1. **DIETA DO ŻYWIENIA PRZEZ ZGŁĘBNIK LUB PRZETOKĘ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nazwa diety** | **DIETA DO ŻYWIENIA PRZEZ ZGŁĘBIK LUB PRZETOKĘ (15)** | |
| **Zastosowanie** | Dieta dla osób:   * w niektórych schorzeniach jamy ustnej i urazach twarzoczaszki, * w stanach po oparzeniach przełyku i żołądka, * z nowotworem przełyku i wpustu żołądka, * z niedrożnością górnej części przewodu pokarmowego, * z martwicą przewodu pokarmowego, * w ostrych i przewlekłych chorobach trzustki, * z chorobą Leśniowskiego-Crohna, * z zespołem krótkiego jelita, * nieprzytomnych, * w innych stanach chorobowych (według opinii lekarza). | |
| **Zalecenia dietetyczne** | * dieta do żywienia przez zgłębnik jest modyfikacją diety łatwostrawnej, * dieta musi mieć odpowiednią konsystencję, aby nie wystąpiły trudności w jej podawaniu - pokarm powinien swobodnie przechodzić przez zgłębnik (konsystencja półpłynna lub płynna), * dieta powinna dostarczać pacjentowi odpowiedniej ilości energii i składników odżywczych, * wskazane stężenie składników diety to 1 kcal (4,2 kJ) na 1 ml pożywienia, całodobowa dieta powinna mieć objętość 2 litrów, * stosuje się 4 warianty diety do żywienia przez zgłębnik – w wariancie I podstawą pożywienia jest mleko z dodatkiem preparatów białkowych; w wariancie II i III dostępne są różne produkty z niewielką ilością mleka; wariant IV jest podobny do II, ale zamiast mleka zawiera olej sojowy lub słonecznikowy, * dieta powinna być dobrze tolerowana przez chorego, aby nie wywoływała wymiotów, wzdęć, biegunek, zaparć, * stosuje się przecieranie, miksowanie przygotowanych potraw oraz ich rozrzedzanie mlekiem lub wodą, * rodzaj diety, rytm podawania posiłków oraz ich objętość ustala lekarz, * początkowo pożywienie powinno być podawane w równych porcjach co godzinę (80-85 ml) przez całą dobę, po tym czasie kiedy dieta będzie dobrze tolerowana przez pacjenta w 6 równych porcjach (330-350ml) z czterogodzinnymi przerwami - po okresie adaptacji wskazane jest podawanie około 6 posiłków co 2,5-3h, uwzględniając przerwę nocną, * posiłki powinny być podawane w temperaturze 30-37⁰ C, * pokarm może być podawany do przewodu pokarmowego metodą ciągłego wlewu z użyciem pompy, umożliwiającej ustalenie prędkości tego wlewu, * zalecane techniki kulinarne to głównie gotowanie, * diety z produktów spożywczych naturalnych mogą być wzbogacane w składniki odżywcze przez połączenie ich z gotowymi dietetycznymi środkami specjalnego przeznaczenia medycznego tzw. dietami przemysłowymi. | |
| **Wartość energetyczna** | Energia (En) | 2000 kcal |
| **Wartość odżywcza** | Białko  zalecana proporcja białka zwierzęcego do białka roślinnego 1:1 | Wartości referencyjne: 16 % En |
| 40 g/1000kcal |
| Tłuszcz ogółem | Wartości referencyjne: 28% En |
| 31,1 g/1000 kcal |
| w tym nasycone kwasy tłuszczowe | Wartości referencyjne: możliwie jak najmniej |
| Węglowodany ogółem | Wartości referencyjne: 56% En |
| 140g/1000 kcal |
| w tym cukry proste | Wartości referencyjne: <10% En |
| 25g/1000 kcal |
| Błonnik | 9 – 14 g |
| Sód | 2000mg |
| **Grupy środków spożywczych** | Produkty rekomendowane | Produkty przeciwwskazane |
| **Produkty zbożowe** | * mąka pszenna, | * pozostałe mąki, * pieczywo, * kasze, ryż , płatki, |
| **Warzywa i przetwory warzywne** | * marchew, * seler, * szpinak. | * pozostałe warzywa. |
| **Owoce i przetwory owocowe** | * jabłko. | * pozostałe owoce. |
| **Nasiona roślin strączkowych** |  | * wszystkie. |
| **Nasiona, pestki, orzechy** |  | * wszystkie nasiona, orzechy, pestki. |
| **Mięso i przetwory mięsne** | * z małą zawartością tłuszczu: chuda wołowina, * wątroba wieprzowa. | * pozostałe. |
| **Ryby i przetwory rybne** |  | * ryby panierowane i smażone na dużej ilości tłuszczu * przetworzone konserwy rybne |
| **Jaja i potrawy z jaj** | * gotowane na miękko, w koszulkach a następnie po przestudzeniu zmiksowane z mlekiem, * białko jaja. | * jaja na twardo, przyrządzane z dużą ilością tłuszczu np. jajka sadzone, * jajecznica na słoninie, skwarkach, * jaja nierozdrobnione. |
| **Mleko i produkty mleczne** | * mleko świeże 2-3,5% tłuszczu, * mleko w proszku odtłuszczone, * śmietanka 18 % tłuszczu. | * mleko poniżej 2 % tłuszczu, * napoje mleczne fermentowane, * mleko skondensowane, * sery twarogowe, * sery podpuszczkowe, * tłusta śmietana, śmietana kremowa. |
| **Tłuszcze** | * olej sojowy, * olej słonecznikowy. | * masło, margaryny, pozostałe oleje. |
| **Desery** |  | * wszystkie |
| **Napoje** | * woda, * sok pomidorowy, * sok z cytryny. | * pozostałe napoje. |
| **Przyprawy** | * cukier, * sól, * sok z cytryny. | * ocet, musztarda, ketchup, * wszystkie przyprawy ziołowe, * ostre sosy, chrzan, maggi, vegeta, kostki bulionowe, * gotowe mieszanki |