

## Что делать, если человек отказывается от еды и воды

### ? Выясните причину. Возможно, это:


- Замедление обмена веществ: больному или пожилому человеку достаточно небольшого количества пищи, так как он тратит мало энергии.
- Прием лекарственных препаратов: некоторые из них снижают аппетит и влияют на вкусовые ощущения.
- Естественное развитие болезни: на завершающем этапе заболевания возможна потеря аппетита и отказ от воды.
- Страх перед необходимостью обращаться за помощью для похода в туалет.
- Неаппетитная на вид или невкусная еда.
- Депрессия.
- Запор.
- Боль.


**!** Насильственное кормление портит настроение и отношения с близкими людьми, а также приводит к отекам, тошноте, кашлю, вздутию живота, рвоте, одышке, поперхиванию.





### X Не кормите человека насильно. Проконсультируйтесь с врачом.

## Если человек пьет мало воды, важно постоянно увлажнять его губы и рот

 Регулярно обрабатывайте полость рта ватными палочками, смоченными лимонным соком с глицерином (в пропорции 1:2).

 Избегайте препаратов, которые могут вызвать сухость во рту (читайте инструкции и консультируйтесь с врачом).

 Давайте человеку маленькие кусочки льда для рассасывания. В воду для льда можно добавлять лимон или шалфей.


 Протирайте губы смоченным в воде ватным диском и обрабатывайте их вазелином или гигиенической помадой.


### ! Поступайте с больным человеком так, как хотите, чтобы поступали с вами.

Научные консультанты:  
Е.А. Мамленкова, АО «Европейский Медицинский Центр»;  
А.Н. Ибрагимов, ГБУЗ «Центр паллиативной помощи ДЗМ», ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ».

# Кормление тяжелобольного человека

## Если вы ухаживаете за тяжелобольным человеком, важно:

 Следить за его аппетитом.


 Отмечать количество потребляемой жидкости.


 Учитывать пожелания больного.


## Частые проблемы, связанные с кормлением:


- нарушение функции глотания;
- изменение вкусовых предпочтений;
- отсутствие аппетита;
- сокращение объема выпиваемой жидкости;
- сухость во рту;
- тошнота/рвота;
- боли в животе после приема пищи;
- проблемы со стулом;
- изжога/отрыжка.

## Если у больного стоит назогастральный зонд или гастростома:

 Тщательно измельчайте пищу блендером, чтобы зонд или гастростома не забились.

 После каждого кормления промывайте зонд и гастростому с помощью шприца небольшим количеством кипяченой воды.

 Используйте специальное энтеральное питание по рекомендации врача.

 Энтеральное питание нужно как дополнение к обычной пище, когда больной сильно истощен или ему остро не хватает необходимых питательных веществ.

# Организация места и сервировка

Красивые тарелки и салфетки, даже если человек ест в кровати или не ест сам.

Ножи и вилки, даже если человек не будет пользоваться ими самостоятельно.

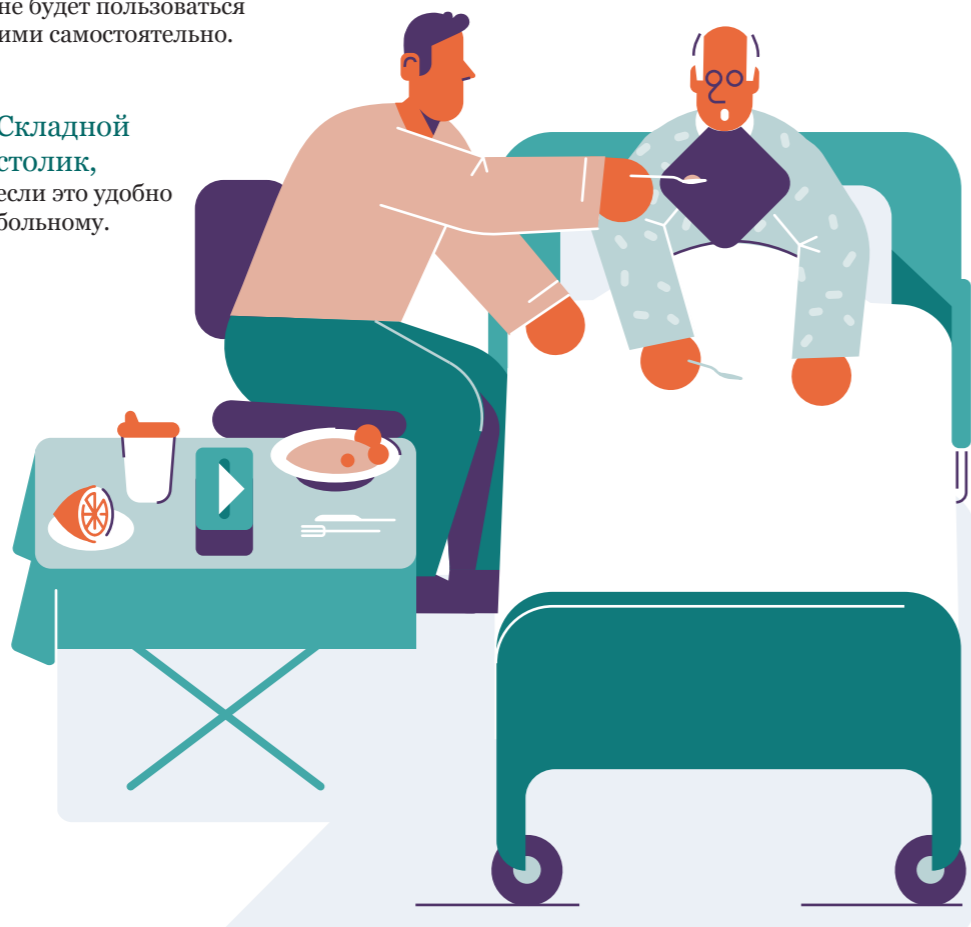
Тарелки небольшого размера, чтобы их легко было передвигать на подносе или на столе.

