CHẾ ĐỘ DINH DƯỠNG HỢP LÝ CHO BỆNH NHÂN ĐƯỢC HỖ TRỢ DINH DƯỠNG QUA SONDE

NGUYÊN TẮC CHUNG

- Chưa có hướng dẫn thống nhất về hàm lượng dinh dưỡng và năng lượng cần cung cấp cho bệnh nhân qua sonde dinh dưỡng.[2]
- Bệnh nhân bệnh nặng, điều trị tại ICU nên được hỗ trợ dinh dưỡng qua đường ruột càng sớm càng tốt.[2]
  - Nhìn chung, có thể khởi đầu với ít nhất 25% lượng calo mục tiêu để duy trì tính toàn vẹn của đường ruột, sự cân bằng hệ khuẩn đường ruột và giảm hội chứng đáp ứng viêm toàn thân nhưng không vượt quá 50%.[2,10]
  - Đánh giá nguy cơ suy dinh dưỡng phải được thực hiện trong vòng 24 đến 48 giờ. Ở những bệnh nhân được xác định là có nguy cơ dinh dưỡng cao cần cân nhắc để tăng lượng thức ăn đến mục tiêu calo và protein.[2]
- Sonde dinh dưỡng có thể được duy trì như phương thức cung cấp dinh dưỡng thay thế phương thức ăn uống thông thường đến khi nào bệnh nhân còn cần hỗ trợ dinh dưỡng.[1]
- Nên ngừng hỗ trợ qua sonde và tập ăn uống bình thường cho bệnh nhân khi bệnh nhân có thể tự ăn.[10]

CẦN ĂN TĂNG CƯỜNG ĐẠM ĐỂ HỒI PHỤC KHỐI CƠ VÀ TĂNG ĐỀ KHÁNG, ĐẶC BIỆT Ở NGƯỜI BỊ SỤT CÂN TRONG QUÁ TRÌNH NẰM VIỆN HOẶC BỊ SUY DINH DƯỠNG

CHẾ ĐỘ DINH DƯỠNG ĐÚNG CÁCH CHO BỆNH NHÂN ĐƯỢC HỖ TRỢ DINH DƯỠNG QUA SONDE

- Nhu cầu năng lượng và protein được xác định dựa trên tình trạng dinh dưỡng và sức khỏe của bệnh nhân.[12]
- Nhu cầu năng lượng và dinh dưỡng trung bình:[11,12]

  Năng lượng: 20-35 kcal/kg/ngày. Với người suy dinh dưỡng nên bắt đầu với không quá 10 kcal/kg/ngày để tránh hội chứng sau nuôi dưỡng lại.

  Protein: 1,0-1,5 g/kg/ngày. Nhu cầu protein tăng lên trong các trường hợp vết thương đang lành, bệnh cấp tính hoặc mạn tính nhưng hiếm khi vượt quá 1,5 g/kg/ngày
- Nhu cầu dinh dưỡng có thể cao hơn lúc đầu ở những bệnh nhân suy dinh dưỡng.[12]
- Nhu cầu chất lỏng hàng ngày phải được xác định trước và đảm bảo cung cấp đủ cho bệnh nhân qua các công thức dinh dưỡng hoặc những nguồn dịch khác trong ngày:[12]
  - Người lớn: 35 mL/kg/ngày
  - Trẻ em:
    - 100 mL/kg/ngày cho 10 kg trọng lượng cơ thể đầu tiên
    - Thêm 50 mL/kg/ngày cho 10 kg trọng lượng cơ thể tiếp theo
    - Thêm 20 mL/kg/ngày cho mỗi kg trọng lượng cơ thể còn lại
- Bổ sung vitamin, khoáng chất hoặc các chất dinh dưỡng cụ thể có thể được thêm vào để bù đắp sự thiếu hụt dinh dưỡng.[12]

NÊN TRÁNH

- Tự ý đặt hoặc điều chỉnh sonde dinh dưỡng (nên báo với bác sĩ hoặc nhân viên y tế có chuyên môn khi có bất thường về sonde và khi bệnh nhân có biểu hiện như nôn, ho...).[12]
- Tự ý quyết định công thức dinh dưỡng truyền vào sonde cho bệnh nhân (nên tham khảo trước với bác sĩ về công thức dinh dưỡng và hình thức của hỗn hợp dinh dưỡng để tránh tắc sonde, cấp dinh dưỡng không thích hợp cho bệnh nhân, công thức bệnh nhân không dung nạp/dị ứng...).[12]
- Thiếu nước/dịch (đảm bảo bổ sung đủ dịch theo nhu cầu của mỗi bệnh nhân)[12]
- Để bệnh nhân nằm hoặc ngồi thẳng khi truyền thức ăn qua sonde (nên kê đầu giường khoảng 30 độ)[12]
- Tốc độ truyền quá nhanh[12]
- Truyền thức ăn/công thức quá nguội (nên truyền thức ăn ở nhiệt độ phòng)[12]

