



## **DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI - DIETA PŁYNNA/PŁYNNA WZMOCNIONA**

### **Zastosowanie i cel diety**

Dieta płynna wzmocniona stosowana jest :

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

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

### **Charakterystyka diety**

Główną cechą diety jest konsystencja. Pożywienie musi być łatwo strawne, ubogie w błonnik pokarmowy, bez ostrych przypraw i używek, nie powodujące wzdęć, zaparć lub biegunek. Posiłki spożywane są w sposób naturalny, gdy żywienie doustne jest niemożliwe, pożywienie podawane jest przez sondę.

Aby nie doprowadzić do niedoborów pokarmowych posiłki powinny mieć odpowiednią wartość energetyczną i odżywczą.

Wartość energetyczna waha się w granicach 1600 – 2400 kcal nieraz więcej.

Jeden mililitr pożywienia powinien zawierać około 1 kcal. Większe stężenia pokarmu mogą powodować biegunkę lub uniemożliwić podawanie przez sondę.

Liczba posiłków ( podawanych przez zgłębnik założony przez nos do żołądka ) zależy od zapotrzebowania energetycznego i objętości pożywienia. Objętość 1 posiłku nie powinna przekraczać 500 ml. Godziny podawania i ich objętość ustala lekarz.

Temperatura posiłków wynosi około 37° C.

### **Uwagi technologiczne**

Pokarmy są gotowane i miksowane, mają konsystencję płynną.

Produkty służące do sporządzania posiłków:

- powinny być świeże,
- pieczywo namoczone i zmiksowane,
- kasze podane w formie kleików,
- sery zmiksowane z mlekiem lub śmietanką,
- jaja zagotowane zmiksowane z mlekiem lub zupą,
- mięso, warzywa, ziemniaki miksowane w zupie,
- warzywa i owoce podane w formie soków lub przecierów,
- zaleca się wzbogacać potrawy mlekiem w proszku lub preparatami przemysłowymi.

### **Produkty zalecane w diecie płynnej wzmocnionej**

Do przygotowania diety mają zastosowanie kasze w formie kleików, mąka, biszkopty, suchary, bułka pszenna, mleko. Ser biały homogenizowany, jaja gotowane, żółtka jaja, chude mięso ( cielęcina, wołowina, schab, kureczak i indyk bez skóry), chude ryby ( dorsz, leszcz, sola, płastuga, szczupak, sandacz, morszczuk, mintaj w ograniczonej ilości makrela i łosoś), chuda szynka, polędwica, masło, śmietanka słodka, olej rzepakowy bezerukowy, sojowy, słonecznikowy, oliwa z oliwek, ziemniaki, warzywa i owoce gotowane, przetarte lub zmiksowane, soki owocowo warzywne, przeciery z pomidorów, przeciery z owoców, cukier , miód, kompoty przetarte, płynne kisiele, łagodne przyprawy ( sok z cytryny, cukier, sól jarzynka, koperek, wanilia, cynamon.)

Wszystkie posiłki należy zmiksować i rozcieńczyć w celu nadania im płynnej konsystencji.

**Produkty przeciwwskazane w diecie płynnej:**

świeże pieczywo, żytnie, razowe, z różnymi dodatkami, makarony, grube kasze nieprzetarte, przekwaszone mleko, sery żółte, sery topione, jaja na surowo, tłuste gatunki wędlin i mięs

( baranina, wieprzowina, kaczki, gęsi ), tłuste ryby ( np. węgorz, sum ), kwaśna śmietana, smalec, słonina, warzywa kapustne, suche nasiona roślin strączkowych, cebula, por, papryka i ogórki,

rzepa, brukiew, wszystkie warzywa surowe. Owoce: śliwki, gruszki, czereśnie, agrest, owoce surowe, suszone, orzechy, kakao, chałwa, czekolada. Ostre przyprawy i alkohol .