



## DIETA BEZRESZTKOWA

### Zastosowanie:

- cel diagnostyczny – jako przygotowanie do badań, uzyskanie całkowitego opróżnienia z mas kałowych i oczyszczenia światła jelita grubego i cienkiego
- dieta z wyboru – przy schorzeniach jelit, w których wskazane jest zmniejszenie ilości mas kałowych, unikanie substancji drażniących błonę śluzową (głównie błonnika), ograniczenie ilości wypróżnień
- czas stosowanie – od kilku dni do kilku tygodni (według wskazań lekarza)

### Produkty i potrawy dozwolone:

<b>Kisiele:</b>	z paczki (półprodukt przemysłowy), naturalny przeźroczysty (100% sok owocowy rozcieńczony wodą zagotować, pod koniec dodać mąkę ziemniaczaną rozrobioną w odrobinie wody i zagotować – najlepiej bez cukru)
<b>Galaretki:</b>	z paczki (półprodukt przemysłowy), naturalny (klarowny sok owocowy rozcieńczony wodą zagotować, następnie rozmieszać żelatynę)

### Za zgodą lekarza rozszerzamy dietę do:

- wywarów warzywnych, mięsnych, przecedzonych przez bardzo gęste sito
- całe jajka (w diecie beztłuszczowej bez żółtek)
- gotowane chude ryby, chude mięsa

### Do picia:

wszystkie płyny obojętne (słaba herbata, słaba kawa, rozcieńczone, przeźroczyste soki w ramach indywidualnej tolerancji – można niewiele słodzić miodem).

*Źródło: Dietetyka, red. prof. hab.med. J. Hasik, prof. hab.med. Lech Hryniewiecki*

*Opracowała Marzena Gazda koordynator ds. Dietetyki*

