



## SZPITAL św. ANNY w MIECHOWIE

### **Dieta płynna**

Dieta stosowana u chorych, u których występują wymioty, nudności, biegunka. Dieta ma na celu dostarczenie pacjentowi odpowiedniej ilości płynów. W skład diety wchodzi tylko płyny: woda przegotowana, woda mineralna niegazowana, napar rumianku, mięty, herbata bez cukru. Lekarz może zalecić choremu kleik przecedzony przez gęste sito, ugotowany z kaszy jęczmiennej, ryżu lub płatków owsianych. Jeśli nie ma przeciwwskazań, choremu można podać chudy rosół z cielęciny lub chudego drobiu. Dieta składająca się tylko z płynów nie może być długo stosowana, zaleca się 1-2 dni. W miarę poprawy stanu zdrowia do kleików można dodać żółtko jaja, masło, do klarownych soków – żelatynę. Następnie wprowadza się dietę płynną wzmocnioną – posiłki zmiksowane.

Jeśli nie ma przeciwwskazań do podawania pokarmów o konsystencji papkowatej, a następnie stałej, w 2 -3 dobie stosowania diety płynnej choremu podaje się kleiki cedzone, albo przecierane, sucharki rozmoczone początkowo w herbacie, następnie w mleku. Dietę kleikową modyfikuje się przez wprowadzenie niewielkiej ilości mleka, masła, żółtka jaja, chudego twarogu, przecieru z jabłek, cukru, bułki czerstwej. Dietę stopniowo rozszerza się, przechodząc do diety łatwo strawnej.

### Literatura:

H. Ciborowska, A. Rudnicka „Dietetyka, Żywnienie zdrowego i chorego człowieka”. PZWL, 2014