Załącznik nr 10.

**NOMENKLATURA DIET**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nazwa diety** | **Charakterystyka** | **Zastosowanie** | **Założenie diety** | |
| I Podstawowa | Powinna ona spełniać wszystkie warunki racjonalnego żywienia ludzi zdrowych, tzn. ma spełniać zapotrzebowanie pacjenta na energię oraz na wszystkie niezbędne składniki odżywcze potrzebne do prawidłowego funkcjonowania organizmu, utrzymania należnej masy ciała. W diecie podstawowej dozwolone są wszystkie produkty i potrawy oraz wszystkie techniki sporządzania posiłków. | Stosuje się u chorych nie wymagających żywienia dietetycznego. | kcal 2000  białko og. 80g – 16%  tłuszcz 65 g -29%  węglowodany 275g -55%  błonnik 30-40g | |
| II Wrzodowa – łatwo strawna z ogr. substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | Ograniczenie substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego. W diecie podaje się mleko oraz produkty jego fermentacji. Wskazane są tłuszcze pochodzenia roślinnego lub tłuszcze z mleka(masło)dodawane bezpośrednio do gotowych potraw. Warzywa owoce należy podawać w postaci gotowanej, przecierów lub rozcieńczonych soków.  Podawać pieczywo pszenne oraz produkty zbożowe ubogo błonnikowe (ryż, grysik, kaszka kukurydziana). | Stosowana w chorobie refluksowej, przewlekłym nadkwaśnym nieżycie żołądka oraz wrzodowej żołądka i dwunastnicy. | kcal 2000  białko og. 80g -16%  tłuszcz 70 g -31%  węglowodany 265g -53%  błonnik24g | |
| III Wątrobowa -  łatwo strawna | Dieta łatwo strawna. Dopuszcza się chude produkty pochodzenia zwierzęcego, głównie drobiowe lub przetwory mleczne. Nie używa się całych jaj jedynie białka jaja kurzego. Nie stosuje się śmietanki i mleka pełnego. Tłuszczami dozwolonymi w ograniczonych ilościach są: masło, oliwa z oliwek, olej sojowy lub słonecznikowy. Podaje się pieczywo pszenne. Warzywa i owoce podawane są w postaci gotowanej. Stosuje się duże ilości warzyw czerwonych i żółtych bogatych w karoteny. Zaleca się gotowanie w wodzie, na parze, duszenie, pieczenie w folii. | Stosowana w chorobach żołądka i jelit, w okresie rekonwalescencji po zabiegach chirurgicznych, w chorobach infekcyjnych przebiegających z gorączką, w żywieniu osób w wieku podeszłym | kcal 2000  białko og. 80g -16%  tłuszcz 60 g – 27%  węglowodany 285g- 57%  błonnik ,20g | |
| IIIa- wątrobowa ubogotłuszczowa- łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu | Dieta jest modyfikacja diety łatwostrawnej. Poza zaleceniami diety łatwo strawnej ogranicza się produkty będące źródłem tłuszczu zwierzęcego oraz produkty obfitujące w cholesterol. Całkowicie wyklucza się smalec, twarde margaryny, tłuste mięsa i wędliny, żółtko jaj. Dozwolone są potrawy gotowane w wodzie, na parze. Dozwolone warzywa i owoce podaje się w formie ugotowanej, wyklucza się warzywa i owoce wzdymające oraz bogate w błonnik. | Ostre i przewlekłe zapalenie wątroby, trzustki, przewlekłym zapaleniu pęcherzyka i dróg żółciowych, wrzodziejącym zapaleniu jelita grubego i kamicy żółciowej. | Kcal 2000  białko og. 80g-16%  tłuszcz 40g- 18%  węglowodany 330g- 66% | |
