

DIETA BEZRESZTKOWA

Zastosowanie:

- cel diagnostyczny – jako przygotowanie do badań, uzyskanie całkowitego opróżnienia z mas kałowych i oczyszczenia światła jelita grubego i cienkiego;
- dieta z wyboru – przy schorzeniach jelit, w których wskazane jest zmniejszenie ilości mas kałowych, unikanie substancji drażniących błonę śluzową (głównie błonnika), ograniczenie ilości wypróżnień;
- czas stosowania – od kilku dni do kilku tygodni (według wskazań lekarza).

Produkty i potrawy dozwolone:

| | |
|-------------------|---|
| Kisiele: | z paczki (półprodukt przemysłowy), naturalny przezroczysty (100% sok owocowy rozcieńczony wodą zagotować, pod koniec dodać mąkę ziemniaczaną rozrobioną w odrobinie wody i zagotować – najlepiej bez cukru) |
| Galaretki: | z paczki (półprodukt przemysłowy), naturalny (klarowny sok owocowy rozcieńczony wodą zagotować, następnie rozmieszać żelatynę) |

Za zgodą lekarza rozszerzamy dietę do:

- wywarów warzywnych, mięsnych, przecedzonych przez bardzo gęste sito;
- całe jajka (w diecie beztłuszczowej bez żółtek);
- gotowane chude ryby, chude mięsa.

Do picia:

wszystkie płyny obojętne (słaba herbata, słaba kawa, rozcieńczone, przezroczyste soki w ramach indywidualnej tolerancji – można niewiele słodzić miodem).

Źródło: *Dietetyka*, red. prof. hab. n. med. J. Hasik, prof. hab. n. med. Lech Hryniewiecki
Opracowała: Ewa Wolny - dietetyk

ODDZIAŁ
Oddział Chorób Wewnętrznych
dr n. med. Józef Andrzejewski
specjalista chorób wewnętrznych