

Zastosowanie i cel diety:

- Dieta ma na celu dostarczenie odpowiedniej ilości energii i składników pokarmowych oraz ochronę jamy ustnej i przewodu pokarmowego przed drażnieniem mechanicznym, termicznym i termicznym.
- Stosowana w chorobach przełyku, u chorych nieprzytomnych, w innych stanach chorobowych według wskazań lekarza,

Charakterystyka diety

Charakterystyczną cechą diety jest jej konsystencja. Pożywienie musi być łatwo strawne, ubogie w błonnik, bez ostrych przypraw i używek. Posiłki muszą mieć odpowiednią wartość energetyczną i odżywczą, aby nie doprowadzić do niedoborów pokarmowych. Podawane w sposób naturalny lub przez sondę.

Objętość jednego posiłku nie powinna przekraczać 500 ml (większe stężenia mogą powodować biegunkę). Temperatura posiłków wynosi około 37°C.

Uwagi technologiczne

- wszystkie posiłki w diecie mają konsystencję płynną, pokarmy po ugotowaniu są przecierane lub miksowane oraz rozcieńczane wodą do odpowiedniej konsystencji
- produkty, z których przyrządzamy dietę, powinny być świeże,
- pieczywo należy namoczyć i zmiksować,
- kasze podawać w formie kleików,
- sery zmiksować z mlekiem lub śmietanką,
- jaja zagotować: zmiksować z mlekiem lub zupą,
- żółtka dodawać do zup lub kleików,
- mięso, ziemniaki, warzywa podawać zmiksowane w zupie,
- warzywa i owoce podawać w formie soków, przecierów,
- potrawy można wzbogacać mlekiem w proszku lub preparatami przemysłowymi.

Produkty zalecane w diecie płynnej

Do przygotowania diety płynnej mają zastosowanie następujące produkty: kasze w formie kleików, mąka, biszkopty, suchary, bułka pszenna, mleko, ser biały homogenizowany, jaja gotowane, chude mięsa (cielęcina, wołowina, schab, kurczak, indyk bez skóry), chude ryby (dorsz, leszcz, sola, szczupak, sandacz, w ograniczonej ilości ryby tłuste morskie: makrela, mintaj, morszczuk), chuda szynka, polędwica, masło, słodka śmietanka, olej rzepakowy, sojowy, słonecznikowy, oliwa z oliwek, ziemniaki, warzywa i owoce gotowane, przetarte lub zmiksowane, soki owocowo-warzywne, przeciery z pomidorów, przeciery z owoców, cukier, miód, kompoty przetarte, płynne kisiele, łagodne przyprawy sok z cytryny, cukier, sól, jarzynka, koperek, wanilia, cynamon)

Produkty przeciwwskazane w diecie płynnej

Do produktów przeciwwskazanych w diecie płynnej zalicza się: pieczywo świeże, żytnie, razowe z różnymi dodatkami, makarony, kasze grube nie przetarte, przekwaszone mleko, sery żółte, sery topione, jaja na surowo, tłuste gatunki mięs (baranina, wieprzowina, kaczkę, gęsi), tłuste wędliny, tłuste ryby, kwaśna śmietana, smalec, słonina, warzywa kapustne, cebulowe, papryka, ogórki, suche nasiona roślin strączkowych, warzywa surowe, gruszki, śliwki, czereśnie, agrest, owoce całe surowe, owoce suszone, orzechy, chałwa, czekolada, kakao, ostre przyprawy. Modyfikacją diety płynnej jest dieta płynna wzmocniona. Zmiana polega na wzbogaceniu posiłków dodatkową porcją masła, mlekiem w proszku, żółtkiem jaja, bądź też preparatami przemysłowymi.

Opracował – Aleksandra Dolina, Dietetyk

*Źródło: Helena Ciborowska, Anna Rudnicka Dietetyka Żywność człowieka zdrowego i chorego; Wydawnictwo Lekarskie PZWL
Wydanie III uzupełnione*