



Институт за онкологију и радиологију Србије

Пастерова 14, Београд, Србија

+381 11 2067 100


iors@ncrc.ac.rs www.ncrc.ac.rs

РЕПУБЛИКА СРБИЈА
ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ
Бр. 26-222
21 SEP 2015 20 год
БЕОГРАД, Пастерова 14

ПРОЦЕДУРА ЗА ИСХРАНУ ПАЦИЈЕНАТА ПО ВРСТАМА ДИЈЕТА

Ознака процедуре	П.ИСХ.01
Верзија	01
Датум усвајања	21.09.2015.
Аутори процедуре	Анђелка Ранковић, ВДН Сњежана Остојић, ВДН
Носилац процедуре	Др Драгана Јовићевић
Процедуру одобрио	Проф. др Радан Џодић



 <p>ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ</p>	Назив процедуре: Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		Ознака: П.ИСХ.01
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 2 од 16

1. ДЕФИНИЦИЈЕ И СКРАЋЕНИЦЕ

ИОРС = Институт за онкологију и радиологију Србије

Шеф ОИ = Шеф Одсека исхране

2. ПРЕДМЕТ

Ова Процедура одређује активности, носиоце активности и документацију за спровођење исхране пацијената по врстама дијета.

3. ПОДРУЧЈЕ ПРИМЕНЕ

Подручје примене је производна кухиња и пацијенти на свим одељењима у ИОРС.

4. ОДГОВОРНОСТИ

За спровођење Процедуре одговорни су:


- Главни кувар/одговорни кувар смене
- Сви запослени у кухињи.

За контролу спровођења Процедуре одговорни су:

- ВДН и
- Шеф Одсека исхране

5. ОПИС ПРОЦЕДУРЕ

Процедура описује врсте дијета за пацијенте у ИОРС, на основу којих се одређује Дневни јеловник за пацијенте на одређеној дијетотерапији. Јеловник се израђује за општу дијету за 7 дана, а остале дијете тј. Јеловници израђују се према Дневном требовању са Клиника/Служби.

 ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ	Назив процедуре:		Ознака: П.ИСХ.01
	Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 3 од 16

Врсте дијета:

- 0 – Чајна дијета
- 1 – Течна дијета
- 2 – Дијета за сонду
- 3 – Течно- кашаста дијета
- 4 – Кашаста дијета
- 5 – Лакопробављива дијета
- 6 – Општа дијета
- 7 – Неслана дијета
- 8 – Дијета за дијабетичаре

- 8и – Дијета за инсулин зависне пацијенте

- 9 – Цревна дијета
- 10 – Дијета са смањеним садржајем калцијума
- 11 – Жучна дијета
- 12 – Улкусна дијета
- 13 – Бубрежна дијета
- 14 – Специјална дијета

Дијета 0 – **Чајна дијета**

Примењује се код пацијената:

- пре или после операције
- акутних цревних оболења (акутни ентероколитис)
- акутног панкреатитиса или акутног хепатитиса
- припреме за испитивање, и сл.


Даје се само чај - горак или са мало шећера.

Примењује се краткотрајно.

Дијета 1 – **Течна дијета**

Течна дијета 1-примењује се код пацијената два или три дана након операције. Болеснику се у току читавог дана даје према потреби горак или слабо заслађен чај, а бистри бујони три пута дневно (ручак, ужина и вечера). Свеж компот (воду у којој су куване јабуке) по потреби се даје као освежење уместо чаја.

Дијета не садржи млеко и млечне производе.

 <p>ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ</p>	Назив процедуре: Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		Ознака: П.ИСХ.01
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 4 од 16

Течна дијета 2- примењује се код пацијената трећи и четврти дан након операције и код високе фебрилности.

За ову дијету се користи искључиво течност: благи чајеви (горак или слабо заслађен чај), бистри бујон, слузава супа од пиринча, разблажен јогурт или кисело млеко, течност од слабо заслађеног компота од јабука или бистри воћни сок без додатка шећера.

Примењује се краткотрајно, а у случајевима дуже примене допуњује се напицима са високовредним беланчевинама, минералима и витаминима према налогу ординирајућег лекара.

Дијета 2 – Дијета за сонду

Примењује се код пацијената:

- којима је онемогућена исхрана пер ос (операције ждрела, фистуле, сужење ждрела, коматозна стања, тешке анорексије).