THỰC ĐƠN GỢI Ý CHO BỆNH NHÂN ĐƯỢC HỖ TRỢ DINH DƯỠNG QUA SONDE

DÀNH CHO NGƯỜI CÓ NHU CẦU NĂNG LƯỢNG
TỪ 1300-1400 KCAL, ĐẠM 55-60G

BỮA SÁNG

Súp xay nuôi ăn
qua ống thông
Công thức A/B

BỮA TRƯA

Súp xay nuôi ăn
qua ống thông
Công thức A/B

BỮA CHIỀU

Súp xay nuôi ăn
qua ống thông
Công thức A/B

BỮA TỐI

Ensure Vital

BỮA	MÓN ĂN	NGUYÊN LIỆU VÀ GIA VỊ
Sáng Trưa Chiều	**Súp xay 3 cử, mỗi cử 300-350ml súp xay nuôi ăn qua ống thông** **Sử dụng thực đơn A hoặc B nấu 1 lần dùng cho cả ngày**	**THỰC ĐƠN A** · 100g Gạo trắng · 90g Khoai lang · 36g Đậu xanh cà vỏ · 60g Hạt sen · 60g Cà rốt · 60g Bí đỏ · 100g Thịt heo nạc/ Bò nạc/Gà nạc/ Cá nạc/Tôm xay · 20g Dầu nành · 4,5g Muối **THỰC ĐƠN B** · 100g Gạo lức · 90g Khoai tây · 90g Đậu đỏ · 50g Hạt sen · 90g Su hào · 1 Quả trứng gà 60g · 20g Dầu mè trắng · 4,5g Muối
Tối	**Ensure Vital 200ml**	Ensure Vital 1 chai

HƯỚNG DẪN CHUNG CÁCH NẤU SÚP XAY

- **Thực đơn A, B dùng nấu cho cả ngày**
- Lượng nước cho 1 nồi nấu là 1,8-2 lít
- Sau khi nấu xong, xay nhuyễn bằng cối xay trong 10 phút và ray
- Chia lượng súp sau khi xay và ray làm 3 phần ăn
- Bảo quản lạnh phần súp xay chưa sử dụng (sử dụng trong ngày)
- Gạo lứt, đậu đỏ ngâm 8 tiếng
- Đậu nành, đậu trắng ngâm 6-8 tiếng
- Thực đơn có trứng gà chỉ ăn 2 lần trong tuần

GIÁ TRỊ DINH DƯỠNG	NĂNG LƯỢNG (Kcal)	CHẤT ĐẠM (g)	CHẤT BÉO (g)	CHẤT BỘT ĐƯỜNG (g)	NATRI (mg)	KALI (mg)
Cả ngày	1324-1405	56,3-59,8	40,5-41,9	183,5-197	2285,7-2282,8	1926-2167,9

THỰC ĐƠN GỢI Ý CHO BỆNH NHÂN ĐƯỢC HỖ TRỢ DINH DƯỠNG QUA SONDE

DÀNH CHO NGƯỜI CÓ NHU CẦU NĂNG LƯỢNG
TỪ 1500-1600KCAL, ĐẠM 65-70G

ÁP DỤNG 1 TRONG 2 THỰC ĐƠN SAU: THỰC ĐƠN A

BỮA SÁNG

Ensure Vital

BỮA TRƯA

Súp xay nuôi ăn
qua ống thông
Công thức A

BỮA XẾ

Súp xay nuôi ăn
qua ống thông
Công thức A

BỮA CHIỀU

Súp xay nuôi ăn
qua ống thông
Công thức A

BỮA TỐI

Ensure Vital

BỮA	MÓN ĂN	NGUYÊN LIỆU VÀ GIA VỊ
Sáng	**Ensure Vital 200ml**	Ensure Vital 1 chai
Trưa Xế Chiều	**Súp xay 3 cử, mỗi cử 300-350ml súp xay nuôi ăn qua ống thông**	· 100g Gạo trắng/Gạo lứt · 60g Khoai tây/Cà rốt · 100g Đậu trắng/70g Đậu nành · 60g Hạt sen · 10g Dầu nành/Dầu mè · 4g Muối
Tối	**Ensure Vital 200ml**	Ensure Vital 1 chai

HƯỚNG DẪN CHUNG CÁCH NẤU SÚP XAY

- **Thực đơn A dùng nấu cho cả ngày**
- Lượng nước cho 1 nồi nấu: 1,8-2 lít
- Sau khi nấu xong, xay nhuyễn bằng cối xay trong 10 phút và ray
- Chia lượng súp sau khi xay và ray làm 3 phần ăn
- Bảo quản lạnh phần súp xay chưa sử dụng
- Gạo lứt ngâm 8 tiếng
- Đậu nành, đậu trắng ngâm 6-8 tiếng

GIÁ TRỊ DINH DƯỠNG	NĂNG LƯỢNG (Kcal)	CHẤT ĐẠM (g)	CHẤT BÉO (g)	CHẤT BỘT ĐƯỜNG (g)	NATRI (mg)	KALI (mg)
Cả ngày	1513-1622	65-67,3	35,5-59,3	220,8-233,5	2182,8-2257,7	2207-2351,3

