



## DIETA O ZMODYFIKOWANEJ KONSYSTENCJI

Najczęściej stosowanymi dietami o zmienionej konsystencji są:

### DIETA PÓŁPŁYNNA DIETA PŁYNNA

#### DIETA PÓŁPŁYNNA

##### Zastosowanie:

- schorzenia jamy ustnej
- zwężenie przełyku
- niemożność przyjmowania posiłków o stałej konsystencji
- inne wskazania lekarskie

##### Zasady diety

- podawanie potraw w postaci rozdrobnionej (papkowatej)
- wartość energetyczna i zawartość składników odżywczych tak jak w diecie łatwostrawnej
- wykluczenie z diety produktów wzdymających i drażniących przewód pokarmowy
- potrawy podawane są w formie nie wymagającej gryzienia
- ustalając skład posiłków indywidualizujemy je uwzględniając jednostkę chorobową
- dieta stanowi modyfikację diety łatwo strawnej, polegającej na tym, że produkty są dobrze rozdrobnione
- chory najczęściej karmiony jest łyżeczką, a pojony pojnikiem lub strzykawką

##### Produkty i potrawy zalecane:

- serki homogenizowane, jogurty wzbogacane biszkoptami, sucharkami, płatkami
- pieczywo podajemy rozmoczone w mleku, herbacie, kawie zbożowej, ewentualnie rosole
- sucharki również w formie rozmoczonej
- kasze, makarony dobrze rozgotowane łączone z przetartym mięsem i warzywami oraz łagodnym sosem
- lekkie rosoly łączone z przetartymi ziemniakami, mielonym mięsem oraz warzywami
- mięso, drób, ryby dobrze ugotowane, zmielone
- wędliny mielone i przygotowane w formie pasty
- warzywa gotowane i dobrze rozdrobnione
- budynie, kisiele, desery owocowe
- owoce w formie gotowanej, np. gotowane jabłka, musy owocowe, owoce surowe rozdrobnione, np. banany, brzoskwinie, truskawki
- soki owocowe najczęściej rozcieńczone wodą mineralną niegazowaną

#### DIETA PŁYNNA

**Zastosowanie:** nietolerancja pożywienia (nudności, wymioty, biegunka, brak łaknienia), inne przypadki wg wskazań lekarza

**Zadania diety:** głównym zadaniem diety płynnej jest złagodzenie pragnienia i dostarczenie niezbędnej ilości płynu

Najprostszym przykładem diety płynnej są tzw. płyny obojętne jak woda przegotowana, napar z rumianku

lub innego ziele (wg wskazań lekarza), słaba herbata bez cukru, niegazowana woda mineralna. Może być także zalecony odtłuszczony rosół, bardzo rozcieńczony kleik (przecedzony), klarowny sok owocowy. Po dwóch dniach, o ile obserwuje się poprawę stanu zdrowia chorego, można na zlecenie lekarza stopniowo rozszerzyć dietę.

#### **Dieta płynna do żywienia przez:**

- sondę żołądkową (zgłębnik)
- sondę dojelitową (mikroejunostomia)

**Zastosowanie diety:** - w niektórych schorzeniach jamy ustnej i urazach twarzoczaszki

- w stanach po oparzeniach przełyku i żołądka
- w nowotworach przełyku i wpustu żołądka
- u chorych nieprzytomnych
- w innych stanach chorobowych (wg wskazań lekarza)

**Pożywienie podawane przez sondę musi mieć odpowiednią wartość energetyczną (wg wskazań lekarza) i zawierać potrzebne składniki odżywcze.**

#### **Dieta musi być:**

- dobrze tolerowana przez chorego, aby nie wywoływała wymiotów
- łatwo strawna, nie powodująca wzdęć, biegunki, zaparcia
- o odpowiedniej konsystencji, aby łatwo przechodziła przez sondę.

#### **Najczęściej podawane są trzy rodzaje żywienia do podawania przez sondę:**

- podstawą diety jest mleko z niewielkim dodatkiem innych produktów
- żywienie jest mieszane i poddane dokładnemu rozdrobnieniu przez zmiksowanie
- gotowe preparaty.

#### **Zadania diety:**

- dostarczenie organizmowi odpowiedniej ilości płynów oraz wystarczającej ilości energii i składników odżywczych
- ochrona przewodu pokarmowego przed podrażnieniem mechanicznym, chemicznym i termicznym (temperatura przyjmowanych posiłków 20-25°C lub zbliżona do temperatury ciała)
- dieta jest uboga w błonnik, a ten który znajduje się w diecie jest zmiękczone przez gotowanie, roztarcie i miksowanie
- zabrania się stosowania ostrych przypraw.

#### **Przygotowanie diety płynnej:**

- produkty stosowane w diecie powinny być świeże i najwyższej jakości, łatwo strawne
- produkty są gotowane, a następnie rozcierane i miksowane, mają konsystencję płynną.
- Sposób dawkowania diety płynnej zależy od stanu zdrowia chorego i od tolerancji podawanego przez sondę żywienia. Rytm podawania posiłków i ich objętość ustala lekarz.

#### **Produkty i potrawy dozwolone:**

- kisiele, budynki, serki homogenizowane, kefir, jogurty naturalne, owocowe, mleko (może być wzbogacone jajkiem i masłem)
- chude mięsa gotowane, rozdrabniane, miksowane, łączone z lekkim rosółem; jeśli rosół jest zabroniony mięso dodajemy do wywaru z warzyw, przetartej zupy ziemniaczanej lub kleiku

- ziemniaki podaje się również w formie zmiksowanej łączone z przetartymi warzywami, rosółem, można dodać jajko
- gotowane budynie z mięsa, warzyw, ryżu, makaronu, grysiku
- przecierane kompoty (z niekwaśnych owoców)
- soki owocowe rozcieńczane wodą mineralną niegazowaną
- gotowe produkty „Gerbera”, tj. zupy, musy owocowe
- odżywki, tj. PORTAGEN, NUTRI-DRINK, NUTRISON, PROTIFAR

*Źródło: Podstawy Naukowe Żywienia W Szpitalach, red. prof. dr hab. med Jan Dzieńieszewski, dr.med. Lucjan Szponar*

*Opracowała Marzena Gazda Koordynator Ds. Dietetyki*