

بسم الله الرحمن الرحيم

بازدید سمارستان قائم



اعضای گروه

مینا رادمهر - فائزه دهک زاده - آرزو محمدی - غزاله صالح زاده - مریم فلاح - فروغ نقاش یزدی
رسول غفاریان انصاف - امیرحسین امین نیلی - سجاد رسولی

❑ کارشناسان تغذیه در بیمارستان ها چه فعالیتی انجام می دهند؟

- ✓ برای کارشناسان تغذیه در بیمارستان ها پست های سازمانی در نظر گرفته شده است. طبق مصوبه های سال های گذشته، به ازای هر ۵۰ تخت بیمارستانی، یک کارشناس تغذیه می بایست وجود داشته باشد.
- ✓ ولی عملاً اینگونه نیست و مثلاً در بیمارستان قائم، دو نفر کارشناس تغذیه مشغول فعالیت هستند و قریب به ۱۰۰۰ تخت در این بیمارستان وجود دارد.
- ✓ در گذشته کارشناسان تغذیه در آزمون استخدامی بیمارستان های دولتی شرکت می کردند و به صورت استخدامی مشغول فعالیت می شدند ولی اکنون کارشناسان تغذیه به صورت تبصره ای و قراردادی در ارگان های دولتی مشغول به کار می شوند، بیمارستان ها و مراکز خصوصی هم چنان به کارشناسان تغذیه نیازمند هستند.

□ برگه مشاوره خطاب به :

کارشناس تغذیه

stuff

□ رژیم هایی که در بیمارستان به بیماران داده می شود :

۱) رژیم های معمولی: مانند رژیم افراد دیابتی، رژیم پر پروتئین و یا رژیم کم پروتئین و ...

۲) رژیم های خاص: مانند رژیم افراد مبتلا به بیماری ویلسون و یا رژیم افراد مبتلا به سلیاک و ...

(که هر کدام از این رژیم ها حاوی غذاهای خاص مناسب این بیماران می باشد.)

□ تهیه گاوآثر به چه صورت انجام می شود؟

✓ گاوآثر ها دو دسته هستند:

۱- گاوآثر های سنتتیک

۲- گاوآثر های بیمارستانی

نکته: برآورد تعداد گاوآثر مورد نیاز نیز بایستی در برگه های آنالیز غذایی و برآورد هزینه که قرار است در روز مناقصه ارائه گردد، لحاظ شوند تا بودجه ی آن منظور گردد. (بایستی عنوان شود که مثلا فلان تعداد گاوآثر برای ناهار، فلان تعداد گاوآثر برای شام و ...)



□ شرح تهیه :

گلاواژی که قرار است در دو وعده ی نهار و شام به بیمار داده بشود، بایستی به ۵ یا ۶ وعده تفکیک شود.

✓ یک وعده در **اول صبح (ساعت ۶)** به بیمار داده می شود که ترکیبی از **شیر + فرما + تفم مرغ + روغن زیتون** که کاملاً له شده و در ظرف های گیاهی ۲۵۰ تا ۳۰۰ سی سی نگهداری شده، درب آن بسته و به بیماران بستری در بخش **ICU** داده می شود.

✓ در **ساعت ۹ صبح**، گلاواژی که ترکیبی از **آب هویج + ماست + روغن زیتون** می باشد به بیمار داده می شود.

✓ پس از آن، هر سه ساعت یکبار گلاواژ **سوپ مرغ** به بیمار داده می شود که ترکیبی از **شنیسل مرغ + جوانه گندم + عدس + عصاره گردن مرغ** میباشد.

□ نکته:

در گذشته از آب گوجه فرنگی به عنوان رقیق کننده گاوآثر استفاده می شد که سرشار از لیکوپن بود و خواص آن عبارتند از:

۱- آنتی اکسیدان بسیار خوبی است.

۲- جوان کننده است.

۳- به عنوان کوآنزیم در سنتز پروتئین ها نقش دارد.

۴- به عنوان هماهنگ کننده ویتامین های گروه **B** عمل می کند.