| IV Bezsolna  (ubogosodowa) | Ograniczenie białka, soli kuchennej 1- 3g/dobę, tłuszczy szczególnie nasyconych do 25% dobowego pokrycia energetycznego. Połowa ilości tłuszczu powinna być dostarczona w formie tłuszczów roślinnych dostarczających NNKT. Zwiększamy węglowodany. Potrawy sporządza się bez użycia soli i słonych przypraw (vegeta, kostki rosołowe ,maggi),smak poprawia się dodatkiem przypraw naturalnych (papryka w proszku , majeranek, tymianek, oregano, cynamon itp..)Ogranicza się spożycie wędlin. Podaje się pieczywo żytnie, razowe, graham | Nadciśnienie tętnicze | kcal 2000  białko og. 80g -18%  tłuszcz 65 g -27%  węglowodany 275g- 55%  błonnik 40 g | |
| IV/VI Bezsolna –cukrzycowa  ubogosodowa | Ograniczenie soli kuchennej 1- 3g/dobę, tłuszczy szczególnie nasyconych do 25% dobowego pokrycia energetycznego. Połowa ilości tłuszczu powinna być dostarczona w formie tłuszczów roślinnych dostarczających NNKT. Potrawy sporządza się bez użycia soli i słonych przypraw (vegeta, kostki rosołowe ,maggi),smak poprawia się dodatkiem przypraw naturalnych(papryka w proszku , majeranek, tymianek, oregano, cynamon itp..). Ogranicza się spożycie wędlin. Podaje się pieczywo żytnie, razowe, graham  Ogranicza się lub wyklucza cukier, miód, dżem, słodycze. | Przeznaczona dla pacjentów z cukrzycą lub w stanie przed cukrzycowym ze współistniejącym nadciśnieniem | kcal 2200  białko og. 95g  tłuszcz 65 g  węglowodany 315g | |
| V Mleczna | Stosujemy produkty mleczne, pochodzenia mlecznego oraz mączne (kluski, makarony, drobne kasze).Wykluczamy produkty mięsne. | W początkowych okresach rekonwalescencji po przebytych niektórych chorobach oraz w piątej dobie po operacji na oddziale ginekologiczno-położniczym | Kcal 1800 | |
| VI Cukrzycowa | Dieta ma za zadanie uzyskanie i utrzymanie optymalnych wartości parametrów gospodarki węglowodanowej oraz zapobieganie powikłaniom cukrzycy. Zasadnicza modyfikacja polega na ograniczeniu łatwo przyswajalnych węglowodanów. Zastosowanie mają produkty o niskiej zawartości tłuszczu zwierzęcego.  Wyklucza się: cukier, miód, dżem, słodycze. | U chorych na cukrzycę | kcal 2200  białko og. 95g  tłuszcz 65 g  węglowodany 315g | |
| VI/III Cukrzycowo-wątrobowa | Założenia diety tak jak w diecie wątrobowej oraz utrzymanie prawidłowego stężenia glukozy we krwi. | Przeznaczona dla pacjentów z cukrzycą ze współistnieniem schorzeń ze strony wątroby, trzustki, pęcherzyka i dróg żółciowych. | kcal 2000  białko og.80g  tłuszcz 53 g  węglowodany 300g | |
| Dieta pooperacyjne  VIIa | Dieta pooperacyjna : sucharki 30g, gorzka herbata 250ml (5x dziennie) |  |  | |
| Dieta pooperacyjne  VIIb | Dieta pooperacyjna :sucharki 30g, kleik 400 ml, gorzka herbata 250ml (5x dziennie) |  |  | |
| Dieta pooperacyjne  VIId | Dieta pooperacyjna: sucharki 30g , gorzka herbata 250ml , (5x dziennie) + do obiadu rosół z jajkiem 450 ml. | Dieta pooperacyjna na oddziale ginekologiczno-położniczym |  | |
| Dieta pooperacyjne  VIIe | Dieta pooperacyjna: sucharki 30g , gorzka herbata 250ml , (5x dziennie) + do obiadu rosół z jajkiem 450 ml. | Dieta pooperacyjna na oddziale chirurgicznym |  | |
| VIII Bogatoresztkowa | Powinna zawierać powyżej 35-45g błonnika pokarmowego oraz zwiększoną ilość płynów. | Zaparcia atoniczne oraz pobudzenie motoryki jelit.. | kcal 2000  białko og. 75g  tłuszcz 65 g  węglowodany 285g  błonnik pokarmowy > 40g | |