Складной столик, если это удобно больному.

Прозрачные легкие чашки, чтобы больной видел содержимое и мог легко поднять чашку.

Трубочка (или поильник), чтобы безопасно и удобно пить в положении лежа.

Цитрусовые (если нет аллергии) — лимоны и апельсины повышают слюноотделение, вызывая аппетит.



## Еда и напитки

### Питание должно быть:

- сбалансированным;
- легкоусвояемым;
- теплым (не горячим);
- вкусным.

### Следует избегать:

- избыточно жирных, копченых, острых, соленых продуктов;
- продуктов, вызывающих повышенное газообразование;
- газированных напитков.

### Важно!

Если у больного нарушена функция глотания, определите, какую пищу он не может глотать: твердую, полужидкую, жидкую, любую.

После этого обратитесь к врачу за рекомендациями по питанию!

# Как правильно кормить

Всегда комментируйте все свои действия и предупреждайте о них. Даже если вам кажется, что больной вас не слышит и не понимает.

## 1 Подготовка

- 1 Приготовьте для себя стул, чтобы кормить сидя.
- 2 Помогите больному вымыть руки перед едой.
- 3 Приподнимите изголовье кровати или голову — больной должен полусидеть, чтобы не поперхиваться.
- 4 На грудь больному положите полотенце или непромокаемую салфетку.
- 5 Под голову больному постелите полотенце, чтобы не испачкать наволочку.

## 2 Во время еды

Давайте человеку в руку столовый прибор, даже если он им не пользуется — это поможет сохранить рефлексы и поддержать самостоятельность.

Следите, чтобы больной прожевал и проглотил пищу, прежде чем давать следующую ложку.

Ждите, пока больной сам откроет рот, когда ложка коснется губ.

Кормите небольшими порциями — не кладите сразу много еды на ложку.

## 3 После еды

- 1 Удалите изо рта больного остатки пищи, чтобы он не поперхнулся.
- 2 Пусть больной прополощет рот или почистит зубы. Или дайте ему запить.
- 3 Если у больного зубные протезы, обязательно промывайте их.
- 4 Помогите больному вымыть руки.
- 5 Проветрите комнату.

## Как нужно делать

Предлагайте вашему близкому блюда на выбор и учитывайте его предпочтения.

В конце жизни не отказывайте человеку в любимой еде, даже если она ему не очень полезна.

Если больной не может жевать, но отказывается от протертой пищи, предложите ему подержать кусочек твердой еды во рту, посасывая ее.

Йогурты, соки, фруктовые пюре замораживайте и давайте в виде мороженого, так их проще глотать.

Кормите человека маленькими порциями до 5–6 раз в день.

Твердую пищу нарежьте маленькими кусочками.

Давайте не больше 2 блюд за один прием.

Уважайте привычные ритуалы вашего близкого (время завтрака, обеда и др.).

Если больной ест сам, разделите с ним трапезу. Вместе есть приятнее.

Изолируйте больного от запахов приготовляемой пищи, если они вызывают у него тошноту.

Помогайте больному до и после еды вымыть руки или протереть их теплыми влажными салфетками или полотенцем (это важные привычные ритуалы).

По необходимости протирайте губы больного салфеткой во время еды.

## Как нельзя делать

Подавать блюда очень горячими или холодными.

Поить и кормить насильственно — если ваш близкий сжимает губы или зубы, значит, он не хочет есть.

Давать всю пищу только в протертом состоянии. Кишечник станет работать хуже, и от такой еды меньше удовольствия.

Настаивать на том, чтобы человек съел всю порцию.

Кормить, стоя над больным.

Критиковать человека за то, что, на ваш взгляд, он мало съел. Не обижайтесь на это.