اما به علت اینکه ممکن است بیمار به گوجه حساسیت داشته باشد، از عصاره گردن مرغ بدین منظور استفاده می گردد.

✓ از گاوآثر سوپ مرغ، بر حسب نیاز بیمار ۳ تا ۴ وعده به بیمار داده می شود و مقدار مصرفی در هر وعده ۲۵۰ تا ۳۰۰ سی سی می باشد.

□ به طور کلی ۲ نوع سیستم غذا در بیمارستان وجود دارد:

۱- بیمارستان خودش کارهای آماده سازی غذا را انجام می دهد، از تهیه مواد اولیه گرفته تا نیروی انسانی و پخت غذا و ...

۲- از طریق برون سپاری و واگذار کردن به بخش خصوصی این کار صورت می پذیرد.

□ میزان پروتئین بکار رفته در آنالیز غذایی، کنترل کننده ی هزینه تمام شده غذاست.

□ آنالیز غذایی

- ✓ آنالیز غذایی در همه ی بیمارستان ها یکسان نیست. بسته به اینکه در هر بیمارستان چه بخش های تخصصی وجود دارد، نوع آنالیز غذایی آن نیز متفاوت خواهد بود.
- ✓ مثلا اگر یک بیمارستان تخصصی سوختگی است، آنالیز غذایی متفاوتی با بیمارستان دارای بخش تخصصی پیوند اعضا خواهد داشت.
- ✓ در آنالیز غذایی بیمارستان ام البنین که تخصصی زایمان است؛ بایستی حتما کاپی قرار داده شود و میان وعده هایی نیز که به مادران داده می شود بایستی مناسب وضعیت جسمانی و نیاز آنها باشد.

□ هزینه ها

- ✓ کارشناس تغذیه می تواند قیمت تمام شده ی هر غذا را پیش از ثبت در برگه ی آنالیز و شرکت در جلسه ی مناقصه، با مراجعه به میدان بار و محل های عرضه کننده و عمده فروشی مواد غذایی مناسبه کند.
- ✓ همچنین بایستی علاوه بر قیمت تمام شده ی هر غذا، هزینه ی سربار را نیز مناسبه و به قیمت هر غذا اضافه نمود. هزینه ی سربار شامل حقوق تمام شده ی نیروی انسانی مشغول در بخش غذای بیمارستان، هزینه ی استهلاک دستگاه ها و ... می باشد.
- ✓ مثلاً اگر قیمت تمام شده ی هر پرس غذا ۷۰۰۰ تومان می باشد، بایستی ۲۰۰۰ تومان هم به عنوان هزینه سربار در نظر گرفت و در نهایت هر غذا را ۹۰۰۰ تومان مناسبه کرد. سپس این نظر کارشناسانه را بایستی در جلسه ی مناقصه اعلام نمود.

بودجه ی غذای سالانه ی بیمارستان قائم (عج) ۷۰۰ میلیون

بودجه ی غذای سالانه ی بیمارستان امام رضا (ع)، تنها
با اختلاف ۱۰ درصد تفت بیشتر نسبت به بیمارستان
قائم (عج)، یک میلیارد و چهارصد میلیون می باشد.

□ راهکار های کاهش هزینه های مصرفی در بخش تهیه غذای بیمارستان و فواید آن:

۱) قرار شد تا به آن دسته از کارکنان بیمارستان که در هر روز شیفت هستند، غذا به صورت رایگان داده شود ولی بقیه کارکنان محترمی که به صورت شیفت کامل در آن روز در بیمارستان حضور ندارند، هزینه غذا را به طور کامل بپردازند.

- به منظور کنترل این موضوع نیز اقداماتی صورت پذیرفت تا به همکارانی که ایانا شیفت کامل نبوده اند ولی غذای رایگان دریافت کرده اند، تذکر داده شود و هزینه غذا از آنها دریافت گردد.

- البته قرار بر این شد تا به پرسنلی که شیفت کامل نیستند، تففیف داده شود و از آنها هزینه سربار غذا دریافت نگردد.

