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** | Białkozalecana 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
 |