

شماره پرونده:

نام خانوادگی:

نام:

بخش:

پزشک معالج:

اتاق:

تخت:

نام پدر:

تاریخ تولد:

تشخیص (علت بستری):

تاریخ پذیرش:

جنس:  زن  مرد

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

## رژیم های مرطوب و نرم

### نکات اصلی:

- رژیم غذایی اصلاح شده از نظر قوام در سطوح مختلفی از مایعات تا جامدات تعریف می گردد.
- غلظت مناسب و ایمن خوراکی ها برای بیمار، توسط گفتار درمانگر یا پزشک تعیین می گردد.

### کاربرد های این رژیم:

- بیمارانی که نمی توانند غذا را بجوند
- بیماران با اختلال بلع غذا (دیس فاژی متعاقب سکته مغزی، آلزایمر، بیماری های عصبی - حرکتی، مالتیپل اسکلروزیس، سرطان دهان، حنجره، مری و معده، تراکئوستومی، متعاقب عوارض پرتو درمانی)
- بیماران با اختلالات یا جراحی های فک و صورت (دشواری در حرکت دادن دهان یا فک یا از دست دادن حس در بخشی از دهان یا زبان)
- بیماران با جراحی های چاقی، جراحی های گوارشی معده یا روده

### جامدات خرد و ریز شده و مرطوب

مشخصه ها: غیر قابل گاز زدن، کاملاً نرم و مرطوب، دارای ذرات ریز نرم قابل رؤیت، قابل له شدن با عضله زبان.

مثال های غذایی: غذاهای چرخ شده و آبدار، برنج شفته شده، نان نرم خیس خورده، میوه های له شده و بدون پوست مانند موز - گلابی - هلو - شلیل - طالبی - توت فرنگی، پنیر های نرم، پنیر خامه ای، گوشت های کاملاً چرخ و له شده مرطوب، سیب زمینی آب پز کوبیده و له شده، ماست چکیده

### جامدات نرم و به اندازه لقمه های کوچک

مشخصه ها: نرم بدون آب اضافه، با قطعات کوچک بدون نیاز به گاز زدن اما قابل بلع در یک لقمه، قطعات با طول و عرض ۱.۵ × ۱.۵ سانتی متر، قطعات غذا قابل له شدن با چنگال، بدون نیاز به چاقو، قابل مصرف با قاشق یا چنگال، به جویدن مختصر نیاز دارند.

مثال های غذایی: نان نرم، پنیر، سبزیجات پخته شده با قطعات کوچک، کمپوت میوه ها، تخم مرغ آب پز شده قطعه شده، گوشت های پخته قطعه شده، غلات نرم بدون آب اضافه

اورژانس بیمارستان کوثر سمنان

تهیه کنندگان: مهسا رضائی (کارشناس ارشد تغذیه بالینی)، فاطمه السادات کیا (کارشناس پرستاری)