۲) در اولین ماهی که برون سپاری کامل اتفاق افتاد، ۳۰ نیروی انسانی که تا پیش از آن در بخش تهیه غذای بیمارستان فعالیت داشتند به سایر بخش ها فرستاده شدند و با این توزیع نیرو، مشکل کمبود نیروی سایر بخش ها نیز برطرف گردید.

۳) تا پیش از برون سپاری کامل، غذاها در ظروف استیل سرو می شد و به دست بیمار می رسید که این امر خود سبب ایجاد نارضایتی در تعدادی از بیماران می شد که رغبتی به استفاده از ظروف استیل چند بار مصرف نداشتند. پس از برون سپاری کامل، غذاها را در ظروف یکبار مصرف با روکش سلفون به دست بیماران رساندیم که رضایت بیماران محترم را در پی داشت. علاوه بر این در همان ماه اول اجرا این طرح، هزینه ی تمام شده ی غذاها به نصف کاهش یافت.

۱۴) در گذشته اقلام غذایی نظیر پنیر به صورت فله ای خریداری می شد و سپس با استفاده از نخ به قطعات ۳۰ گرمی تقسیم می شد. ولی اکنون هر کدام از اقلام غذایی را به صورت یک نفره و بسته بندی و از بهترین برند تولید کننده تهیه می شود. مثلاً ماست با برند کاله، کره با برند

۵) مسئله دیگری که وجود داشت، همراهان بیماران بودند. به منظور تامین غذای همراهان بیمار، به پیمانکار تهیه غذا اجازه داده شده است تا روزانه سقف ۷۰ پرس غذا را به صورت آزاد بفروشد تا بدین ترتیب، همراهان بیماران غذای خود را بتوانند به صورت آزاد تهیه کنند. این طرح سبب شد تا اصطلاحاً پدیده ی غذا دزدی کم شود، چرا که گاهی دیده می شد که همراهان بیماران از غذای سایر بیماران استفاده می کردند.

۶) همه ی غذاهای تهیه شده در بخش غذای بیمارستان قوائم به صورت باکیفیت ارائه می شوند.

۷) هر روز، یک منوی معمولی پرسنل داریم و یک منوی انتقابی پرسنل. در مورد بیماران هم گاهی در کنار منوی معمولی، منوی انتقابی هم وجود دارد که بیمار می تواند از بین غذاهای ارائه شده یکی را انتخاب کند.

✓ اما مثلا در بیماران اورومیک به علت حساس بودن بیماری شان و دشوار بودن تهیه غذای این بیماران، منوی انتقابی به بیمار ارائه نمی گردد.

□ انواع رژیم های به کار رفته در بیمارستان برای بیماران:

(۱) **رژیم بیماران اورومیک:** بیماران اورومیک بیمارانی هستند که به مشکلات کلیوی دچار هستند و در رژیم این افراد نیز اگر از جویبات استفاده می شود بایستی به خوبی فیسانده شود تا پتاسیم آن خارج شده و ضرری به بدن نرسانند. نهایت میزان مجاز دریاخت ماهی در این بیماران هفته ای یکبار است و عمدتاً غذای این بیماران را با گوشت های سفید نظیر گوشت مرغ تهیه می کنند. مثلاً انواع خورشت با گوشت مرغ و یا کباب کوبیده با گوشت مرغ.

(۲) **رژیم گایاک:** این رژیم به افرادی داده می شود که دچار خونریزی پنهان در دستگاه گوارش هستند و همین خونریزی سبب کمبود آهن در این بیماران می شود. هدف از تجویز این رژیم پی بردن به این مطلب است که آیا بیمار به خونریزی پنهان دستگاه گوارش مبتلا هست یا خیر. بدین منظور تا ۳ روز به فرد بیمار مرغ سفید به همراه برنج سفید بدون هیچ رنگدانه ای داده می شود یا مثلا در وعده صبحانه شیر برنج به بیمار داده می شود و پس از ۳ روز، نمونه مدفوع بیمار را در آزمایشگاه مورد بررسی قرار داده و بررسی کنند.

(۳) **رژیم پروتئین:** در این رژیم بیشتر چلو مرغ و چلو کباب به بیمار داده می شود و اگر قرار باشد خورشت به بیمار داده شود، از مقدار گوشت بیشتری در آن استفاده می کنند.