Дијета је састављена од лакопробављивих намирница богатих високовредним беланчевинама, минералима и витаминима, које су погодне за уношење путем сонде. Намирнице се миксирају, разблажују и процеђују.

У случајевима дуже примене, дијета се обогаћује додацима који садрже високовредне беланчевине, минерале и витамине према налогу ординирајућег лекара.


Дијета 3 – Течно - кашаста дијета

Примењује се након течне дијете:

- за пацијенте који су оперисали једњак, желудац, танко и дебело црево
- код болесника са општим тешким стањем и високом фебрилношћу.

Припрема се од намирница које су лако пробављиве - кувањем и пасирањем, садржи мању количину масноће и соли, избегава се употреба концентрованих шећера.

Маће је енергетске вредности и примењује се краткотрајно као прелазна дијета ка кашастој исхрани.

 <p>ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ</p>	Назив процедуре: Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		Ознака: П.ИСХ.01
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 5 од 16

Могуће је обогатити је додацима који садрже високовредне беланчевине, витамине и минерале према налогу ординирајућег лекара.

Дијета 4 – **Кашаста дијета**

Предвиђена је за исхрану пацијената који имају:

- сметње при жвакању, гутању
- код стенозе једњака а нема дијететских ограничења.

Стога се бирају намирнице које се могу лако пасирати, миксовати и млети (месне супе, пасирано поврће или у виду пиреа, миксовано посно месо, млечни напици, каше од кекса, пудинг на млеку, сутлијаш, попара, качамак и сл.).

Могуће је користити је и за исхрану деце (где нема дијететских ограничења) од 10-18 месеци по одобрењу лекара.

Дијета 5 – **Лакопробављива дијета**

Примењује се за исхрану пацијената:

- са тегобама на пробавним органима
- за болеснике оперисане или зрачене на гастроинтестиналном, билијарном тракту или урогениталном тракту.


Дијета садржи лакопробављиве намирнице, са минимумом масноће, смањеним садржајем целулозних влакана.

Начин припреме се такође прилагођава виду исхране, тако да се изоставља употреба јаких, надражујућих зачина. Све се намирнице термички обрађују (избегава се сирово воће и поврће) кувањем и печењем, изоставља се процес пржења и поховања.

Дијета 6 – **Општа дијета**

Примењује се за исхрану пацијената на уравнотеженој исхрани без дијететских ограничења.

Повећане је енергетске вредности и уноса протеина, посебно животињског порекла. Дневни јеловници се одређују за наредних 7 дана. Одређивање јеловника врши се за три obroка дневно (доручак, ручак и вечера) и сезонске воћне ужине. При одређивању

 <p>ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ</p>	Назив процедуре:		Ознака: П.ИСХ.01
	Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 6 од 16

јеловника води се рачуна о просечном броју појединачних оброка, времену потребном за припрему сваког појединог оброка, сложености процедуре припреме, те расположивом особљу за реализацију планираних јеловника. При одређивању јеловника води се рачуна о разноврсности оброка и пожељној заступљености свих група намирница у дневној исхрани и калоријској вредности појединог оброка.

Дијета 7 – Неслана дијета

Користи се за исхрану пацијената:

- са оболењем бубрега, кардиоваскуларног система, као и
- уз примену појединих лекова који захтевају ограничен или искључен унос соли.

Дели се на две групе:

- a) Дијета са смањеном количином натријума садржи 1-2 г Na^+ . Храни се додаје мало соли уз адекватан избор намирница.
- b) Дијета са малом количином натријума садржи 0.25-0.5 г Na^+ . Користе се намирнице са смањеном количином Na^+ .

Дијета 8 – Дијабетична дијета

Користи се за исхрану дијабетичара и усклађује се са типом дијабетеса.


Оброци су уравнотежени и не варирају у квантитативном погледу.

Садржај протеина је оптималан, ограничава се унос масти, а угљени хидрати су углавном из намирница богатих целулозним влакнима.

У планирању оброка примењују се АДА таблице.

Дијета 8и – Дијабетичари, поготову на инсулинској терапији, морају имати најмање пет оброка у току дана, по потреби шести оброк може бити пре спавања. Од тога су три главна оброка (доручак, ручак и вечера) и две ужине. Количина хране по обrocима мора бити равномерно распоређена.

