



為老年護理住戶提供的資料介紹

Chinese (Traditional) | 繁體中文

# 在養老院 享受用餐

本資料概述您的護理團隊如何做才能讓您感受到愉快的用餐體驗。



**用餐體驗包括為你提供的食品  
和飲料、您得到的服務和周圍氣  
氛。良好的用餐體驗可以幫您改  
善健康狀況並提高生活質量。**

## 為什麼重要

研究表明，良好的用餐體驗會讓您更加享受飲食。吃得好有助於您保持良好的營養和健康狀況，降低體重減輕、營養不良、虛弱、跌倒和健康不佳的可能性。

## 如何做到

無論何處、何時、吃什麼、怎麼吃及與誰一起進餐，您的用餐體驗應該是愉快的、受人尊重並能滿足您的喜好。

您的食品和餐飲護理團隊包括食品服務人員、護理人員及為老年人準備食品應接受培訓的主廚和廚師。他們和您同屬一個團隊且應共同努力。





## 愉快的用餐體驗應符合老年護理質量標準 (the Aged Care Quality Standards)



### 標準 1: 消費者尊嚴和選擇

"保持自我尊嚴並受尊重, 可以維護自我。明智選擇自己接受的護理和服務, 過自己選擇的生活。"



### 標準 2: 不斷評估並且與 消費者共同計劃安排

"作為夥伴我參與評估和計劃, 以協助獲得自己健康福利所需的護理和服務。"



### 標準 4: 日常生活服務與支援

"得到對自己健康幸福很重要的日常生活所需的服務和支援, 使我得以做自己想做的事情。"

在安排就餐體驗時, 您的護理團隊應考慮以下影響因素:

#### ✓ 了解你的喜好及厭惡

您的護理團隊應該知道您喜歡何時何地 and 誰一起吃飯、您飲食內容數量及您喜好的就餐方式。

#### ✓ 查看您的好惡喜好是否有所改變

您可以隨時改變自己好惡喜好, 例如: 可能有一天您想在自己房間裡用餐, 而另一天想在餐廳與其他人交往。

#### ✓ 提供不同餐飲選擇以滿足您的喜好

這可能會包括延長進餐時間, 以便在適合自己的時間吃飯、提供自助餐, 自助服務, 及菜單點菜, 以自選食物和飲料。

#### ✓ 全天供應方便可取的小吃

這使您能隨意選擇何時吃東西。





## ✓ 就餐時與您交流

工作人員應隨時為您提供支持，並當您需要或要求時給與就餐時的幫助，如時間允許，可和您進行交流。

## ✓ 尊重您的尊嚴

無論何種就餐方式、何處以及吃什麼，您的尊嚴都始終會得到尊重。

## ✓ 尊重您的文化、宗教和飲食需求

這會包括帶文化背景的食品和餐具，如筷子、勺子、叉子和洗手碗，以及安排就餐時文化祈禱或傳統習慣的時間。記住，您的偏好很重要，不應被忽略。

## ✓ 供應外觀、氣味和口感吸引人、溫度和質地適當的餐點和小吃。

無論您想何時何地吃東西，無論離廚房有多遠，都會供應如一。







您可隨意與自己的護理團隊討論您個人的喜好、厭惡和偏好，包括：

✓ **要求與家人一起吃飯**

您可以要求在遠離餐廳的安靜場所與親友一起用餐。如果家人不住附近，您可要求員工在用餐時與他們接通視頻通話。

✓ **要求見主廚/廚師面，讓他們了解您對食品的看法，並對食譜、餐點和小吃提建議**

時間允許時，主廚、廚師和護理人員也可以同您一起用餐。

✓ **提出您就餐體驗建議**

這可以是您對菜單或餐廳和餐桌設置的想法。

✓ **您有自信心可以向員工或老年護理服務機構提供有關餐點和用餐體驗的反饋，而且這一反饋會受到尊重和歡迎**

您應該能夠提供反饋意見而不會被視為滋擾或遭受任何負面影響。



## 某些員工可能不熟悉您的需求、喜好和厭惡。

讓他們了解您的用餐偏好和要求，包括喜歡吃的食物和食量和您想吃多少次，以及您想得到的任何幫助。

您可以通過網頁鏈接 [www.agedcarequality.gov.au/resources/food-and-dining-preferences-fact-sheet](http://www.agedcarequality.gov.au/resources/food-and-dining-preferences-fact-sheet) 填寫‘食品 and 用餐偏好表’並要求可隨時在您的房間查閱。





## 自己擔心就餐體驗時該怎麼辦

1. 與您的老年護理服務機構對話溝通。
2. 要求您的護工管理聯繫營養師、言語病理師或職業治療師安排諮詢。
  - 營養師 (Dietitians) 會查看您的營養需求和菜單安排, 並為您推薦最佳餐餐及其體驗。
  - 言語病理師 (Speech pathologists) 會檢查您的吞嚥狀況, 對安全飲食措施提供建議。
  - 職業治療師 (Occupational therapists) 會就獨立飲食向您提供建議, 如調整餐具廚具及桌椅。
3. 週一至週五早上 8 時至傍晚 8 時或週六上午 10 時至下午 4 時可致電老年人宣傳網絡 (the Older Person's Advocacy Network (簡稱 OPAN) 的支援熱線電話 **1800 700 600**  
OPAN 為老年人及其代表提供支持以解決聯邦資助的老年護理服務方面的有關問題。
4. 若希望提供有關老年護理服務的反饋或投訴, 請致電老年護理質量和安全委員會 (the Aged Care Quality and Safety Commission) **1800 951 822** (免費電話)。

## 了解更多信息

以下鏈接提供更多的附加信息 [www.agedcarequality.gov.au/consumers/food-dining-and-nutrition](http://www.agedcarequality.gov.au/consumers/food-dining-and-nutrition):

### 用餐

- 您用餐體驗帖子 (Your dining experience poster)
- 您的選擇重要情況說明 (Your choices matter fact sheet)

### 選擇

- 老年護理食物、飲料和用餐選擇情況說明 (Make choices about your food, drink and dining experience in aged care fact sheet)
- 養老院飲食-您選擇和風險承擔權利帖子 (Food and drink in your aged care home – your right to choose and take risk poster)
- 您老年護理住戶帖子中選擇食物、飲料和用餐體驗的權利 (Your right to make choices about food, drink and your dining experience in residential aged care poster)

老年護理權憲章 (Charter of Aged Care Rights) [www.agedcarequality.gov.au/consumers/consumer-rights](http://www.agedcarequality.gov.au/consumers/consumer-rights)

老年護理質量標準 (Aged Care Quality Standards) [www.agedcarequality.gov.au/providers/standards](http://www.agedcarequality.gov.au/providers/standards)



電話  
1800 951 822



網址  
[agedcarequality.gov.au](http://agedcarequality.gov.au)



寫明  
Aged Care Quality and Safety Commission  
GPO Box 9819, 您所在地首府城市  
(in your capital city)