۴) رژیم کتوژنیک: از این رژیم در بیماران مبتلا به صرع استفاده می‌گردد که حاوی ۷۵ درصد چربی است.

۵) رژیم بیماران مبتلا به بیماری ویلسون: افراد مبتلا به این بیماری محدودیت دریافت مس **Cu** دارند.

۶) رژیم بدون سبزیجات: که در افرادی با محدودیت دریافت پتاسیم استفاده می‌گردد.

✓ گاهی دیده می‌شود که ۳ روز مانده به عمل جراحی بیمار، برای وی رژیم MPH می‌نویسند که در نهایت ممکن است بیمار دچار مشکلات زیادی گردد و حتی متاسفانه فوت کند. در صورتی که در پروتوکول‌های صادر شده نوشته‌اند که بیماران آماده جراحی شدن، تا ۶ ساعت مانده به عمل جراحی می‌توانند غذا مصرف نمایند.

✓ هر چه تنوع غذایی رژیم روزانه بیشتر باشد، هزینه ی تمام شده ی پیمانکار افزایش می یابد. به منظور مدیریت هزینه ها، می توان رژیم غذایی را به گونه ای تنظیم نمود که مثلاً اگر در فورشت بیماری با رژیم غذایی معمولی ۳ قطعه گوشت قرار داده می شود، بیمار با رژیم غذایی پر پروتئین همان فورشت را با ۱ قطعه گوشت دریافت کند.

✓ قرار شده است برچسب هایی تهیه گردند و بر روی درب غذا های رژیمی چسبانده شوند و روی آن خطاب به بیمار توضیحاتی نوشته شود. مثلاً این جمله که بیمار عزیز؛ غذای شما یک غذای رژیمی و کم پروتئین و کم نمک است. این امر سبب می شود تا بیمار توجه شود و گمان نکند غذایی که برایش آورده شده است، بی کیفیت است.

آشپزخانه

- ✓ هر روز ۳۰۰۰ پرس غذا پخته می شود.
- ✓ هر روز آشپزخانه دائما شسته می شود ولی معمولا بعد از توزیع غذا شستشو صورت می گیرد.
- ✓ پخت سنتی در اینجا انجام می شود.
- ✓ درست کردن غذا به صورت مستقل برای اطفال و مادران باردار صورت می گیرد (گلاب، نشاسته، تفم مرغ و شکر) : مصقتی
- ✓ هر نفر ۷۰ گرم گوشت که در پیاز داغ میریزیم و تبدیل به ۴ الی ۵ تکه گوشت می شود : برای قیمه
- ✓ شنسلی که برای گواژ درست می کنیم شامل گوشت مرغ پرخ کرده + عصاره گردن مرغ + عدس + بوانه گندم است.
- ✓ کباب کوبیده ی بیمار کم نمک و کم ادویه است که برای پرسنل نمک و ادویه بیشتری دارد و هر سیخ کباب وزنی حدود ۷۵ تا ۱۰۰ گرم دارد.



- ✓ دستگاه چرخ گوشت بلافاصله بعد از اتمام کار شسته می شود.
- ✓ اگر جوانه گندم خوب پخته نشود بوی بد و نامطلوبی می دهد.
- ✓ برای سرد نشدن سوپ بلافاصله بعد از پخت سر تفت بیمار گذاشته می شود.
- ✓ با دما سنج لیزری دمای هر لحظه غذا اندازه گیری می شود.
- ✓ برای پخت بهتر برنج از دیگ های دوجداره با طراحی بومی استفاده می شود.
- ✓ در سردخانه گوشت گوسفندی، ماهی، سبزی و شنسیل مرغ در دما های ۰ و ۱- و ۲- نگه داری می شود و آماده سازی غذا برای غذای همان روز صورت می گیرد.
- ✓ ماهی به صورت استیک در وزن ۱۸۰-۲۰۰ گرم آماده برای پخت می شود.
- ✓ رژیم نرم پوره: شیر برنج + پوره گوشت + پوره سیب زمینی
- ✓ در بیماران قلبی باید رژیم نرم با کالری معینی پخته شود (۲۰۰ گرم پوره گوشت + ۲۵۰ گرم شیر برنج)

انبار

✓ اقلام فشک در ردیف بالا و اقلام مایع در ردیف پایین نگه داری می شود که در صورت ایجاد نشتی در اقلام مایع، مواد مایع نشتی بر روی اقلام جامد ریخته نشود.

