



DIETA PO TOTALNEJ RESEKCJI ŻOŁĄDKA

W zespole poresekcyjnym podajemy posiłki często (6-7 razy dziennie), ale w małej ilości naraz. Pożądane jest leżenie około 1 godziny na lewym boku, po zasadniczych posiłkach. Płynny należy podawać w okresach pomiędzy posiłkami. Napoje nie powinny być zimne ani hipotoniczne. Podstawę diety powinny stanowić pokarmy bogate w białko (białe mięso, ryby, jaja, twarożki, żelatyna) oraz tłuszcze (masło, śmietanka, oliwa), nie ograniczamy w większej mierze spożycia chleba, potraw mącznych, ziemniaków. Usuwamy natomiast skoncentrowane słodczy i słodzone płyny. Nie należy pić mocnej herbaty i kawy. Po całkowitej resekcji żołądka dochodzi do zmian w trawieniu i przyswajaniu pokarmów, w wydzielaniu zczynów trzustki i jelit cienkich, w czynnościach wątroby i co ma bardzo duże znaczenie kliniczne do zmian w układzie krwiotwórczym. Dlatego należy pamiętać, że wszystkie posiłki muszą być podawane w formie przetartej, mielonej, zmiksowanej (szczególnie dotyczy mięsa)

Produkty dozwolone:

- mleko chude, odtłuszczone jogurty, chude twarożki, serki homogenizowane, słodka śmietanka,
- pieczywo jasne, czerstwe,
- tłuszcz: masło, oliwa z oliwek,
- mięsa: cielęcina, chuda wołowina, indyk, kurczak, królik,
- warzywa gotowane rozdrobnione,
- soki owocowe rozcieńczone wodą mineralną niegazowaną,
- dżem, miód w ograniczonych ilościach,
- jajka tylko gotowane lub jajecznica przygotowana na parze
- herbatki owocowe, ziołowe, woda mineralna niegazowana

Produkty zabronione:

- pieczywo-świeże, razowe, żytnie
- makarony grube, kasza jaglana
- mleko pełne, tłuste w większej ilości
- sery żółte, topione, dojrzewające
- mięsa: wieprzowina w każdej postaci, baranina, tłusta wołowina
- drób: kaczki, gęś, dziczyzna
- ryby: tłuste, węgorz, łosoś, śledź, plastuga, konserwy rybne
- masło: topione, solone
- tłuszcze: smalec, olej rzepakowy, słonina, boczek, margaryna, kwaśna śmietana
- ziemniaki: gotowane podawane w całości, smażone
- warzywa: zasmażane, wszystkie strączkowe (groch, fasola)
- owoce: śliwka, gruszka, arbuz, kwaśne jabłka, wiśnie, czereśnie.

Potrawy zabronione:

- alkohol,
- mocne rosoly, zupy tłuste, zawiesiste, nie przecierane,
- potrawy mięsne, smażone, duszone z dużą ilością tłuszczu, pieczone, wszystkie tłuste wędliny wieprzowe, konserwy mięsne, pasztety,
- sosy: tłuste, zawiesiste, pikantne,
- pierogi z mięsem, knedle z mięsem, kokiety,
- ciasta tortowe i wszelkie tłuste desery oraz potrawy bardzo słodkie.

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

Opracowała Marzena Gazda koordynator ds. Dietetyki