Намирнице са високим садржајем **биљних влакана** смањују потребу организма за инсулином. Влакна скраћују време контакта хранљивих састојака са површином црева и везивањем угљених хидрата успоравају и отежавају ресорпцију глукозе из црева. Исхрана богата махунаркама (пасуљ, грашак,...), интегралним житарицама, воћем и поврћем може да буде најбоља одбрана од дијабетеса. Сложени угљени хидрати из

 <p>ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ</p>	Назив процедуре:		Ознака: П.ИСХ.01
	Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 7 од 16

воћа, поврћа, житарица и махунарки, у организму сагоревају лагано и равномерно (а не као слаткиши који сагоревају готово тренутно), дајући тако довољно времена инсулину да искористи глукозу.


Веома је важно направити правилан избор намирница са ниским **гликемијским индексом** који означава брзину пораста шећера у крви након узимања одређене хране. Важно је да дијабетичари добро познају гликемијске индексе, јер тако могу састављати јеловнике и бити опрезни код употребе намирница које имају велики гликемијски индекс. Такође на тај начин могу у једном оброку комбиновати намирнице са вишим и нижим гликемијским индексом. Идеална храна су намирнице које имају гликемијски индекс до 45. Храну чији је гликемијски индекс од 45 до 60 треба користити повремено, а ону чији је гликемијски индекс преко 60 - ређе.

Житарице и производи од житарица - Предност имају хлеб и пецива од целих зрна житарица, тј. од интегралног брашна јер имају мањи гликемијски индекс, а богатији су биљним влакнима. Препоручује се млади кувани кукуруз, кувана пшеница, повремено мекиње и овсене пахуљице. Повремено би требало јести мекиње са киселим млеком или јогуртом ради регулисања пражњења црева. Уместо мекиња могу се користити овсене, јечмене или ражане пахуљице. Избежавати употребу теста коме је додат шећер (колачи, слатка теста), као и теста са скривеним масноћама (лисната теста). Намирнице из ове групе имају велику енергетску вредност па их треба узимати ограничено, распоређене у неколико obroka.

Млеко и млечни производи - Млеко и млечни производи су богат извор високо квалитетних беланчевина, али због високог процента масноћа и млечних шећера, дијабетичарима се препоручује у исхрани употреба обраног млека, тиме се смањује унос засићених масних киселина, калоријски унос, што утиче на мање постпрандијалне скокове шећера у крви. При куповини млека и млечних производа обратити пажњу на проценат млечне масти у производу и куповати производе са што мањим процентом млечне масти. Такође користити у исхрани немастан млади сир од обраног млека.

Месо и јаја – Дозвољена је употреба свих врста посног меса и рибе (телетина, говедина, пилетина, ћуретина, пастрмка, ослић, скуша, греч,...). Битан је и начин припреме ових намирница па се препоручује кување, печење без додатка масноћа (ватростална посуда, алуминијумска фолија), печење на роштиљу. Пре припреме треба одстранити видљиве масноће, а код живинског меса одстранити и кожицу која је велики извор холестерола. Дозвољена је и употреба јаја, али њихов унос треба ограничити на два седмично јер жуманце има висок садржај холестерола. Нарочито треба ограничити унос жуманцета уколико је дијабетес праћен хиперлипидемијом. Ограничење се односи на унос жуманцета па се може појести и више јаја без жуманцета.

Масти – Предност имају масти биљног порекла, нарочито кукурузно, сунцокретово и маслиново уље, која штите крвне судове од атеросклерозе. Унос масти треба ограничити код гојазних дијабетичара. Препоручују се биљна уља као прелив за салате

 <p>ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ</p>	Назив процедуре:		Ознака: П.ИСХ.01
	Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 8 од 16

(омогућују апсорпцију витамина растворљивих у мастима - А, Д, Е и К; дају бољи укус и продужују осећај ситости) и као додаток већ скуваним јелима (јела се припремају без масноћа, а у готова јела се додају мање количине уља). Не препоручује се пржење у масноћи, поховање и прављење разних сосова са масноћама. Пожељно би било да удео засићених масти (животињских) не пређе 10% укупног калоријског уноса, а удео незасићених масних киселина (биљних) 20% од укупног калоријског уноса.

