



**ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ
w Ropczycach**
Szpital Powiatowy w Sędziszowie Młp.

ul. Wyspiańskiego 14, 39-120 Sędziszów Młp. Tel; 0-17-22-20-839

DIETA PŁYNNA

Dieta płynna stosowana jest:

- U chorych, u których występują wymioty, nudności, biegunka,
- W innych przypadkach chorobowych według wskazań lekarza.

Dieta ma na celu dostarczenie pacjentowi odpowiedniej ilości płynów, natomiast nie dostarcza energii i składników pokarmowych.

W skład diety wchodzi tylko płyny: woda przegotowana, woda mineralna niegazowana, napar rumianku, mięty, herbata bez cukru. Na zlecenie lekarza herbata może być lekko słodzona, z cytryną lub sokiem owocowym. Lekarz może zlecić choremu 5% kleik przecedzony przez gęste sito, ugotowany z kaszy jęczmiennej, ryżu lub płatków owsianych. Jeśli nie ma przeciwwskazań, choremu można też podać chudy rosół z cielęciny lub chudego drobiu. Dieta składająca się tylko z płynów nie może być długo stosowana, aby nie doprowadzić do niedożywienia pacjenta. Dietę w postaci płynów zaleca się przez 1-2 dni. W miarę poprawy stanu zdrowia chorego do kleików można dodać żółtko jaja, masło, do klarownych soków- żelatynę. Następnie wprowadza się stopniowo dietę płynną wzmocnioną- posiłki miksowane.

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:

M. Jarosz. Zasady prawidłowego żywienia w szpitalach. IZZ, 2011,
M. Jarosz. Praktyczny podręcznik dietetyki. IZZ, 2011,
H. Ciborowska, A. Rudnicka Dietetyka. Żywnie zdrowego i chorego człowieka. PZWL 2015.
Narodowe Centrum Edukacji Żywniowej (www.ncez.pzh.gov.pl)

Opracowała: mgr Sekuła Joanna