



聖雅各福群會
St. James' Settlement

Oriental Daily News | Circulation / Reach: 500,000 | 2015-09-23

Newspaper | A09 | 港聞 | 健康在您手 | By 黃綺雯

Word Count: 485words | Image No: 1/1 | Image Size: 141cm-sq(9.7cm x 14.5cm) | Ad-Value: HKD25,646

健康在您手：精緻軟餐 增長者食欲

長者因身體機能退化或病愈後遺症而導致吞嚥困難，需要進食糊狀食物，飲食的享受便無可避免地被減低，導致食欲退減。有研究顯示，吞嚥困難會增加長者營養不良的風險。

為了解決長者日常進食及營養需要，如果能夠為他們提供賣相吸引且營養高的食物，不是很好嗎？

本會膳食服務團隊專為吞嚥有困難的長者首創「精緻軟餐Happy Meal」，把糊狀食物以不同模具塑造成各種動物（如豬、雞、魚等）造型，一來從形狀可辨別食物種類，二來吸引的賣相有助提升長者進食的興趣。是次邀請了中文大學老人科專科教授協助成效評估，結果顯示進食精緻軟餐，長者減少拒餐次數，有效協助長者維持體重、增加食量，並減少營養補充品及使用通便藥。

糊狀「分子料理」加熱即可食用

最近，營養師團隊把精緻軟餐提升為方便版的「分子料理」，只須加熱便可即時享用，並同時滿足安全和營養的專業指標。在糊狀食物外，為吞嚥困難的長者提供一個享有更愉快、更有尊嚴的選擇！

本會於9月26日（星期六）上午舉辦分享會，歡迎關注長者膳食營養及生活質素的人士參加！費用全免，查詢及報名，請致電28313254或電郵info.dietetics@sjs.org.hk。名額有限，請先報名預留位置。

聖雅各福群會社區營養服務及教育中心註冊營養師 黃綺雯



健康
在您手

精緻軟餐 增長者食欲

長者因身體機能退化或病愈後遺症而導致吞嚥困難，需要進食糊狀食物，飲食的享受便無可避免地被減低，導致食欲退減。有研究顯示，吞嚥困難會增加長者營養不良的風險。

為了解決長者日常進食及營養需要，如果能夠為他們提供賣相吸引且營養高的食物，不是很好嗎？

本會膳食服務團隊專為吞嚥有困難的長者首創「精緻軟餐Happy Meal」，把糊狀食物以不同模具塑造成各種動物（如豬、雞、魚等）造型，一來從形狀可辨別食物種類，二來吸引的賣相有助提升長者進食的興趣。是次邀請了中文大學老人科專科教授協助成效評估，結果顯示進食精緻軟餐，長者減少拒餐次數，有效協助長者維持體重、增加食量，並減少營養補充品及使用通便藥。

糊狀「分子料理」加熱即可食用

最近，營養師團隊把精緻軟餐提升為方便版的「分子料理」，只須加熱便可即時享用，並同時滿足安全和營養的專業指標。在糊狀食物外，為吞嚥困難的長者提供一個享有更愉快、更有尊嚴的選擇！

本會於9月26日（星期六）上午舉辦分享會，歡迎關注長者膳食營養及生活質素的人士參加！費用全免，查詢及報名，請致電28313254或電郵 info.dietetics@sjs.org.hk。名額有限，請先報名預留位置。

聖雅各福群會
社區營養服務及教育中心
註冊營養師黃綺雯



聖雅各福群會
St. James' Settlement