



طرز تهیه و اجرای گاوژ در منزل برای

بیماران دارای لوله تغذیه ای

واحد تغذیه مرکز آموزشی درمانی امام خمینی

بهار ۱۴۰۳



۶. در صورتیکه بیمار دچار یبوست شود، می توانید به جای هر سیب و موز نوشته شده در لیست، از ۳ عدد آلو یا ۲ عدد انجیر استفاده کنید.
۷. در صورت اسهال شدن بیمار، به جای میوه های ذکر شده در لیست، موز سبز یا نارس استفاده کنید.
۸. زمان نگهداری لوله معده ۵ تا ۷ روز می باشد.
۹. جهت مصرف قرص، آن را با دسته هاون خرد کنید و بعد داخل آب جوش ولرم حل کرده به طوری که تکه های ریز آن موجب انسداد لوله نشود. کیپسول های ژله ای را کافی است با چاقو شکافته و محتویات آنرا در آب بریزید.
۱۰. روزانه دو بار در صورت امکان دندان ها را مسواک کنید.

روش انجام گاوژ

ابتدا لوله را خم کرده و یا با کلمپ (گیره) میبندیم (بطوری که مانع از ورود هوا به داخل معده بیمار شود) و پیستون سرنگ را خارج می کنیم. ۳۰ سی سی آب جوش ولرم را داخل سرنگ ریخته و به صورت عمودی و به طرف بالا و مستقیم گرفته و قبل از اتمام آب داخل لوله وعده غذایی بیمار را داخل سرنگ می ریزیم (دقت داشته باشیم که هوایی داخل لوله بیمار نشود). بعد از اتمام غذا، ۳۰ سی سی آب جوش ولرم را داخل سرنگ ریخته تا لوله شسته شود. بعد از انجام گاوژ دوباره کلمپ را میبندیم و سرنگ را شسته و آن را دوباره به لوله وصل می کنیم.

حجم گاوژ در هر نوبت اجرا و تعداد دفعات اجرای گاوژ:

معمولا دفعات گاوژ هر ۳ ساعت (دراغلب موارد ساعات ۶ صبح- ۹ صبح- ۱۲ ظهر- ۳ ظهر- ۶ عصر- ۹ شب- ۱۲ شب) می باشد و حجم آن توسط پزشک و یا متخصص تغذیه تنظیم می شود.

استفاده از فرمولاهای تجاری:

فرمولاهای تجاری نیز مانند نوع خانگی در بیماران حاوی لوله تغذیه ای استفاده می شوند. این فرمولها نسبت به نوع خانگی از کیفیت بالاتری برخوردار بوده و می تواند در بهبود وضعیت تغذیه ای بیمار بهتر و سریعتر عمل کنند. این فرمولها در انواع استاندارد، پرپروتئین، پر فیبر، دیابتی و ... وجود دارند و از داروخانه ها قابل خریداری می باشند و طرز تهیه آنها بر روی قوطی مندرج است. سعی کنید حتی الامکان، این فرمولها را فقط برای یک وعده و حتما با آب جوش سرد شده تهیه نمایید. از قراردادن محلول تهیه شده در خارج از یخچال بیش از نیم ساعت خودداری نمایید.

توجهات لازم در اجرای گاوژ:

۱. اگر بیمار دارای لوله تراکستومی یا لوله تراشه است از نداشتن ترشحات مطمئن شوید. در غیر این صورت ابتدا بیمار را ساکشن نموده و سپس عمل گاوژ را انجام دهید.
۲. گاوژ آماده شده را در ظرف در بسته و در یخچال نگهداری کنید (گاوژ خانگی فقط تا ۲۴ ساعت در یخچال قابل نگهداری می باشد).
۳. در هر نوبت گاوژ خانگی، از ۱۵ دقیقه قبل، مقدار مورد نیازتان را در لیوانی تمیز ریخته و در محیط بیرون از یخچال قرار دهید تا به دمای محیط برسد (در صورتیکه غذای سرد برای بیمار گاوژ کنید، بیمار دچار درد شکم خواهد شد).
۴. بیمار را به حالت نیمه نشسته قرار دهید.
۵. تا نیم ساعت پس از تغذیه، بیمار به حالت نیمه نشسته باشد، چون در صورت دراز کشیدن، احتمال برگشت مواد غذایی وجود دارد.

