

## 營養衛教系列(6)-低蛋白點心

## 低蛋白點心

大部分的食物都含蛋白質，包括主食類。當減少蛋白質的攝取，熱量也相對減少，故建議增加蛋白質含量低的低蛋白澱粉或低蛋白熱量補充品，以補足熱量。

## ◎市售低蛋白材料(即低蛋白澱粉)



## ◎市售低蛋白熱量補充品及商業配方

因成分較為複雜，需在不同情況下使用，請先與營養師討論，以免造成誤用影響病情。



## ◎營養師的叮嚀

- 1、糖飴(麥芽糊精、粉飴、糊精)，甜度很低。沒有習慣吃點心者，可多加利用，加入流質(湯、稀飯、開水)或拌入飯中、沾著水果等方法，增加熱量攝取。
- 2、烹調用油以低飽和度的植物油為主，以沙拉油、芥花油、橄欖油取代豬油及奶油。
- 3、糖尿病患者請以“代糖”取代一般的糖。

