

Diéta č. 2 -šetriaca

Edukačný list pre pacientov

Úvod:

Podáva sa pri vredovej chorobe žalúdka, dvanástnika, hypersekrécia žalúdočnej šťavy, pri ochoreniach pečene v období rekonvalescencie, po operáciách v brušnej dutine.

Vylučujeme vyprážanie, potraviny sa upravujú domäkka.



Správna diéta je základom vášho uzdravenia

Výber vhodných potravín a pokrmov:

Polievky – obilninové, zeleninové, vývary, mliečne, mäsové

Mäsá – hovädzie, teľacie, chudé bravčové, , kurča, morčacie, ryby

Polomäsité – mäsovo-zeleninové rizoto, mäsovo-zeleninové karbonátky, zapekané cestoviny

Prílohy - zemiaky, zemiaková kaša, ryža, cestoviny z bielej múky, suchárové knedle

Mäsové výrobky – šunka neúdená bez pikantných korenín, mäsová nátierka, šunková pena

Mlieko a mliečne výrobky – mlieko (plnotučné, acidofilné, zakysanka, jogurtové mlieko), tvaroh, jogurt (biele, ochutené), kravská hrudka, eidam, cottage, mozzarella

Zelenina – koreňová, hlávkový šalát, ľadový šalát, špenát, tekvica, cuketa

Ovocie – jablká, marhule bez šupy, broskyne bez šupy, banán

Pekárenské výrobky – staršie biele: pečivo, chlieb, sendvič, bageta

Nápoje – všetky druhy čajov, bylinkové čaje, kakao, biela káva, obilninová káva

Neodporúčané potraviny a pokrmý :

- všetky mäsa s vysokým obsahom tuku (údeniny, konzervy, klobásy)
- plesňové syry, bryndza, kefír
- tuky: slanina, bravčová masť, oškvarky, stužené tuky
- zelenina: nakladaná v náleve, kapusta, kel, paprika, uhorky, paradajky, cibuľa, cesnak
- múčniky (lístkové cesto, čerstvé kysnuté cesto, vyprážané, plnené makom
- čierny a grahamový chlieb a pečivo
- dráždivé a pikantné koreniny
- čierna káva, alkohol, sýtené nápoje, energetické nápoje

Nemocnica Snina s.r.o., Sládkovičova 300/3, 069 01 Snina