



DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ

ZASTOSOWANIE I CEL DIETY

Dieta płynna wzmocniona stosowana jest :

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

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

Główną cechą diety jest konsystencja. Pożywienie musi być łatwostrawne, ubogie w błonnik pokarmowy, bez ostrych przypraw, nie powodujące wzdęć, zapać, biegunek. Posiłki spożywane są w sposób naturalny, gdy żywienie doustne jest niemożliwe, posiłki podawane są przez sondę.

Zapotrzebowanie kaloryczne w granicach 1600 - 2400 kcal - ustalane jest indywidualne dla każdego pacjenta w zależności od: masy ciała, płci, wieku, rodzaju schorzenia. Liczba posiłków zależy od zapotrzebowania energetycznego i objętości pożywienia. Objętość jednego posiłku nie powinna przekraczać 500ml, temperatura posiłków około 37°C. Potrawy są gotowane, a następnie miksowane, aby uzyskać konsystencję płynną.

Produkty zalecane i przeciwwskazane w diecie płynnej:

NAZWA PRODUKTU	PRODUKTY ZALECANE	PRODUKTY PRZECIWWSKAZANE
PRODUKTY ZBOŻOWE	kasze w formie kleików, mąka, biszkopty, suchary, bułka pszenna	pieczywo świeże, żytnie, razowe, makarony, grube kasze, nieprzetarte
MLEKO, PRODUKTY MLECZNE, JAJA	mleko, ser biały homogenizowany, jaja gotowane, żółtka jaj	przekwaszone mleko, jaja na surowo
MIĘSO, RYBY	chude mięso (cielęcina, wołowina, kurczak, indyk bez skóry, schab); chude ryby (dorsz, sola, szczupak, sandacz, morszczuk, mintaj), w ograniczonej ilości makrela, łosoś	tłuste gatunki mięsa (baranina, wieprzowina, kaczki, gęsi); tłuste ryby (węgorz, sum)
TŁUSZCZE	masło, śmietanka słodka, olej sojowy/rzepakowy, bezerukowy, oliwa z oliwek	kwaśna śmietana, smalec, słonina
WARZYWA I OWOCE	ziemniaki, warzywa (gotowane, zmiksowane), owoce (gotowane, zmiksowane), przeciery z owoców, przeciery z pomidorów	warzywa kapustne, strączkowe, cebula, por, papryka, rzepa, brukiew, owoce (wszystkie pestkowe, suszone), orzechy
CUKIER I SŁODYCZE	cukier, miód, kompoty przetarte, płynne kisiele	chałwa, czekolada, kakao
PRZYPRAWY	łagodne - sok z cytryny, sól, koperek, wanilia, cynamon	ostre: pieprz, papryka



DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ

Przykładowy jadłospis dla diety płynnej z produktów naturalnych:

Posiłek I

mleko 2% 300ml
ryż 40g
cukier 20g
mleko w proszku 30g
masło 10g
jajko na miękko
(zmiksowane)

Posiłek II

sok pomidorowy 250g (wyciśnięty ze świeżych pomidorów przez sokowirówkę)

Posiłek III

wywar mięsno - jarzynowy
filet z kurczaka 80g
marchew 30g
pietruszka 15g
ziemniaki 50g
oliwa z oliwek 10g
(zmiksowane)

Posiłek IV

budyń płynny z masłem (mleko 250 ml, budyń 15g, masło 10g)

Posiłek V

Filet z dorsza 80g gotowany na wywarze jarzynowym
kasza manna 40g
jarzyny gotowane
masło 10g
(zmiksowane)

Dieta płynna wzmocniona wykorzystywana jest także do żywienia pacjentów przez zgłębnik lub przetokę, aby zwiększyć kaloryczność tej diety do produktów spożywczych naturalnych dodaje się gotowe diety przemysłowe i dostępne na rynku preparaty białkowe.

Opracowała: Barbara Domżańska, dietetyczka

MATERIAŁ ŹRÓDŁOWY:

Dietetyka żywienie zdrowego i chorego człowieka H. Ciborowska, A. Rudnicka

Dokument po wypełnieniu podlega ochronie zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych
WSZ w Elblągu/1049/M/Zmiana 0/13.11.17