✓ انبار نباید سرد باشد تا اقلام نگه داری شده در انبار آسیب نبینند.

✓ تمام برنج ها ایرانی کشت بوم است.

✓ برای هر نفر ۱۰۰ گرم شنسیل مرغ، ۳۰ گرم لوبیا و ۳۰۰ گرم کرفس خام در نظر گرفته می شود.

✓ از روغن مفلوط در پخت برنج و از روغن سرخ کردنی برای سرخ کردن استفاده می شود.

✓ میزان مرغ برای عدس پلو ۱۵۰ گرم است.

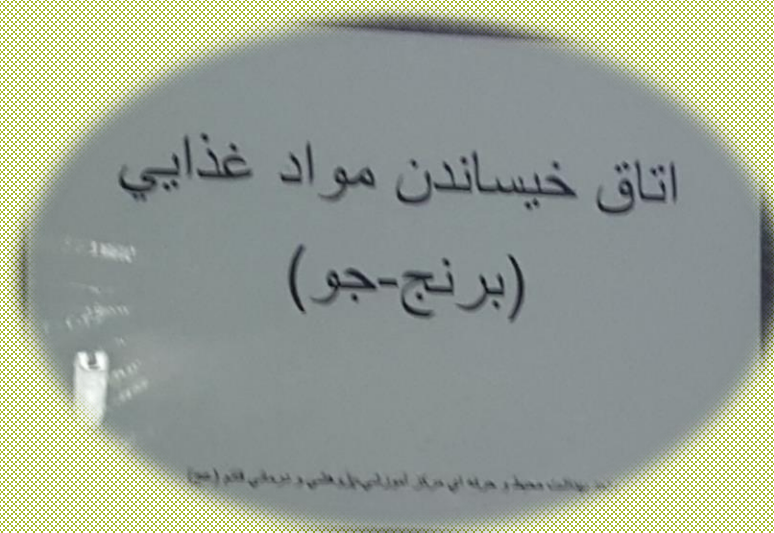
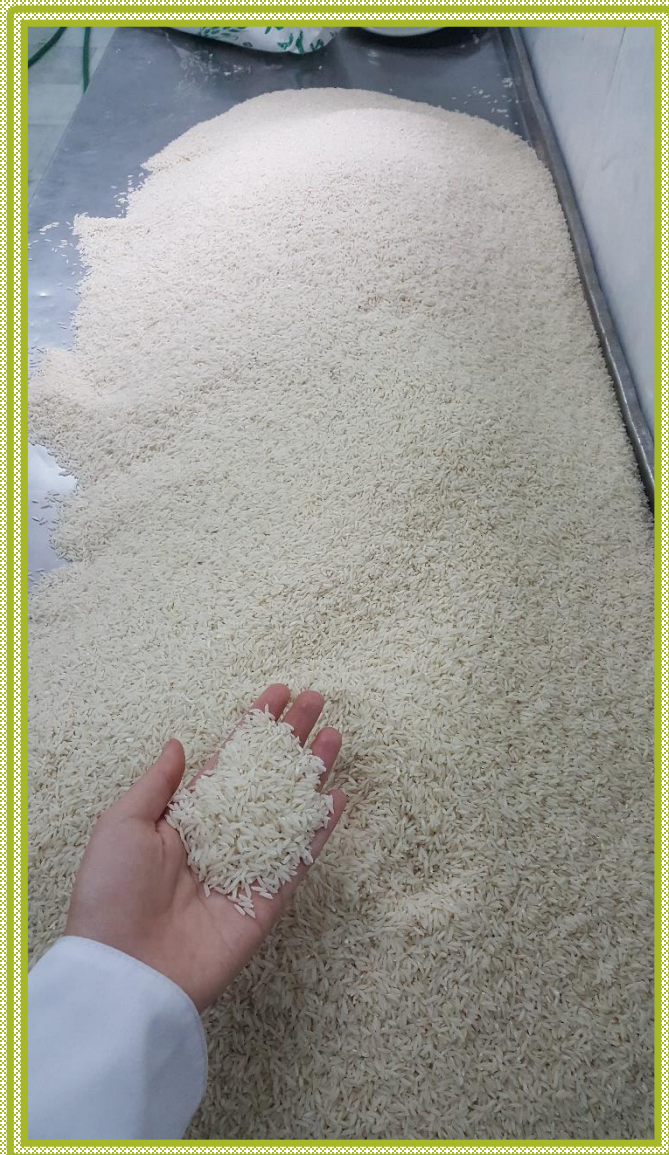
✓ میزان مرغ برای فوراک مرغ ۳۵۰ گرم است.

