

Xh. DIETA W DIALIZACH

Dieta znajduje zastosowanie w dializoterapii przy ostrej/przewlekłej niewydolności nerek. Dieta odznacza się wysokim udziałem energii – minimum 35 kcal/kg masy ciała (około 2000-2500 kcal/dobę). Posiłki powinny być urozmaicone, ilość posiłków ok 4-5 dziennie. Głównym źródłem energii powinny być węglowodany złożone (kasze, makarony, pieczywo, mąka). Ograniczyć należy cukry proste ze względu na ich odkładanie się w organizmie w formie tłuszczu. Nie ma konieczności ograniczania białka. U chorych hemodializowanych ich podaż powinna wynosić 1,2 g/kg masy ciała, a w dializie otrzewnowej 1,2-1,5 g/kg masy ciała. Białko powinno pochodzić z produktów pełnowartościowych: mięsa, ryb, jaj, twarogu, drobiu. Dietę można wzbogacić specjalnymi wysokoenergetycznymi bogatobiałkowymi preparatami. Tłuszcze powinny stanowić około 30-35% całodiennej energii. W trakcie dializy mogą występować zaburzenia gospodarki tłuszczowej (wysoki poziom trójglicerydów, cholesterolu) Z tego względu zalecane jest spożywanie tłuszczów nienasyconych roślinnych (oliwa z oliwek, olej lniany, olej sojowy, rzepakowy). Nie zaleca się tłuszczów nasyconych (smalec, słonina, tój). Ilość pierwiastków dozwolonych w diecie dobierana jest indywidualnie w zależności od stanu zdrowia pacjenta. Dozwolona ilość płynów: Ilość wydalonego w ciągu doby moczu + 500 ml na pokrycie strat płynów wydalanych z potem, kałem poprzez oddychanie.

Uwagi technologiczne: Brak

PIERWIASTEK	ZALECANE	ZABRONIONE
POTAS	jaja, ryż, cebula, żurawina, brzoskwinie, ananasy, marchew, kalafior, seler, ogórki	konserwy, przetwory mięsne i rybne, czekolada i jej wyroby, kakao, orzechy, suche nasiona roślin strączkowych, płatki zbożowe, kasza gryczana, morele, nektarynki, cytrusy, suszone owoce, banany, awokado, kiwi, pomidory, ziemniaki, dynia, brokuły Niektóre przyprawy: suszona nać pietruszki, estragon, bazylia, papryka w proszku
FOSFOR		sery żółte, podroby, śledzie, szproty, szynka, mięso, podroby, groch, orzechy, jaja, sery żółte, jogurty, ryby, orzechy, suszone owoce, płatki zbożowe, soczewica, soja, dania instant, gotowe
SÓD		kukurydza, kakao, soja, orzechy, groch, czekolada, pomidory, korzeń pietruszki, konserwy, kiszonki, frytki, chipsy, orzeszki, dania instant, gotowe