



**Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej  
w Krasnymstawie**

Załącznik nr 2  
(P – 7.5 – 1/OD  
z dnia 01.01.2011r.)

**Diety doustne stosowane w szpitalu w Krasnymstawie**

Dieta ma na celu dostarczenie niezbędnych składników pokarmowych z jednoczesnym dostosowaniem ich podaży do możliwości trawienia, wchłaniania i metabolizowania przez chorego. Posiłki powinny być spożywane we właściwych proporcjach i z odpowiednią częstotliwością tak aby warunkowały prawidłowe funkcjonowanie organizmu i pozwoliły utrzymać należytą wagę ciała.

● **I Dieta podstawowa**

Stosowana jest u osób które nie wymagają żywienia dojelitowego. Powinna pokrywać zapotrzebowanie pacjenta na energię oraz wszystkie niezbędne składniki odżywcze. Dozwolone są w tej diecie wszystkie produkty i potrawy oraz wszystkie techniki sporządzania posiłków. U osób leżących w szpitalach mających małą aktywność fizyczną wskazane jest ograniczenie w diecie pokarmów ciężkostrawnych i wzdymających. Za podstawę diety przyjęto normy dla kobiet-1860kcal i mężczyzn –2360kcal.

● **Dieta lekkostrawna**

Wskazana jest w stanach zapalnych błony śluzowej żołądka i jelit, w nowotworach przewodu pokarmowego, w zespole jelita nadwrażliwego, w chorobach infekcyjnych z gorączką, w chorobach płuc, opłucnej o przebiegu ostrym, w przewlekłych chorobach układu oddechowego, w okresie rekonwalescencji po zabiegach chirurgicznych, u osób w wieku podeszłym i u chorych długo leżących.

Jest modyfikacją żywienia racjonalnego ludzi zdrowych. Powinna pokrywać zapotrzebowanie energetyczne i dostarczyć takiej ilości składników jak dieta podstawowa. Różnica między dietą podstawową polega tylko na doborze produktów łatwo strawnych i technik sporządzania posiłków. Ogranicza się w niej produkty i potrawy tłuste, smażone, pieczone, wzdymające, ostro przyprawione.

W zależności od masy ciała pacjenta oraz choroby dieta może ulec modyfikacji pod względem energetycznym, składników pokarmowych lub produktów spożywczych.

● **Dieta bezsolna (niskosolna)**

Stosowana jest w niewydolności krążenia, nadciśnieniu tętniczym, ostrym zapaleniu kłębków nerkowych, ostrej niewydolności nerek, zespole nerczycowym, kamicy nerkowej.

W zależności od rodzaju schorzenia redukcja soli w diecie może być różna. Zalecane normy energii i składników odżywczych są różne w zależności od jednostki chorobowej. Należy unikać potraw smażonych i tłustych. Potrawy należy przygotowywać gotując w wodzie, na parze, duszone, czy pieczone w folii.

- **Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego**

Dietę powyższą stosuje się w chorobie wrzodowej żołądka i dwunastnicy, przewlekłym nieżycie żołądka, refluksie żołądkowo-przełykowym, w dyspepsjach czynnościowych żołądka. Z diety należy wykluczyć mocne rosoly, buliony, esencjonalne wywary warzywne, grzybowe, kwaśne napoje, wody gazowane, mocną herbatę, kawę naturalną, produkty marynowane, słone oraz potrawy smażone, potrawy pikantne i ostre przyprawy.

- **Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu**

Wskazana jest w przewlekłym zapaleniu i kamicy pęcherzyka żółciowego czy dróg żółciowych, w chorobach wątroby (zapalenie, marskość), w przewlekłym zapaleniu trzustki, wrzodziejącym zapaleniu jelita grubego w okresie zaostrzenia.

