

DIETA O ZMODYFIKOWANEJ KONSYSTENCJI

Najczęściej stosowanymi dietami o zmienionej konsystencji są:

DIETA PÓLPLYNNA

DIETA PLYNNA

DIETA PÓLPLYNNA

Zastosowanie:

- schorzenia jamy ustnej;
zwężenie przełyku;
- niemożność przyjmowania posiłków o stałej konsystencji;
- inne wskazania lekarskie.

Zasady diety:

- podawanie potraw w postaci rozdrobnionej (papkowatej);
- wartość energetyczna i zawartość składników odżywczych tak jak w diecie łatwostrawnej;
- wykluczenie z diety produktów wzdymających i drażniących przewód pokarmowy;
- potrawy podawane są w formie nie wymagającej gryzienia;
- ustalając skład posiłków indywidualizujemy je uwzględniając jednostkę chorobową;
- dieta stanowi modyfikację diety łatwostrawnej, polegającej na tym, że produkty są dobrze rozdrobnione;
- chory najczęściej karmiony jest łyżeczką, a pojony pojnikiem lub strzykawką.

Produkty i potrawy zalecane:

- serki homogenizowane, jogurty wzbogacane biszkoptami, sucharkami, płatkami;
- pieczywo podajemy rozmoczone w mleku, herbacie, kawie zbożowej, ewentualnie rosole;
- sucharki również w formie rozmoczonej;
- kasze, makarony dobrze rozgotowane łączone z przetartym mięsem i warzywami oraz łagodnym sosem;
- lekkie rosoly łączone z przetartymi ziemniakami, mielonym mięsem oraz warzywami;
- mięso, drób, ryby dobrze ugotowane, zmielone;
- wędliny mielone i przygotowane w formie pasty;
- warzywa gotowane i dobrze rozdrobnione;
- budynie, kisiele, desery owocowe;
- owoce w formie gotowanej, np. gotowane jabłka, musy owocowe, owoce surowe rozdrobnione, np. banany, brzoskwinie, truskawki;
- soki owocowe najczęściej rozcieńczone wodą mineralną niegazowaną.

DIETA PLYNNA

Zastosowanie: nietolerancja pożywienia (nudności, wymioty, biegunka, brak łaknienia), inne przypadki wg wskazań lekarza.

Zadania diety: głównym zadaniem diety płynnej jest złagodzenie pragnienia i dostarczenie niezbędnej ilości płynu.

Najprostszym przykładem diety płynnej są tzw. płyny obojętne jak woda przegotowana, napar z rumianku lub innego zioła (wg wskazań lekarza), słaba herbata bez cukru, niegazowana woda mineralna. Może być także zalecony odtłuszczony rosół, bardzo rozcieńczony kleik (przecedzony), klarowny sok owocowy. Po dwóch dniach, o ile obserwuje się poprawę stanu zdrowia chorego, można na zlecenie lekarza stopniowo rozszerzyć dietę.

Dieta płynna do żywienia przez:

- sondę żołądkową (zgiębnik);
- sondę dojelitową (mikrojejunostomia).

- Zastosowanie diety:**
- w niektórych schorzeniach jamy ustnej i urazach twarzoczaszki;
 - w stanach po oparzeniach przełyku i żołądka;
 - w nowotworach przełyku i wpustu żołądka;
 - u chorych nieprzytomnych;
 - w innych stanach chorobowych (wg wskazań lekarza).

Pożywienie podawane przez sondę musi mieć odpowiednią wartość energetyczną (wg wskazań lekarza) i zawierać potrzebne składniki odżywcze.

Dieta musi być:

- dobrze tolerowana przez chorego, aby nie wywoływała wymiotów
- łatwo strawna, nie powodująca wzdęć, biegunki, zaparcia
- o odpowiedniej konsystencji, aby łatwo przechodziła przez sondę.

Najczęściej podawane są trzy rodzaje pożywienia do podawania przez sondę:

- podstawą diety jest mleko z niewielkim dodatkiem innych produktów
- pożywienie jest mieszane i poddane dokładnemu rozdrobnieniu przez zmiksowanie
- gotowe preparaty.

Zadania diety:

- dostarczenie organizmowi odpowiedniej ilości płynów oraz wystarczającej ilości energii i składników odżywczych;
- ochrona przewodu pokarmowego przed podrażnieniem mechanicznym, chemicznym i termicznym (temperatura przyjmowanych posiłków 20-25°C lub zbliżona do temperatury ciała)
- dieta jest uboga w błonnik, a ten który znajduje się w diecie jest zmiękczone przez gotowanie, roztarcie i miksowanie;
- zabrania się stosowania ostrych przypraw.

Przygotowanie diety płynnej:

- produkty stosowane w diecie powinny być świeże i najwyższej jakości, łatwo strawne;
- produkty są gotowane, a następnie rozcierane i miksowane, mają konsystencję płynną;
- sposób dawkowania diety płynnej zależy od stanu zdrowia chorego i od tolerancji podawanego przez sondę pożywienia. Rytm podawania posiłków i ich objętość ustala lekarz.

Produkty i potrawy dozwolone:

- kisiele, budynki, serki homogenizowane, kefiry, jogurty naturalne, owocowe, mleko (może być wzbogacone jajkiem i masłem);
- chude mięsa gotowane, rozdrabniane, miksowane, łączone z lekkim rosółem; jeśli rosół jest zabroniony mięso dodajemy do wywaru z warzyw, przetartej zupy ziemniaczanej lub kleiku;
- ziemniaki podaje się również w formie zmiksowanej łączone z przetartymi warzywami, rosółem, można dodać jajko;
- gotowane budynie z mięsa, warzyw, ryżu, makaronu, grysiku;
- przecierane kompoty (z niekwaśnych owoców);
- soki owocowe rozcieńczane wodą mineralną niegazowaną;
- gotowe produkty „Gerbera”, tj. zupy, musy owocowe;
- odżywki, tj. PORTAGEN, NUTRI-DRINK, NUTRISON, PROTIFAR.

ORDYNATOR
Oddziału Chorób Wewnętrznych
dr n. med. Józef Anzrejowski
specjalista chorób wewnętrznych
6897153

Źródło: Podstawy naukowe żywienia w szpitalach, red. prof. dr hab. n. med. Jan Dzieńszewski, dr n. med. Lucjan Szponar
Opracowała: Ewa Wolny - dietetyk