Поврће – Предност треба дати поврћу које садржи мали део угљених хидрата, беланчевина и занемарљив део масти (зелена салата, блитва, спанаћ, келј, прокелј, тиквице, паприке, парадајз, краставац, купус, карфиол, ротквица,...). Ово поврће је мале калоријске вредности, а богато је витаминима, минералима и биљним влакнима. Поврће богато скробом (кромпир, шаргарепа, цвекла,...) има већу енергетску вредност и гликемијски индекс, па треба да је мање заступљено у исхрани у односу на зелено поврће. Махунарке имају велику калоријску вредност, али су богате биљним влакнима па се користе у исхрани повремено. Поврће (наравно које може) треба користити сирово као салате, да би им се очували витамини, минерали и биљна влакна. Термичка обрада поврћа, нарочито махунастог, кромпира и коренастог поврћа, доводи до повећања гликемијског индекса. Уситњење, пасирање и гњечење такође утиче на повећање гликемијског индекса обрађеног поврћа. При термичкој обради поврће не треба прекувати, тј. раскувати.

Воће – Воће је веома значајна намирница у исхрани због високог садржаја витамина, минерала, органских киселина, антиоксиданаса, биљних влакана и разних других храњивих састојака. Сво воће је изванредна хранљива намирница за дијабетичаре, само треба пазити на количину и динамику којом се узима. Воћне оброке је најбоље распоредити у неколико узимања (оброка) у току дана да би избегли постпрандијалне скокове гликемије. Воће је најбоље јести са кором (где се кора једе). Могу се користити и свеже цеђени воћни сокови уместо воћа, мада се предност даје свежем воћу због високог садржаја биљних влакана. Не препоручује се употреба слатких компота, џема и кандираног воћа.


Квасац – Умерене количине сушеног инактивисаног квасца треба да су сталан састојак дневног obroка.

Кафа – Дозвољене су 2 не много јаке кафе.

Чај – Употребљавати благе биљне и воћне чајеве (нана, камилица, шипурак, жалфија,...). Избегавати јаке чајеве (црни, индијски, руски).

Со – Особе са хипертензијом могу узимати до 3 грама, а особе са нормалним артеријским притиском до 6 грама.

Зачини – Користити све зачине у умереним количинама.

 ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ	Назив процедуре:		Ознака: П.ИСХ.01
	Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 9 од 16

Минералне воде – Могу се користити без неког ограничења, али се мора обратити пажња на концентрацију натријума у њима. Минералне воде са високим садржајем натријума могу утицати на пораст артеријског притиска.

Шећер и шећерни концентрати – Из исхране треба избацити шећер и шећерне концентрате. Као замена се могу користити вештачки заслађивачи.

Дијета 9 – Цревна дијета

Дели се на три врсте:

- а) Дијета код хроничне упале дебелог црева (колитиси различите етиологије)

Исхрана се базира на лакопробављивим намирницама, оптималном уносу протеина, смањеном садржају масти, уз унос угљених хидрата који искључују целулозна влакна, употреба јаких зачина се искључује.

Прилагођава се индивидуално пацијенту.

- б) Дијета код дијареје

Прилагођава се индивидуално пацијенту, у зависности од врсте дијареје (акутна или хронична дијареја).

Исхрана се базира на употреби лакопробављивих намирница, без целулозних влакана, припремљених кувањем, без употребе зачина, у малим-чешћим оброцима, са надокнадом течности.

- ц) Дијета код опстипације


Прилагођава се индивидуално пацијенту, у зависности од врсте опстипације (атонична или спастична опстипација).

Базира се на повећаном уносу течности, а уколико није контраиндиковано исхрана се базира на намирницама богатим целулозним влакнима.

Дијета 10 – Са смањеном количином калцијума

Примењује се за исхрану пацијената којима је повећана количина калцијума у серуму, као и због повећане количине ПТХ (хормона паратиرويدне жлезде).

Из исхране се искључује употреба намирница које садрже велику количину калцијума (млеко и млечни производи).

 ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ	Назив процедуре:		Ознака: П.ИСХ.01
	Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 10 од 16

Дијета 11 – Код болести жучне кесе и жучних путева

У зависности од стадијума болести у исхрани пацијената се ограничава или потпуно искључује унос масти било које врсте, уз употребу лакопробављивих намирница.

Дневни јеловници за пацијенте са жучном дијетом се одређују стандардно и примењују свакодневно.

Основу дијете сачињавају намирнице са мало несварљивих материја. Нарочито треба избегавати јела која надимају. Користити намирнице богате угљеним хидратима и протеинима, а сиромашне масноћама. Сва јела треба увек свеже припремати. Начин припреме намирнице је кувано, барено, динстано. Треба чешће узимати мање оброке.