W diecie ogranicza się zawartość tłuszczów pochodzenia roślinnego i zwierzęcego, z powodu na upośledzone jego trawienie i wchłanianie. Całkowicie wyklucza się smalec, słoninę, boczek, produkty ciężko strawne, wzdymające oraz ostro przyprawione. Należy także ograniczyć ilość błonnika. W przypadku chorych z wrzodziejącym zapaleniem jelita grubego należy także wyeliminować z pożywienia diety ( twaróg i jogurty w zależności od tolerancji chorego).

- **Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**

Ma zastosowanie w cukrzycy i u chorych z upośledzoną tolerancją glukozy.

Należy ograniczyć lub wykluczyć z żywienia glukozę, fruktozę, sacharozę a zwiększyć podawanie węglowodanów złożonych. Przy ustalaniu diety należy brać pod uwagę wiek, płeć, masę ciała, aktywność fizyczną i typ cukrzycy.

- **Dieta lekkostrawna niskobiałkowa**

Stosowana jest w chorobach nerek i wątroby przebiegających z ich niewydolnością. W niewydolności nerek w diecie kalorie niebiałkowe pokrywają produkty węglowodanowe i tłuszczowe, natomiast w niewydolności wątroby głównym źródłem energii są węglowodany. Podczas stosowania tej diety wskazana jest kontrola płynów i elektrolitów. Diety niskobiałkowe wymagają wzbogacenia w witaminy rozpuszczalne w wodzie, preparaty żelaza i aktywną formę witaminy D3.

- **Dieta lekkostrawna bogatobiałkowa**

Stosowana jest u osób wyniszczonych, w chorobach nowotworowych, rozległych oparzeniach czy zranieniach, u rekonwalescentów, w chorobach przebiegających z gorączką. Ma na celu dostarczenie odpowiedniej ilości białka do budowy i odbudowy tkanek ustrojowych, białek osocza, enzymów, hormonów. Aby białko mogło spełniać swoje zadanie dieta musi mieć należną wartość energii.

- **Dieta bogatoresztkowa**

Ma zastosowanie w zaparciach nawykowych, w zaburzeniach czynności jelit. Celem tej diety jest pobudzenie motoryki jelit, uregulowanie ich czynności. Istotną rolę w tej diecie odgrywa frakcja nierozpuszczalna błonnika (celuloza, hemiceluloza, lignina)

Głównym jej źródłem są otręby, suszone owoce, jogurty, kefir, miód, kwaśne mleko.

W dyspepsjach czynnościowych z zaparciami należy ograniczyć węglowodany wywołujące procesy fermentacyjne w jelitach.

### ● **Dieta ubogoresztkowa**

Stosowana jest w ostrym i przewlekłym zapaleniu wątroby, w ostrym i przewlekłym zapaleniu trzustki, w przewlekłym zapaleniu pęcherzyka żółciowego i dróg żółciowych, w kamicy żółciowej, we wrzodziejącym zapaleniu jelita grubego.

Jest to modyfikacja diety łatwo strawnej do której zalicza się

1. -dietę nisko tłuszczową z ograniczeniem włókna pokarmowego
2. -dietę oszczędzającą z ograniczeniem włókna pokarmowego i substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego.

### ● **Dieta ubogoenergetyczna**

Ma zastosowanie podczas redukcji masy ciała u osób z nadwagą i otyłością. Celem tej diety jest redukcja masy ciała przez stopniowe ograniczanie energii, ograniczenie uczucia głodu przy zapewnieniu prawidłowego funkcjonowania organizmu.

### ● **Dieta bezglutenowa**

Ma zastosowanie w celiakii. Z diety należy wykluczyć pokarmy zawierające gluten. Produkty pochodzące z pszenicy, żyta, owsa, jęczmienia należy zastąpić produktami z ryżu, kukurydzy, prosa oraz skrobią pszenną. W okresie zaostrzenia choroby należy także wyeliminować z diety mleko i jego przetwory.