THỰC ĐƠN GỢI Ý CHO BỆNH NHÂN ĐƯỢC HỖ TRỢ DINH DƯỠNG QUA SONDE

DÀNH CHO NGƯỜI CÓ NHU CẦU NĂNG LƯỢNG
TỪ 1500-1600KCAL, ĐẠM 65-70G

ÁP DỤNG 1 TRONG 2 THỰC ĐƠN SAU: THỰC ĐƠN B

BỮA SÁNG

Súp xay nuôi ăn
qua ống thông
Công thức B

BỮA TRƯA

Súp xay nuôi ăn
qua ống thông
Công thức B

BỮA XẾ

Súp xay nuôi ăn
qua ống thông
Công thức B

BỮA CHIỀU

Súp xay nuôi ăn
qua ống thông
Công thức B

BỮA TỐI

Ensure Vital

BỮA	MÓN ĂN	NGUYÊN LIỆU VÀ GIA VỊ
Sáng Trưa Xế Chiều	**Súp xay 4 cử, mỗi cử 250-300ml súp xay nuôi ăn qua ống thông**	• 130g Gạo trắng/150g Gạo lứt • 120g Khoai tây/90g Khoai lang • 100g Đậu trắng/70g Đậu nành • 1 Quả trứng gà 60g hoặc không dùng trứng gà • 50g Cá nạc/100g Thịt bò nạc nếu không dùng trứng gà • 100g Bí đỏ/Cà rốt • 30g Dầu nành/Dầu mè trắng • 4,5g Muối
Tối	**Ensure Vital 200ml**	Ensure Vital 1 chai

HƯỚNG DẪN CHUNG CÁCH NẤU SÚP XAY

- **Thực đơn B dùng nấu cho cả ngày**
- Lượng nước cho 1 nồi nấu: 2-2,5 lít
- Sau khi nấu xong, xay nhuyễn bằng cối xay trong 10 phút và ray
- Chia lượng súp sau khi xay và ray làm 4 phần ăn
- Bảo quản lạnh phần súp xay chưa sử dụng
- Gạo lứt ngâm 8 tiếng
- Đậu nành, đậu trắng ngâm 6-8 tiếng
- Thực đơn có trứng gà chỉ ăn 2 lần trong tuần

GIÁ TRỊ DINH DƯỠNG	NĂNG LƯỢNG (Kcal)	CHẤT ĐẠM (g)	CHẤT BÉO (g)	CHẤT BỘT ĐƯỜNG (g)	NATRI (mg)	KALI (mg)
Cả ngày	1513-1622	65-67,3	35,5-59,3	220,8-233,5	2182,8-2257,7	2207-2351,3

THỰC ĐƠN GỢI Ý CHO BỆNH NHÂN ĐƯỢC HỖ TRỢ DINH DƯỠNG QUA SONDE

DÀNH CHO NGƯỜI CÓ NHU CẦU NĂNG LƯỢNG
TỪ 1700-1800KCAL, ĐẠM 75-80G

BỮA SÁNG

Ensure Vital

BỮA TRƯA

Súp xay nuôi ăn
qua ống thông
Công thức A/B

BỮA XẾ

Súp xay nuôi ăn
qua ống thông
Công thức A/B

BỮA CHIỀU

Súp xay nuôi ăn
qua ống thông
Công thức A/B

BỮA TỐI

Ensure Vital

BỮA	MÓN ĂN	NGUYÊN LIỆU VÀ GIA VỊ
Sáng	**Ensure Vital 200ml**	Ensure Vital 1 chai
Trưa	**Súp xay 3 cử, mỗi cử 300-350ml súp xay nuôi ăn qua ống thông**	**THỰC ĐƠN A** · 120g Gạo trắng · 50g Khoai tây · 65g Đậu xanh cà vỏ · 100g Thịt gà nạc · 100g Su hào · 100g Bí đỏ · 20g Dầu Hành · 4g muối
Xế		
Chiều		**THỰC ĐƠN B** · 140g Gạo lứt · 100g Khoai lang · 50g Đậu phộng · 120g Thịt bò nạc · 100g Cà rốt · 100g Bí đỏ · 10g Dầu mè trắng · 4g muối
Tối	**Ensure Vital 200ml**	Ensure Vital 1 chai

HƯỚNG DẪN CHUNG CÁCH NẤU SÚP XAY

- **Thực đơn A hoặc B dùng nấu cho cả ngày**
- Lượng nước cho 1 nồi nấu: 2-2,5 lít
- Sau khi nấu xong, xay nhuyễn bằng cối xay trong 10 phút và ray
- Chia lượng súp sau khi xay và ray làm 3 phần ăn
- Bảo quản lạnh phần súp xay chưa sử dụng
- Gạo lứt ngâm 8 tiếng
- Đậu phộng ngâm 6-8 tiếng

GIÁ TRỊ DINH DƯỠNG	NĂNG LƯỢNG (Kcal)	CHẤT ĐẠM (g)	CHẤT BÉO (g)	CHẤT BỘT ĐƯỜNG (g)	NATRI (mg)	KALI (mg)
Cả ngày	1716-1786	76,1-79,1	58,1-63,1	222-225,7	2420,4-2475,6	2572,1-2882,2