

أسس العناية الغذائية في الحالات المرضية

العناية الغذائية تعني مقابلة التغيير في احتياجات الفرد الغذائية و تعني أيضا تحديد الحالة الغذائية للفرد مراعية المشاكل الغذائية وعمل خطة تهدف إلى مقابلة احتياجاته الغذائية.

العناية الغذائية للفرد السليم تتمثل في تعليمه المعلومات الغذائية التي تمكنه من حماية نفسه من الإصابة بالأمراض التي لها صلة بالغذاء.

العناية الغذائية في حالة المريض بالمستشفى تعتبر اعقد من ذلك و لا تقتصر فقط على إعطاء المريض الوجبات الثلاثة بالمستشفى بل تتضمن متابعة تناول الغذاء بواسطة المريض و رؤية كفاية هذا الغذاء و اتخاذ القرارات الملائمة بعد استشارة المريض و إعطاء الدعم المعنوي و التشجيع. وتتضمن عملية العناية بالمريض عدة أشخاص مثل الطبيب والمرضة والصيدلي.... الخ.

تتضمن خطة العناية الغذائية بالمريض الخطوات الآتية :

١. تحديد الاحتياجات الغذائية بناء علي تحديد المشكلة الصحية.

٢. عمل أهداف الخطة.

٣. تنفيذ الخطة.

٤. تقييم الخطة.

١. تحديد الاحتياجات الغذائية:

جمع المعلومات اللازمة لتحديد المشكلة الغذائية سواء أن كانت قياسات انثروبومترية ، بايوكيميائية ، الكشف الظاهري أو تسجيل للغذاء المتناول.

٢. أهداف الخطة:

بعد تحديد المشكلة يجب عمل أهداف للخطة تركز علي المريض بمعنى ماذا سيحدث للمريض إذا نجحت الخطة في تحقيق أهدافها. مثال " هل تستطيع الآنسة فاطمة أن تختار وجبة قيمتها ٢٠٠٠ سعر بعد ٣ أيام من التوجيه".

٣. تنفيذ خطة العناية الغذائية:

يتضمن تنفيذ الخطة التي تم وضع الأهداف لها ويمكن عمل خطة لتحقيق كل هدف. مثلاً الهدف "الآنسة فاطمة يمكن أن تغير وجبتها لتفادي حالة نقص السكر بعد الظهيرة" ويكون الفعل هو توزيع النشويات خلال اليوم بالتوازن الذي يحقق الهدف.

٤. تقييم الخطة:

يشمل التقييم إذا ما كان الهدف مكتوب بطريقة يمكن قياسها مثال " الآنسة فاطمة لم تستطيع اختيار الوجبة التي تحتوي علي ٢٠٠٠ سعر لأنها لم تفهم استخدام قائمة البدائل Exchange list". أيضا يهدف التقييم إلى معرفة الدرجة التي استطاع فيها المريض أن يقابل احتياجاته.

توجيهات:

الوجبة الغذائية الكافية للشخص السليم كأساس لوجبة المريض باستخدام جدول الاحتياجات اليومية التغذوية (RDA) كأساس لحساب احتياجات الشخص السليم يوميا وبالتالي يتم تحديدها لتلائم الشخص المريض و يراعي في وصف الوجبات العلاجية الآتي:

١. يجب ألا تختلف الوجبة الغذائية العلاجية عن العادية كثيرا إلا إذا كانت الوجبة العادية لا تكفي احتياج الشخص.
٢. يجب أن تقابل الوجبة احتياجات الجسم الغذائية من المواد الغذائية الرئيسية مراعية الحالة المرضية.

٣. يجب أن تراعي الوجبة عادات المريض الغذائية و حالته الاقتصادية و الدينية و البيئية و أي عوامل تؤثر علي المريض و تعمل الوجبة الغذائية مثل الوصفة الطبية من الأدوية للمريض.

٤. يجب الأخذ في الحسبان احتياجات المريض من الطاقة، البروتين، الدهون، النشويات، الأملاح، الفيتامينات والسوائل. ويراعي أن المريض قد يأكلون وجبات عادية أو وجبات ذات طابع لين أو خفيف و تعطي للمرضي بمشاكل في المضغ أو عدم الهضم.

٥. هنالك الوجبات السائلة و تعطي للمرضي الذين يعانون من مشاكل في البلع و هناك نوعان: وجبة سائلة شفافة مثل الجلوكونز ووجبة سائلة مثل الايسكريم.

٦. يجب مراعاة الحالة النفسية للمريض.

