

#晚晴訓練班 - 為何你不吃多些？

晚期病人因為各種原因，例如病情、治療藥物、情緒等，導致食慾下降的情況很常見。雖然家人會不斷叫對方「吃多些」、又問「為何你不吃多些？」，但晚期病人就是「吃不下」、「吞不到」。

家人為晚期病人準備大量他們喜歡的食物，都是出於愛的表現，但對晚期病人來說，身體本身負荷不到，但又不想對方失望，有時會「夾硬食」，結果令到自己難受。他們更可能會因為「吃完它」這般「小事」都做不到，而產生不安及壓力。這個時候，作為照顧者一定得多留意病人的身心情況。

面對家人的「吃多些」，同晚期病人的「吃不下」，中間「餵與食」的拉扯，能夠如何化解？

- 食到幾多就幾多 – 晚期病人因身體機能衰退，活動量下降，他們的「一餐飯」可能只是飲少許湯或營養奶，就已經足夠。如果他們食一兩啖就停，就由他停，不要逼他食更多而造成壓力。
- 重質不重量 – 正正因為晚期病人胃口不好，家人更應小心選擇食物，不宜以數量行先，應該貴精不貴多，令病人食得更滋味。
- 發揮一點創意 – 家人可以嘗試將普通的食物用精緻的碗碟盛起，每樣食物放少少，又或者製成軟餐，令他們食得輕鬆又開心。

照顧晚期病人不容易，但只要目標清晰，溝通清楚，了解對方的需要及困難，在照顧的過程中一定會與對方找到樂趣及關愛。