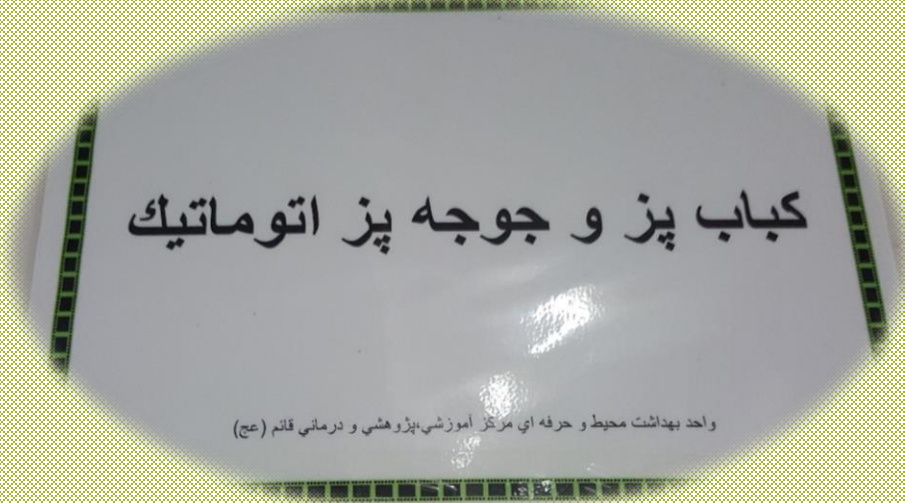
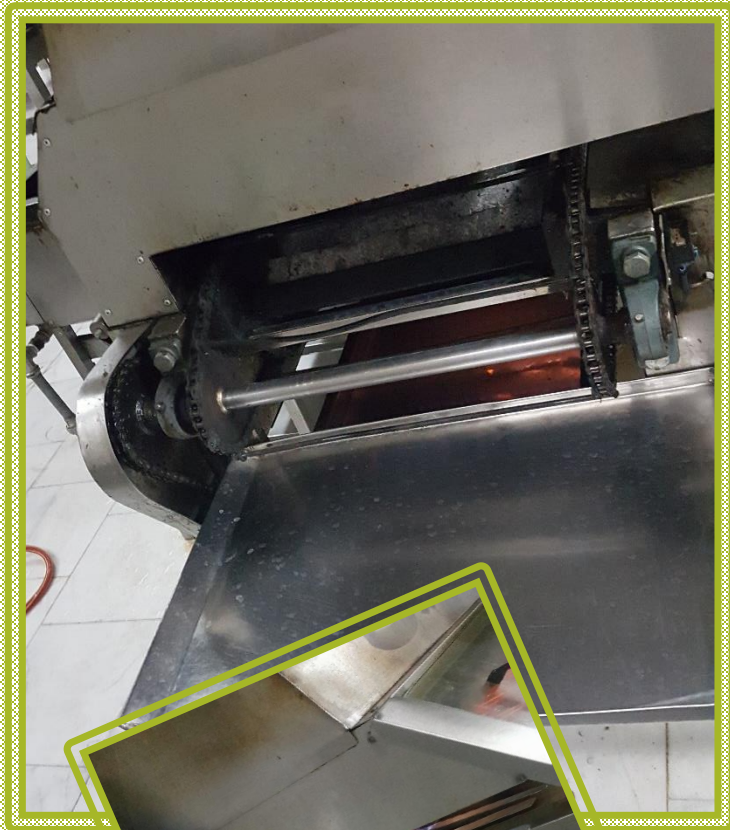
✓ ماهی به صورت آبپز درست می شود.