### ● **Dieta bez mleczna (w nietolerancji mleka)**

Stosowana jest u osób posiadających niedobór enzymu laktazy. Z diety wyłącza się mleko i jego przetwory oraz potrawy do przyrządzania których używa się mleka.

### ● **Dieta papkowata**

Ma zastosowanie w:

- chorobach jamy ustnej i przełyku (zapalenia, nowotwór, zwężenie przełyku, żylaki przełyku)
- w przypadku utrudnionego połykania i gryzienia
- w niektórych chorobach przebiegających z gorączką
- po niektórych zabiegach chirurgicznych

Dieta ta jest zbliżona do diety lekkostrawnej. Różnica polega na konsystencji potraw, które są w formie papkowatej.

### ● **Dieta płynna**

Stosowana jest u chorych u których występują nudności, wymioty, biegunka oraz w innych chorobach według wskazań lekarza.

Dieta ta dostarcza pacjentowi odpowiedniej ilości płynów, natomiast nie dostarcza energii i składników pokarmowych. Dieta ta nie może być długo stosowana (1-2dni).W 2-3 dobie po diecie płynnej stosuje się suchary, kleiki i stopniowo rozszerza się do diety łatwo strawnej.

- **Dieta płynna wzmocniona**

Stosowana jest w chorobach jamy ustnej i przełyku, u chorych nieprzytomnych, ewentualnie u innych przypadkach według wskazań lekarza.

Ma na celu dostarczenie odpowiedniej ilości energii i składników pokarmowych oraz ochronę przewodu pokarmowego przed drażnieniem mechanicznym, chemicznym i termicznym pokarmów. Wszystkie posiłki mają konsystencję płynną-pokarmy są miksowane lub przecierane po ugotowaniu.

- **Dieta do żywienia przez przetokę lub zgłębnik**

Stosowana jest u chorych nieprzytomnych, u chorych z zaburzeniami połykania na tle neurologicznym, w niektórych chorobach jamy ustnej, w urazach twarzo - czaszki, po oparzeniach jamy ustnej, przełyku i żołądka, w nowotworach przełyku i żołądka, w niedrożności górnej części przewodu pokarmowego.

Ma dostarczyć choremu odpowiedniej energii i wszystkich niezbędnych składników odżywczych. Musi mieć taką konsystencję, aby nie wystąpiły trudności w jej podawaniu- powinna swobodnie przechodzić przez zgłębnik, powinna być dobrze tolerowana, nie dawać wzdęć, bólów brzucha, nudności, biegunki lub zaparć. Można w tym celu wykorzystać dietę płynną wzmocnioną.

- **Dieta ścisła( głodówka)**

Stosowana jest w ostrych stanach zapalnych wątroby, trzustki i kłębków nerkowych, u leczonych chirurgicznie oraz w krwotokach z przewodu pokarmowego.

Diętę stosuje się przez 1-2 dni w zależności od jednostki chorobowej. U pacjentów chirurgicznych do 4 dni. Następnie stopniowo wprowadza się płyny obojętne, następnie dietę kleikową.

- **Dieta kleikowa**

Stosowana jest w ostrych schorzeniach przewodu pokarmowego, wątroby, trzustki, pęcherzyka żółciowego, nerek, w stanach pooperacyjnych, w chorobach zakaźnych. Celem tej diety jest oszczędzanie narządu zmienionego chorobowo. Powinna być stosowana

1-3 dni. Podstawowym składnikiem są kleiki z ryżu, kaszy, płatków, suchary i czerstwa bułka.

- **Dieta w przebiegu dny**

Celem tej diety jest zmniejszenie stężenia kwasu moczowego we krwi. Należy z diety wykluczyć wyciągi z kości i mięsa, podroby, dziczyznę, baraninę, sardynki, śledzie, szproty, kawę naturalną, kakao, mocną herbatę, czekoladę, groch, soczewicę, fasolę, szpinak. Nie zaleca się także wędlin, konserw, ostrych przypraw, alkoholu, rabarbaru.