ДОПУШТЕНО

Хлеб и тестенине: бели хлеб, двопек, кишкоте, кекс, тестенине, резанци, јела од брашна, кромпир, пиринач.

Месо и производи од меса: пилетина без коже, млада телетина, посна шунка, посне врсте рибе нпр. бакалар, пастрмка.

Млеко и млечни производи: млеко само у малим количинама, кисело млеко, јогурт, сурутка.

Јаја: најбоље само кувана у пудинзима, каши или у супама – једном недељно.

Поврће: шаргарепа, зеље, шпаргле, спанаћ, зелена салата, ротквице, целер, млади пасуљ, сво младо поврће пасирано, барен или куван кромпир, пире - кромпир и кромпир припремљен са маслацем.


Воће: све врсте куваног воћа без коре, компоти, воћне салате, воћни сокови.

Масноће: маслац, уље (биљно).

Слаткиши: разне врсте пудинга, кох од пиринча, колачи са бисквитом, медањаци, кекс, овсене пахуљице, палачинке (без јаја).

Напици: воћни сокови, бела кафа, благ чај, блага црна кафа.

Зачини: сви домаћи зачини, першун, ким, млади лук, цимет, ванила.

 ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ	Назив процедуре:		Ознака: П.ИСХ.01
	Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 11 од 16

НИЈЕ ДОЗВОЉЕНО

Хлеб и тестенине: све врсте свежег и врућег хлеба, свеже тесто, лиснато тесто.

Месо и производи од меса: свињетина, све врсте изнутрица, димљена и саламурена меса, месне прерађевине, масне врсте риба (туњевина, шаран, јегуље, сардина, сарделе), рибље конзерве.

Млеко и млечни производи: павлака, јогурт.

Јаја: тврдо кувана јаја, јаја на око, јаја у мајонезу.

Поврће: кељ, купус, карфиол, келераба, црни лук, зелена паприка, кисео купус, суви махунасти плодови, краставац, фефероне, печен кромпир, помфрит, чипс и салате од кромпира.

Воће: дуње, лубенице, диње и крушке.

Масноће: тешко растворљиве масти (свињска маст, гушчија маст, маст од печења, мајонез).

Слаткиши: колачи са много масноће и кремовема, чоколаде, пуњене бомбоне, сладолед, кремове са сладоледом, колачи са орасима, лешницима, бадемима.

Напици: руски чај, алкохол, коктели са алкохолом, минерална и газирана пића.


Зачини: јаки зачини, нпр. бибер, паприка, бели лук, сенф.

Дијета 12 – Код улкуса желуца и дванаестопалачног црева

У зависности од стадијума болести, у исхрани се ограничава унос масти, као и намирница са целулозним влакнима.

Дневни јеловници за улкусне болеснике се одређују стандардно и примењују свакодневно. Одређивање јеловника врши се за три obroка дневно (доручак, ручак и вечера).

Потребно је смањење или потпуно избацивање намирница које могу изазвати иритацију желуца и прекомерно лучење желучане киселине. Прекомерна конзумација шећера, повећан унос соли и напици који садрже кофеин (кафа, чај, кола), па и кафа без кофеина могу потакнути лучење желудачне киселине, али се у умереним количинама могу конзумирати - најбоље након јела. Препоручује се воће и поврће, семенке и уља од семенки, а посебно ланено семе, риба, ферментисани млечни производи, пробиотици.

 <p>ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ</p>	Назив процедуре:		Ознака: П.ИСХ.01
	Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 12 од 16

ХРАНА КОЈА СЕ ПРЕПОРУЧУЈЕ

Хлеб и житарице: целовите или обogaћене житарице, пекарски производи од целовитих или обogaћених производа, пахуљице са обogaћеним или целовитим житарицама, крекери, интегрални пиринач и тестенина

Поврће: свеже, смрзнуто и конзервисано колико се може поднети.

Воће: свеже, смрзнуто и конзервисано, колико се подноси, воћни сокови колико се подносе.

Млеко и млечни производи: обрано млеко и млечни производи са ниским уделом масти

Месо и замене: Крто месо, свињетина, телетина, јагњетина и перад (без коже), шунка, бела риба, соја и производи од соје, суви грашак и пасуљ припремљен без додатка масноћа, супе, умак од умерено зачињеног меса.

