之過渡期。
3. 急性感染期、腸胃不適時。
4. 食道狹窄及心肌梗塞。

一般原則

1. 少量多餐，每日至少提供六餐次以上，營養分配應均衡，食物選擇以質地細、易消化為原則。
2. 此種飲食接受性較差，如需長期使用，而病患有時食慾不佳，造成攝取量不足時，可視其個別情況給予較濃縮的高蛋白質、高熱量食物，同時須注意某些維生素及礦物質缺乏的可能性。

供應型態

1. 若無特殊限制，本室供應的普通全流質飲食計有早餐 A7:00、早點 A9:00、午餐 A11:00 午點 P3:00、晚餐 P5:00、晚點 P7:00、晚點 P9:00 等七餐，其營養成份如下：

蛋白質	脂肪	醣類	熱量
65~70 公克	55~60 公克	260~270 公克	1800 大卡

2. 流質的供應內容，三正餐及早點 A9:00、晚點 P7:00，以口服營養品（商業配方）供應，午點 P3:00 是以半流質為基礎將之攪碎。
3. 此外，視病情需要尚有高蛋白高熱量（C:N=100~150:1）、低蛋白、糖尿病、低鹽

素食、低普林、限水……等多種流質供應。