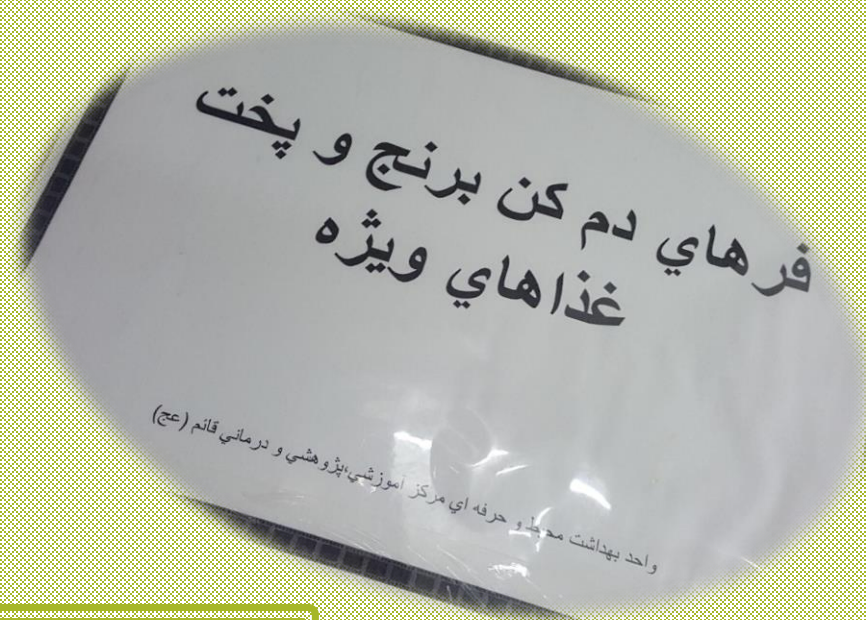
✓ شبها فقط فوراک پخته می شود و برنج پخته نمی شود.

✓ ترمومتر لیزری دمای سرد و گرم روی غذا را می سنجد همچنین دمای سقف و کف اتاق را نیز میتوان اندازه گیری کرد.

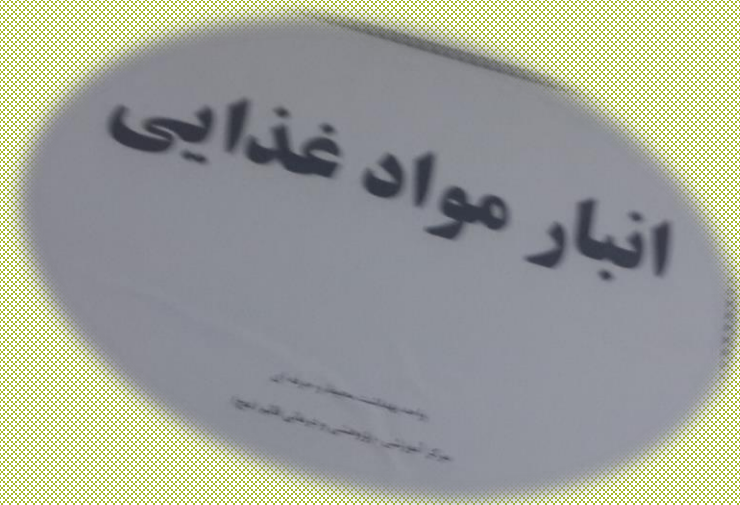














پخت انواع خورش‌ها

پخت انواع خورش‌ها



اتاق هاي آماده سازي مواد پروتئيني (مرغ-ماهي-گوشت)

تأسیسات بهداشتی و حرفه‌ای مرکز آموزشی پژوهشی و تحقیقاتی (میر)

