

向阳护理院 养老院电话 马鞍山养老院

产品名称	向阳护理院 养老院电话 马鞍山养老院
公司名称	马鞍山向阳护理院
价格	面议
规格参数	
公司地址	马鞍山雨山区向山镇泰山大道与石山路交叉口西北200米
联系电话	13500535954

产品详情

养老院里老人补铁要遵循哪些饮食原则?

养老院里老人补铁要遵循哪些饮食原则?

- 1、 适量脂肪摄入，建议每天约50克为宜。不要消耗过多的脂肪，否则会脂肪减少消化吸收系统并抑制造血系统。
- 2、 适量碳水化合物，每日400克左右。
- 3、 进食含铁丰富的食物，养老院电话，提倡食用铁锅。
- 4、 纠正不良的饮食习惯，如偏食、素食主义等。
- 5、 饮食应包括富含维生素的食物，尤其是B族维生素和C族维生素，对预防和诊疗有很好的作用。
- 6、 高营养的蛋白饮食。高营养的蛋白质是血红蛋白合成的原料，大家注意饮食补充。每日量优选为约80克。可选用瘦肉类、蛋、奶及豆制品等优良蛋白质食物。

以上是向阳护理院的小编为大家介绍的相关内容

养老院需要的硬件设备有哪些？

养老院需要的硬件设备有哪些？

硬件设施

- 1、 规模大小：查看养老院的规模大小，只有达到一定的规模标准，相关的配套设施和管理服务才能具备

，才能更好地为老人提供全方面周到的服务。最好选择100张床位以上的养老院。西宁市城北区和睦康养园占地面积56亩，内设556张床位。

2、规章制度：查看养老院各项制度的制定和执行，选择能体现“以人为本，老人至上”的服务理念的养老院。

3、居住房间：老人住所不追求豪华，但必须舒适、温馨、宽敞、明亮、安静、防滑、通风良好。一般可分为单人间、双人间、三人间、合居型床位等，老人可根据自身需求选择。但需要注意，房间使用面积是否达到国家标准。同时，房间里还应根据老人实际需要，配设有各类生活用品、用具，在床头及卫生间标配一键求救系统。最好装有电话或者网络设备，用于与子女、亲属和朋友联络感情。

和睦康养园内房间有单间、双人间、多人间等多种房型，每个房间配有电视、网络，独立卫生间，适老化家具，中心供氧系统和呼叫系统。

4、公共空间适老化：居室、洗手间、浴室、走廊、楼梯需符合无障碍设施规范要求，如防滑地面、家具圆角化处理、晚间步道照明灯、抑菌塑胶扶手等。公共活动区域配备一键求救系统。

5、公共配套设施：考察该养老院是否有供老人进行休闲、娱乐、健身活动的专用场地，是否有符合老人身心特征及需要的休闲娱乐健身活动用品、设施、设备，比如健身房、康复室、图书阅览室、电脑室、书画室等等。如周边自然环境优美则更好。

以上是向阳护理院的小编为大家介绍的相关内容

养老院如何在给老人生活中预防营养不良？

随着，养老院收费，现如今的人口老年化的增长。养老院的成了当今社会的热门词。下面向阳护理院的小编为大家分析一下如何在给老人生活中预防营养不良：

1、少量多餐细软，饭前少喝汤

老年人吃饭，不挑剔或偏食，这就是一种幸福。食物炒制或者烹饪的花样多一些，更重要的是，烹饪的基本要求要使得食物变得软糯。吃饭的方法也是少餐。因为不少老年人牙齿缺损，消化液分泌和胃肠蠕动减弱。

对于80岁以上的老年人以及虚弱且体重明显有下降的老年人，应特别注意增加饮食的数量与次数。比如上午10点、下午3点都可以加餐，食量小的老年人注意在餐前和餐时少喝汤水，少吃汤泡饭。

2、主动足量饮水，积极户外活动

老年人对体内缺水的耐受度降低，并且更容易有缺水的状况。因此，老人积极主动地喝水，对身体比较有帮助。每日饮水量应为1500至1700毫升，养老院多少钱，温水首要选择。户外活动能够更好的接受紫外线照射，有利于身体内维生素D合成和延缓骨质疏松的发展。注意每次运动量力而行，强度不要过大，运动持续时间不要过长，可以分多次运动。

3、延缓肌肉衰减，维持适宜体重

营养不良的严重后果是肌肉萎缩，延迟肌肉的衰弱对于保持老年人的活动能力和健康极为重要。一方面要增加优良蛋白的瘦肉、海鱼、豆类等食物。另一方面要进行有氧运动和适当的抗阻运动，马鞍山养老院，比如举小哑铃，使用拉力器等。

4、摄入充足的食物，估计陪伴进餐

老年人每天至少要吃12种食物，并且每顿饭都要吃好。

向阳护理院(图)-养老院电话-马鞍山养老院由马鞍山向阳护理院提供。马鞍山向阳护理院 (masxiangyang.tz1288.com) 为客户提供“养老院”等业务，公司拥有“养老院”等品牌，专注于其它等行业。欢迎来电垂询，联系人：戴院长。