

# 南昌梦源养老院环境美 养老院收费标准 南昌县养老院

产品名称	南昌梦源养老院环境美 养老院收费标准 南昌县养老院
公司名称	南昌市梦源养老院
价格	面议
规格参数	
公司地址	南昌市顺外路750号（赣江学院旁
联系电话	13755697992

## 产品详情

老人吃什么食物有营养

银杏

银杏具有很高的药用价值，对防止脑部疾病的功效也非常强。

鸡蛋

鸡蛋的蛋白质是优质蛋白质，鸡蛋黄含有丰富的卵磷脂、甘油三酯、胆固醇和卵黄素，对神经的发育有重要作用，有力、健脑益智的功效。

花生

花生富含泛酸可。泛酸(维生素B5)，搭配蛋黄、大豆所含的卵磷脂一同摄取，能。

海带

海带含有丰富的亚油酸、卵磷脂等营养成分，有健脑的功效，海带等海藻类食物中的碘类物质，更是大脑中不可缺少的。

坚果

当零食在两餐之间，老年人可进食少量的零食，既增加生活，又增加营养，养老院价格，而且还可缓解紧张情绪。零食可选用水果和坚果。若水果放在餐后吃，便可单吃坚果。坚果可选用核桃、花生、葵花子、棒子、松子、栗子、腰果、开心果等，这些食品富含蛋白质和亚油酸，亦可延缓衰老。坚果外有硬壳。不必担心残留等安全问题。

## 胡萝卜

胡萝卜富含胡萝卜素，有极为丰富的胡萝卜素。研究表明，胡萝卜能提供抵抗心脏病、及所需的各种营养成分。胡萝卜素在高温下也很少破坏，容易被人体吸收，然后转变成维生素A，所以能因缺乏维生素A而引起的夜盲症和眼干燥症。胡萝卜还有促进大脑物质交换，力的作用。读书学习前吃一盘炒胡萝卜丝，有利于巩固记忆。

当然，除了我们要吃一些有营养的食物之外，这里也有一些温馨提示要给我们老友伙记哦！

### 质量宜高

质量高不意味着价格高，如豆制品、蛋、奶等都是质量高的食品，老人应当经常食用。还要注意多吃鱼，少吃肉。糖的主要来源是主食和蔬果，尽量减少白糖、红糖、砂糖等精制糖的食用。

### 蔬果宜鲜

新鲜、有色的蔬果类，富含维生素、矿物质、膳食纤维，水果中还含有丰富的有机酸，有刺激食欲增加和维持体液酸碱平衡的作用。

### 数量宜少

若要身体安，南昌县养老院，三分饥和寒。老人要吃多种食物，但每种食物数量不宜过多，每餐七八分饱。

## 养老院设施居室类型及配置方案

双人间是养老设施的主流配置：那么在各类居室中，哪类居室所占比例呢？从统计数据来看，71%的养老设施表示所配置的房间以双人间为主。相较而言，以四人间（或四人以上房间）为主的设施比例较低。由此可知，双人间居室在目前养老设施中最为常见。

医院家具厂家观点：从养老设施的运营管理角度来看，哪种居室类型更合适？更受老人欢迎呢？通过对养老设施院长们的访问，他们给出了如下回答：通常来讲，老人居室以南向为宜，以保证房间获得更好的日照采光。而从调研情况来看，有62%的养老设施配置了北向居室，且北向居室的平均占比达到了39%。

通过对不同地区养老设施的调研可知，老年人对于居室朝向的喜好是有差异的。北方地区的老人对居室朝向的排序是南向 > 东向 > 西向 > 北向。由于北向居室冬季无法获得日照，室内往往较冷，因此老人对于朝北的居室接受度不高。而对于南方地区的老人，他们对居室朝向的排序是南向 > 东向 > 北向 > 西向。由于夏季气候炎热，西向房间受到西晒影响更为严重，因此相比于西向居室，养老院收费标准，老人更愿意住在阴凉的北向居室。

老人居室中卫生间的配置状况：调研可知，目前近九成的养老设施老人居室中都配置了独立的卫生间。卫生间内常见的设备设施有坐便器、洗手池及淋浴设施等。由于养老设施中许多老人存在行动不便、生活不能完全自理等情况，蹲便器、浴缸对于他们而言存在安全性较低、使用不便等问题，因此配置率不高。

## 冬天老人如何防寒保暖:室内保暖

老年人的居室，冬天必须采用取暖设备，使室温保持在15摄氏度以上。因为如果室温过低，养老院网站，老人易受寒邪侵扰，诱发呼吸系统与心脑血管疾病，产生严重后果。

冬季北方多睡火坑，近些年来用电热毯者日益增多，无论采取哪种，以温度适宜为好。同样，无论是用火炉、暖气或空调，室温宜18 ~20 左右，且忌温度过高，以免内扰阳气，使之外泄，或积热于内，形成阴虚火旺，痰热瘀血，至春就会发病、或诱发复来。

南昌梦源养老院环境美(图)-养老院收费标准-南昌县养老院由南昌市梦源养老院提供。南昌梦源养老院环境美(图)-养老院收费标准-南昌县养老院是南昌市梦源养老院（[www.jxmyyly.com](http://www.jxmyyly.com)）今年全新升级推出的，以上图片仅供参考，请您拨打本页面或图片上的联系电话，索取联系人：张院长。