Масноће и међуоброци: салатни дресинзи с ниским уделом масти, воћни сладолед, шербет, џемови, тврди бомбони, грахам крекери и немасни десерти, переци, крекери од пиринча.

Остало: со, бибер, зачини, зачинско биље, кечап, сирће у умереним количинама, сва пића која се могу поднети.


ХРАНА КОЈА МОЖЕ ИЗАЗВАТИ СМЕТЊЕ

Хлеб и житарице: пекарски производи направљени од белог брашна или они којима су додани ораси и сушено воће, бели пиринча, семенке, крекери са високим уделом масноћа и соли.

Поврће: поврће које узрокује стварање гасова као што су брокула, купус, лук, карфиол, краставац, поврће које се припрема уз додаток веће количине масноћа, парадајз и производи од парадајза.

Воће: лимун, грејпфрут, поморанџе, ананас, смокве, рибизле, сокови од цитруса.

Млеко и млечни производи: пуномасно и чоколадно млеко, маслац, павлака, масни и пикантни сиреви.

 ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ	Назив процедуре:		Ознака: П.ИСХ.01
	Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 13 од 16

Месо и замене: јако зачињено месо, кобасице, риба, све пржено, масно и тешко пробављиво месо, риба и перад, суви пасуљ и грашак припремљени уз додатак веће количине масноће.

Масноће и међуоброци: крем супе, јако зачињене салате, чипс, кокице припремане на маслацу, чоколадне торте и колачи, чоколада, кокос, крем бомбони.

Остало: газирана пића, кафа (обична и без кофеина) те остала пића која садрже кофеин, јаки зачини и додаци (пример бели лук, чили, црвена паприка...), кисели краставци, алкохолна пића, никотин, ацетилсалицилна киселина и противупални лекови који се не подносе.

Дијета 13 – Бубрежна дијета

Строго је индивидуална, при чему се одређује унос протеина, електролита и течности. Дневни јеловници за пацијенте са бубрежном дијетом се одређују стандардно и примењују свакодневно.


Дијетална исхрана одређује се према врсти и степену болести. Дијета се не слаже само према допуштеним и недопуштеним намирницама већ се често мења према развоју болести, те је стога потребан контакт с лекаром. Свака врста дијете ограничена је одређеним саставом хране. У овој се дијети то ограничење односи на беланчевине, које могу бити потпуно изостављене или смањене. Поред снижених беланчевина, снижена је и количина соли, било потпуно, било с минималним сољењем. Дакле, дијета је и неслана. Калорична је вредност од 2000 до 2500 калорија на дан.

Једном делу болесника који болују од бубрежних болести ограничавамо и течност, па ће и тај чинилац утицати на јеловник, нпр. смањена потрошња чаја, супе и слично. Ради што лакшег избора намирница, навешћемо допуштене и недопуштене намирнице у строго несланој дијети, ако лекар ограничи со. Потребно је знати:

- Колико је допуштено додавати соли;
- Колико беланчевина треба садржавати јеловник по упутству лекара;
- Да ли је ограничена течност.

ДОПУШТЕНЕ НАМИРНИЦЕ У СТРОГО НЕСЛАНОЈ ДИЈЕТИ

- Месо : телетина, говедина, свињетина, јагњетина, перад, цигерица, риба, јаја.
- Цереалије: двопек неслани, хлеб неслани, тестенине без соли и пиринач без соли.
- Поврће: зелена салата, парадајз, грашак, боранија, кромпир, шпарога, краставци.
- Млечни производи: обрано млеко.

 <p>ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ</p>	Назив процедуре: Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		Ознака: П.ИСХ.01
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 14 од 16

- Масноће: маслац, уље, павлака 40-50 грама.
- Пиће: природни воћни сокови, вино, пиво.


ЗАБРАЊЕНЕ НАМИРНИЦЕ У СТРОГО НЕСЛАНОЈ ДИЈЕТИ

Месо: све сушено и саламурено месо, све конзерве чистог меса или меса с поврћем, сушене рибе, конзервиране супе, екстракти

Цереалије: сољени хлеб, сољени двопек, сољене тестенине. Поврће: све конзервисано поврће, кисело зеље, кисела репа, кељ, келераба, тиквице, спанаћ, ротква, прокељ. Масноће: све слане масноће. Млечни производи: све врсте сира, кисело млеко, јогурт, свеж крављи сир, беланце. Пића: минерална вода.

