

清流飲食

一、特點：

飲食完全無渣，為清澈液體狀，不易產氣及刺激腸道蠕動，以供應水份、部份電解質及少許熱量，並可減少糞便及殘渣至最少量，幫助腸胃道功能恢復，使病人儘早恢復正常飲食。

二、適用時機

1. 腸道檢查或手術前清潔腸道。
2. 腸道手術後或腸道尚未能完全適應食物前。
3. 全靜脈營養轉換成腸道營養時。
4. 腸道急性發炎。

三、食物選擇：

可食用的食物，如：淡茶、不油的蔬菜湯、米湯上層清澈液、不酸的稀釋過濾果汁、稀釋的運動飲料、蜜茶、蓮藕茶或糖水等。

四、供餐方式：

採少量多餐方式進食，建議每一小時或兩小時進食一次。

五、注意事項

1. 飲食方式只能供給少量的熱量和電解質，每日約可供應 400-500 卡的熱量，無法提供足夠營養，僅能短暫使用 48 小時，如因病情需要無法轉換其他飲食供應，則需依醫師指示接受適當的靜脈營養。
2. 忌食奶類、豆類及其製品(因奶類屬高渣食物)及刺激性飲品，如：咖啡、濃茶、碳酸飲料等。

*避免刺激性食物



制定日期:106/05/12

修定日期:114/04/06

清流飲食