

	Wojewódzki Szpital im. Zofii z Zamoyskich Tarnowskiej w Tarnobrzegu DIETA ŁATWOSTRAWNA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ
---	---

WSKAZANIE DIETY

Dieta płynna wzmocniona stosowana jest:

- w chorobach jamy ustnej i przełyku
- u chorych nieprzytomnych

- w innych stanach chorobowych według wskazań lekarza

Dieta ma na celu dostarczenie pacjentowi odpowiedniej ilości energii i składników pokarmowych oraz ochronę jamy ustnej i przewodu pokarmowego przed drażnieniem mechanicznym, chemicznym i termicznym pokarmów.

ZALECENIA OGÓLNE

- Charakterystyczną cechą diety jest jej konsystencja – płynna,
- Pożywienie musi być łatwo strawne, ubogie w błonnik pokarmowy, bez ostrych przypraw i używek, nie powodujące wzdęć, biegunkę, zaparcie.
- Posiłki spożywane są w sposób naturalny.
- Posiłki powinny mieć odpowiednią wartość energetyczną i odżywczą, aby nie doprowadzić do niedoborów pokarmowych.
- Wartość energetyczna diety powinna być ustalana indywidualnie dla każdego pacjenta, zależnie od masy ciała, wieku, płci, rodzaju schorzenia.
- Liczba posiłków zależy od zapotrzebowania energetycznego i objętości pożywienia.
- Rytm podawania posiłków i ich objętość ustala lekarz. Temperatura posiłków wynosi około 37°C.

SPOSÓB PRZYZRZĄDZANIA POTRAW

Wszystkie posiłki w diecie mają konsystencję płynną - pokarmy po ugotowaniu są przecierane lub miksowane.

Produkty, z których przyrządzamy posiłki:

- powinny być świeże
- pieczywo należy namoczyć i zmiksować
- kasze podawać w formie kleików
- sery zmiksować z mlekiem lub śmietanką
- jaja zagotować; zmiksować z mlekiem lub zupą
- żółtka dodawać do zup, kleików (podawać po zagotowaniu)
- mięso, ziemniaki, warzywa podawać zmiksowane w zupie
- warzywa i owoce podawać w formie soków, przecierów
- potrawy można wzbogacać mlekiem w proszku lub preparatami przemysłowymi

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS

Śniadanie: Kasza manna na mleku z masłem i jajkiem*

II śniadanie: serek homogenizowany, mus warzywno owocowy*

Obiad: Zupa jarzynowa z drobnym makaronem z mięsem i jarzynami, masłem*

Podwieczorek: Kleik na wywarze jarzynowym z szynką*

Kolacja: Zupa ziemniaczana z mięsem i jarzynami, masłem*

*po ugotowaniu przetarte lub zmiksowane

ALERGENY	
• zboża zawierające gluten • skorupiaki • jaja • ryby • orzeszki ziemne • soja i wyroby • mleko i wyroby	• owoce łupinowe • musztarda i wyroby • sezam i wyroby • seler i wyroby • łubin i wyroby • mięczaki i wyroby

PRODUKTY I POTRAWY ZALECANE I PRZECIWWSKAZANE
--

ZALECANE	PRZECIWWSKAZANE
Kasze w formie kleików, biszkopty, suchary, bułka pszenna, mleko, ser biały homogenizowany, żółtko jaj, jaja gotowane, chude mięso (cielęcina, wołowina, schab), kurczak, indyk bez skóry, chude ryby: dorsz, leszcz, morszczuk, mintaj, sandacz, chuda szynka, polędwica, masło, słodka śmietanka, olej rzepakowy, sojowy, słonecznikowy, oliwa z oliwek, ziemniaki, warzywa i owoce przetarte i zmiksowane, soki owocowo-warzywne przeciery z pomidorów, przeciery z owoców, cukier, miód, kompoty przecierane, płynne kisiele, łagodne przyprawy (sok z cytryny, cukier, koperek, wanilia, cynamon)	Świeże pieczywo żytnie, razowe. Makarony, kasze grube nie tarte, przekwaszone mleko, sery żółte i topione, jajka na surowo, tłuste mięsa, tłuste ryby, kwaśna śmietana, smalec, słonina, warzywa kapustne i cebulowe, papryka, ogórki, nasiona strączkowe, wszystkie warzywa surowe, gruszki, śliwki, czereśnie, agrest, owoce całe surowe, owoce suszone, orzechy, chałwa, czekolada, kakao, ostre przyprawy, alkohol.