| IX Dieta dzieci małych | Od 1 roku życia do 3 lat |  | kcal 1000  białko ogół. 20g  tłuszcz 35 g  węglowodany 135 g | |
| X Dieta dzieci małych – w zaburzeniach w odżywianiu | Od 1 roku życia do 3 lat | Zaburzenia wchłaniania tłuszczu, zwiększa się ilość białka nie należy podawać pokarmów bogatych w błonnik oraz słodyczy. | kcal 1000  białko ogół. 37g  tłuszcz 25 g  węglowodany 135 g | |
| XI Ubogopotasowa | Zapotrzebowanie dzienne potas ok.2000-2500 mg/d | Ostra niewydolność nerek oraz dializoterapia | kcal 2000  białko og. 80g  tłuszcz 65 g  węglowodany 280g | |
| XII Bezglutenowa | Wykluczenie produktów zawierających gluten. | Wrodzona nietolerancja glutenu | kcal 2000  białko og. 80g  tłuszcz 65 g  węglowodany 280g | |
| XIII Niskobiałkowa | Dieta ta jest ustalana przez lekarza indywidualnie dla każdego pacjenta w zależności od rodzaju i stopnia zaawansowania schorzenia. W różnych wariantach diety niskobiałkowej wystepuje20-50g białka na dobę, przy czym udział energii białka kształtuje się na poziomie poniżej 10%.Dieta jest bogata w cukry proste. Potrawy przygotowywane metodą gotowania, duszenia, pieczenia(bez dodatku tłuszczu).Do podprawiania stosuje się zawiesinę z mąki ziemniaczanej i śmietany lub mleka, kefiru, jogurtu. Z uwagi na ograniczenie płynów w diecie należy ograniczyć zupy. Ze względu na ograniczenie potasu wskazane jest wypłukiwanie potasu z warzyw i ziemniaków poprzez moczenie, odlewanie wody w trakcie gotowania i nie wykorzystywanie wywarów. Białko zwierzęce, pomimo jego niskiej zawartości w diecie, powinno być rozłożone na trzy posiłki. Zabronione są produkty konserwowe, marynaty, kiszonki, wędliny, sery żółte, produkty wędzone, koncentraty spożywcze z dodatkiem glutaminianu sodu( kostki rosołowe, vegeta, zupy w proszku). | Stosowana w chorobach nerek i wątroby przebiegających z niewydolnością tych narządów. | kcal 2000  białko og. 40g  tłuszcz 70 g  węglowodany 310g | |
| XIV Bogatobiałkowa, wysokoenergetyczna | Dieta lekkostrawna, bogato białkowa 120g białka/d. Białko o wysokiej wartości odżywczej. Wartość energetyczna może wzrosnąć do 3000kcal na zlecenie lekarza | Dieta przeznaczona dla osób wyniszczonych, w chorobach nowotworowych w chorobach przebiegających z gorączką. | | kcal 2500  białko og. 120g  tłuszcz 73 g  węglowodany 320g |
| XV Płynna – do żywienia przez zgłębnik lub przetokę | Dzienne zapotrzebowanie energetyczne podane w formie płynnej | Po oparzeniach przełyku i żołądka, nowotwory przełyku, chorzy nieprzytomni. | | kcal 2000  białko 90g  tłuszcz 70 g  węglowodany 250g |
| XVI Papkowata | Dzienne zapotrzebowanie energetyczne podane w formie papki. | Utrudnione gryzienie, schorzenie jamy ustnej i przełyku rekonwalescencja po zabiegach operacyjnych. | | kcal 2000  białko 80g  tłuszcz 65 g  węglowodany 275g |
| XVII Diety specjalne | wg zaleceń lekarzy | np. dieta cukrzycowa dla dzieci z zastosowaniem wymienników węglowodanowych (WW)  dieta próbna przed badaniem kału na obecność utajoną krwi,  dieta Schmidta, ubogo purynowa, bezglutenowa, bez laktozowa, | |  |

UWAGI OGÓLNE:

Instytut Żywności i Żywienia dopuszcza rozbieżność wartości kalorycznych dla poszczególnych diet w granicach od 2300 kcal do 2000 kcal. Nie dopuszcza się obniżenia wartości kalorycznej posiłków poniżej 2000.