Количина беланчевина која ће бити потребна сваком пацијенту може се одредити из беланчевина у крви (и њихових разградних продуката), као и других лабораторијских тестова. Ниско-протеинска дијета обично садржи 0,55 - 0,6г бјеланчевина по килограму телесне тежине дневно. То значи да особа тежине 60 кг треба око 30г беланчевина, док особа тешка 80 кг треба близу 50г беланчевина на дан. Ако особа пати од болести бубрега при којој се губе велике количине беланчевина путем урина, рестрикција протеина је умерена, а препоручује се 0,8г/кг/дан. Да би се испостовали ови захтеви дијета са нпр. 40г беланчевина у дневном јеловнику треба да садржи следећу врсту и количину намирница.

1. Свеже млеко (или јогурт, кисело млеко) 150мл или млади сир 35г;
2. Сир крављи свежи 35г или јаје 1 комад;
3. Месо (пилеће или говедје или риба) 50г, или 70г сира, или 280мл млека, или 1 ½ јаја;
4. Парадајиз, краставац-400г
5. Кромпир 100г;
6. Хлеб бели, неслани 150г, тестенине без јаја 110г, или пиринач 170г, или брашно 120г;
7. Воће: крушке, јабуке, поморанџе, брескве, дуње, јагоде, грождје - 400г;
8. Масноће по жељи: уље, маслац (павлака и кајмак у мањим колицинама);
9. Шећер, џем, мед и мармеладу по жељи.

 <p>ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ</p>	Назив процедуре: Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		Ознака: П.ИСХ.01
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 15 од 16

Од наведених врста и количина намирница припремати разна јела на уобичајен начин. За зачињавање јела могу се користити бели и црни лук, лаворов лист, лимун, свежи парадајиз, сирце, цимет, морски орашчић, павлака, бибер (ако не постоји осетљивост дигестивног тракта)

Количина натријума односно соли се ограничава уколико постоје едеми, смањена диуреза и повишен крвни притисак. Без ових поремећаја бубрежни болесници могу умерено да соли своја јела.

У случајевима када су вредности калијума повећане мора се одговарајућим избором намирница смањити његов унос на 2-2,5 мл дневно. Калијумом су богате следеће врсте намирница: кромпир, парадајиз, спанаћ, пасуљ, грашак, сочиво, месо, чоколада, какао, банане, сувесмокве, кајсије

Забрањује се употреба свих конзервисаних јела, сухомеснатих производа и намирница са додатком конзерванса или других адитива, као и све што је непознатог садржаја. Забрањује се употреба алкохолних пића.

НАПОМЕНА: хлеб направљен од депротеинизираниог брашна /брашно коме су одузете беланчевине/ може се слободно користити.

Дијета 14 – Специјалне дијете


Под специјалним дијетама подразумевају се комбинације горе наведених дијета (нпр. кашаста дијабет, неслана дијабет исхрана, и сл.), као и остале дијете које нису честе у ИОРС.

Ту сврставамо и религијске дијете, као и алтернативне начине исхране, елиминационе дијете, безглутенске и сл.

Морају се посебно навести у Извештајима о броју obroка, и индивидуално се прилагођавају пацијенту.

6. ДОКУМЕНТА

- Листа недељног(дневног) јеловника
- Листа дијета
- Требовање obroка са Клиника/Одељења
- Дневни извештај о броју obroка
- Норматив
- Правилник за контролу болничких инфекција

 ИНСТИТУТ ЗА ОНКОЛОГИЈУ И РАДИОЛОГИЈУ СРБИЈЕ	Назив процедуре: Процедура за исхрану пацијената по врстама дијета		Ознака: П.ИСХ.01
	Датум: 21.09.2015.	Верзија: 01	Страна: 16 од 16

РЕФЕРЕНЦЕ

- Николић М. Дијететика. Ниш: Медицински факултет; 2008
- Живковић Р. Дијететика. Загреб, Медицинска наклада; 2002
- Чановић Вукоје Ј. Исхрана болесника у стационарним здравственим организацијама, Београд, Г333; 1986
- Доступно на: [хттп://www.пливаздравље.хр/актуелно/чланак/9184/Дијета-код-пептичког-улкуса.хтмл](http://www.пливаздравље.хр/актуелно/чланак/9184/Дијета-код-пептичког-улкуса.хтмл)
- Доступно на: [хттп://www.апотекауе.рс/дијабетичари.пхп](http://www.апотекауе.рс/дијабетичари.пхп)