مقدمه:

گاوژ مخلوط مایعی است صاف شده، سهل الهضم و جذب که شامل همه درشت و ریزمغذی ها بوده و برطرف کننده کلیه نیازهای تغذیه ای بیمار می باشد. این مخلوط توسط لوله ای مستقیماً وارد دستگاه گوارش بیماری می گردد که فاقد عمل بلع بوده و بعلت فرایند بستری و درمان، سیستم ایمنی تضعیف شده ای دارد. لذا در تهیه آن لازم است کلیه مواد غذایی مورد نیاز با مقادیر ذکر شده مورد استفاده قرار گرفته و اصول بهداشتی لازم در طی فرایند تهیه آن رعایت گردد.

برخی از شرایطی که در آن بیمار نیاز به گاوژ دارد شامل اختلالات عصبی، بیماری سیستیک فیبروزیس، آسیب های خاص مغز، آسیب صورت و مری، بیماری های تنفسی، آسیب نخاعی، در مواردی که متابولیسم بدن بسیار بالاست مانند سوختگی شدید. کمبود انرژی-پروتئین یا اختلال رشد می باشند.

محلول گاوژ می تواند در دو حالت تهیه شود:

۱. گاوژ خانگی: با استفاده از مواد غذایی در منزل و در یک وعده برای ۲۴ ساعت تهیه می شود (در صورت امکان می توانید در دفعات مکرر تهیه کنید).
۲. گاوژ تجاری (فرمولا): قابل تهیه از داروخانه ها بوده و در مقایسه با گاوژ خانگی کیفیت بهتر و طرز تهیه راحت تری دارد.

مواد لازم برای تهیه یک لیتر گاوژ خانگی:

۱. ۷۵ گرم گوشت مرغ خام یا ۱۰۰ گرم گوشت قرمز خام (از نظر مالی و کیفیت، گوشت مرغ ارجحیت دارد)
 ۲. سبزی = ۳۰۰ گرم
مثال: ۱/۵ عدد هویج + ۱/۵ عدد کدو (بدون پوست)
 ۳. میوه = ۲ عدد (۲۰۰ گرم)
مثال: یک عدد سیب + یک عدد موز (بدون پوست)
 ۴. برنج = ۳ قاشق غذاخوری خام
 ۵. تخم مرغ = یک عدد کامل یا دو عدد سفیده
 ۶. شیر انگور (دوشاب): ۶ قاشق غذاخوری
 ۷. ماست پاستوریزه = سه چهارم لیوان
 ۸. روغن مایع کانولا یا زیتون = ۳ قاشق مربا خوری
- نکته:** با توجه به مقادیر ذکر شده در بالا، می توان این مقادیر و اندازه ها را برای حجم های کمتر و بیشتر گاوژ، کم یا زیاد کرد. مثلاً برای تهیه ۲ لیتر گاوژ، مقادیر در ۲ ضرب خواهد شد و برای تهیه نیم لیتر گاوژ بر ۲ تقسیم خواهد شد.



مراحل تهیه گاوژ:

مرحله اول: گوشت سفید یا قرمز و برنج خام را بدون اضافه کردن ادویه و نمک با مقداری آب در یک قابلمه ریخته و روی اجاق گاز قرار دهید. سپس هویج و کدو را پس از تمیز کردن و پوست گیری و شستشو به قابلمه اضافه کنید و بعد سبب تمیز شده را پس از خرد کردن به مواد اضافه کنید. تخم مرغ را داخل قابلمه کوچک حاوی نیم لیوان آب شکسته و روی شعله گاز گذاشته و تا زمان سفت شدن کامل تخم مرغ، آن را هم بزنید و به داخل مخلوط فوق اضافه کنید. بعد پخته شدن همه مواد و سرد شدن، مواد را در مخلوط کن ریخته و به خوبی مخلوط کنید. سپس مخلوط حاصل را با استفاده از یک صافی ریز، صاف کنید و تفاله ها را جدا کنید.

مرحله دوم: به مخلوط صاف شده، ماست پاستوریزه، موز، روغن کانولا یا زیتون و دوشاب را اضافه کرده و دوباره مخلوط کنید (در صورت نیاز به صاف کردن، می توانید دوباره آن را صاف کنید). محلول حاصل را در پارچ مدرج ریخته و حجم آن را اندازه گیری کنید. سپس اگر حجم محلول حاصل از مقدار مورد نیاز شما کمتر بود، به مقدار مورد نیاز آب جوشیده ی ولرم اضافه کنید تا به حجم مورد نظر برسد.



