



语言治疗科

皇家北岸与莱德医院(Royal North Shore and Ryde Hospitals)

接受放疗后过渡到经口腔饮食

增加您吃的食物种类能让您感觉更好,帮助您更早取出PEG/RIG饲管。使用日记记录您的经口 腔进食量(不是经PEG饲管)。记下任何让吃喝困难的事(例如:疼痛、味觉改变等)。

第1步

增加水摄取量到1公升



- 如果您咳嗽,可以一开始只喝一点水
- 如果水不容易喝,可以试试喝温水或在水里加一点 柠檬汁或葡萄汁。尝试不同的饮品,看看什么饮品对 您来说比较合适。

第2步

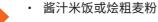
增加种类



- 酸奶/蛋奶糊/冰淇淋
 - 不同口味的饮品(例如浓缩果汁、果汁、牛奶)
- 改变饮品的温度
- 肉末砂锅
- 软谷物(例如:粥、Weet-Bix等等)
- 有酱汁的小意大利面
- 有酱汁的鱼肉
- 湿润的土豆泥

第3步

添加质感



- 乳.清干酪
- 煮软的蔬菜(例如:茄子、西红柿、拌有黄油或油的南 瓜)
- 煮熟的水果
- 柔软的新鲜水果(例如:木瓜、西瓜)
- 水煮蛋或炒蛋

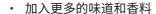
SEP22/V1 目录号: NS12750C-E





第4步

完全经口腔进食



- · 煮软的蔬菜配上切成小块的熟肉(但不是肉泥)
- 加上调味品
- 试试去餐厅用餐

应避免

烤肉

第5步

接近正常的饮食



- 沙拉
- 质地软和粘稠的面包
- 大块的肉
- 未煮熟的硬水果或蔬菜

治疗结束三个月后,您将在周二头颈部诊所(Tuesday Head and Neck Clinic)由医生正式对您进行评估。如果您有持续的问题,语言治疗师将会与您跟进。如果放疗结束后您的吞咽情况改变或变得恶化,将会是值得关注的问题。

如有任何问题或担忧,请联系语言治疗科:

皇家北岸医院(RNSH) - 02 9463 1622, 莱德(Ryde) - 02 9858 7812