



Ośrodek Kardiologii Inwazyjnej IKARDIA

ZALECENIA DIETETYCZNE – DIETA PŁYNNNA WZMOCNIONA

Zastosowanie diety:

Dieta płynna wzmocniona stosowana jest :

- w chorobach jamy ustnej i przełyku,
- u chorych nieprzytomnych,
- w innych stanach chorobowych według wskazań lekarza

Celem diety jest dostarczenie pacjentowi odpowiedniej ilości energii i składników pokarmowych oraz ochronę jamy ustnej i przewodu pokarmowego przed drażnieniem mechanicznym, chemicznym i termicznym pokarmów.

Charakterystyka diety

Główną cechą diety jest konsystencja. Pożywienie musi być łatwo strawne, ubogie w błonnik pokarmowy, bez ostrych przypraw i używek, nie powodujące wzdęć, zaparć lub biegunek.

Posiłki spożywane są w sposób naturalny, gdy żywienie doustne jest niemożliwe, pożywienie podawane jest przez sondę.

Aby nie doprowadzić do niedoborów pokarmowych posiłki powinny mieć odpowiednią wartość energetyczną i odżywczą.

Wartość energetyczna diety powinna być ustalana indywidualnie dla każdego pacjenta, zależnie od masy ciała, wieku, płci i rodzaju schorzenia. Waha się w granicach 1600 – 2400 kcal i więcej.

Jeden mililitr pożywienia powinien zawierać około 1 kcal. Większe stężenia pokarmu mogą powodować biegunkę lub uniemożliwić podawanie przez sondę.

Liczba posiłków (podawanych przez zgłębnik założony przez nos do żołądka) zależy od zapotrzebowania energetycznego i objętości pożywienia. Objętość 1 posiłku nie powinna

przekraczać 500 ml. Godziny podawania i ich objętość ustala lekarz. Temperatura posiłków wynosi około 37° C.

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

Produkty służące do sporządzania posiłków:

- powinny być świeże,
- pieczywo namoczone i zmiksowane,
- kasze podane w formie kleików,
- sery zmiksowane z mlekiem lub śmietanką,
- jaja zagotowane; zmiksowane z mlekiem lub zupą,
- mięso, warzywa, ziemniaki zmiksowane w zupie,
- warzywa i owoce podane w formie soków lub przecierów,
- zaleca się wzbogacać potrawy mlekiem w proszku lub preparatami przemysłowymi;

Produkty zalecane w diecie płynnej wzmocnionej:

- kasze w formie kleików,
- mąka, biszkopty, suchary, bułka pszenna,
- mleko, ser biały homogenizowany,
- jaja gotowane,
- chude mięso (cielęcina, wołowina, schab, kurczak i indyk bez skóry),
- chude ryby (dorsz, leszcz, sola, szczupak, sandacz, morszczuk, mintaj w ograniczonej ilości makrela i łosoś),
- chuda szynka, polędwica,
- masło, śmietanka słodka,
- oliwa z oliwek, olej lniany
- ziemniaki, warzywa i owoce gotowane, przetarte lub zmiksowane, soki owocowo warzywne, przeciery z pomidorów, przeciery z owoców, cukier , miód, kompoty przetarte, płynne kisiele domowe, łagodne przyprawy (sok z cytryny, koperek, wanilia, cynamon.)

Wszystkie posiłki należy zmiksować i rozcieńczyć w celu nadania im płynnej konsystencji.

Produkty przeciwwskazane w diecie płynnej:

- świeże pieczywo, żytnie, razowe, z różnymi dodatkami,
- makarony, grube kasze nieprzetarte,
- przekwaszone mleko, sery żółte, sery topione,
- jaja na surowo,
- tłuste gatunki wędlin i mięs (baranina, wieprzowina, kaczki, gęsi),
- tłuste ryby (np. węgorz, sum),
- kwaśna śmietana, smalec, słonina,
- warzywa kapustne, suche nasiona roślin strączkowych, cebula, por, papryka i ogórki, rzepa, brukiew, wszystkie warzywa surowe,
- owoce: śliwki, gruszki, czereśnie, agrest, owoce surowe, suszone,
- orzechy, kakao, chałwa, czekolada,
- ostre przyprawy i alkohol

Opracowała: mgr Patrycja Łukanty

źródło: H. Ciborowska, A. Rudnicka „Dietetyka Żywność zdrowego i chorego człowieka”