



Bonifraterskie
Centrum Medyczne

Szpital Zakonu Bonifratrów pw. Aniołów Stróżów w Katowicach

DIETA PŁYNNA



Zastosowanie i cel diety:

- wymioty, biegunka, brak łaknienia,
- u chorych nieprzytomnych,
- w chorobach jamy ustnej i przełyku,
- w nowotworach przełyku i wpustu żołądka,
- w urazach twarzy i szczęki.

Celem diety jest ochrona przewodu pokarmowego przed podrażnieniem mechanicznym, chemicznym i termicznym. Temperatura przyjmowanych posiłków powinna być zbliżona do temperatury ciała. Charakterystyczną cechą diety jest jej konsystencja – pokarmy po ugotowaniu są przecierane lub miksowane i podawane w formie płynów. Pożywienie musi być łatwo strawne, ubogie w błonnik pokarmowy, bez ostrych przypraw i używek.

Posiłki powinny mieć odpowiednią wartość odżywczą i energetyczną, aby nie doprowadzić do niedoborów pokarmowych.

Wartość energetyczna diety powinna być ustalana indywidualnie dla każdego pacjenta, zależnie od masy ciała, wieku, płci, rodzaju schorzenia. Waha się w granicach 1600 - 2000 kcal i więcej. Białko zawarte w diecie dostarcza 16-20 % energii, a czasami do 24%. Tłuszcz pokrywa zapotrzebowanie energetyczne w 30-35%, a węglowodany dostarczają 44-54% kalorii.

Liczba posiłków zależy od zapotrzebowania energetycznego i objętości pożywienia. Rytm podawania posiłków i ich objętość ustala lekarz.

Do przygotowania diety płynnej mają zastosowanie produkty:

kasze w formie kleików, mąka, biszkopty, suchary, bułka pszenna, mleko, ser biały homogenizowany, jaja gotowane, żółtka jaja, chude mięsa (cielęcina, wołowina, schab, kurczak i indyk bez skóry), chude ryby (dorsz, leszcz, sola, płastuga, szczupak, sandacz, morszczuk, mintaj, okoń, w ograniczonej ilości ryby tłuste morskie: makrela, łosoś), masło, słodka śmietanka, ziemniaki, warzywa i owoce gotowane, przetarte lub zmiksowane, soki owocowo-warzywne, przeciery z pomidorów, przeciery z owoców, cukier, kompoty przetarte, płynne kisiele, łagodne przyprawy (sok z cytryny, cukier, sól, jarzynka, koperek, wanilia, cynamon).

Potrawy można wzbogacać mlekiem w proszku lub preparatami przemysłowymi: Protifar, Ensure Plus.

Uwagi technologiczne:

Wszystkie posiłki przygotowane z wymienionych produktów należy miksować i rozcieńczyć, aby nadać im konsystencję płynną:

- powinny być zawsze 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: Protifar, Ensure Plus.

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, przecierane, kompoty przecierane	Pieczywo świeże, żytnie,razowe z różnymi dodatkami, makarony, kasze grube nieprzetarte, przekwaszone mleko, sery żółte, sery topione, jaja na surowo, tłuste gatunki mięs, tłuste ryby (węgorz, sum), kwaśna śmietana, smalec, słonina, warzywa kapustne, warzywa cebulowe, papryka, ogórki, suche nasiona roślin strączkowych, brukiew, rzepa, wszystkie warzywa surowe, gruszki, śliwki, czereśnie, agrest, owoce całe surowe, owoce suszone, orzechy, chałwa, czekolada, kakao, ostre przyprawy

Przykładowy jadłospis

Śniadanie: szklanka kaszy kukurydzianej na mleku 2%, z 1 łyżeczką masła i 2 łyżeczkami mleka w proszku oraz 1 łyżeczką cukru, szklanka słabej herbaty.

II Śniadanie: szklanka pitnego kisielu z 5 rozmoczonymi biszkoptami, szklanka soku owocowego.

Obiad: krupnik z kaszy jęczmiennej zmiksowany z plastrem cielęciny, z dodatkiem oleju słonecznikowego, szklanka soku warzywnego łagodnego.

Podwieczorek: płynny budyń zmiksowany z mlekiem w proszku z 1 łyżką syropu malinowego.

Kolacja: ryba (mintaj) gotowana w warzywach, zmiksowana z warzywami i dodatkiem masła.