

Dieta specjalna D

Zalecenia dotyczące konsystencji pokarmów przy dużym ryzyku zachłyśnięcia, tzn. przy ciężkich zaburzeniach połykania. Zalecana jest dieta składająca się z pokarmów przecieranych.

UWAGA !

Niedozwolone są pokarmy o konsystencji:

ziarnistej, włóknistej, klejącej.

Przykłady zakazanych konsystencji:

zupa z wkładką (np. pływającymi kawałkami warzyw), warzywa i mięso o włóknistej konsystencji, makaron, jogurt z kawałkami owoców, szpinak, surówka

Osoby karmione dietą przecieraną narażone są na to, że nie uda im się pokryć zapotrzebowania kalorycznego. Dlatego **wskazana jest** u nich **systematyczna kontrola masy ciała**, aby wcześniej rozpoznać ewentualne niedożywienie i odpowiednio zmodyfikować dietę. (Utrata 5% wyjściowej masy ciała w ciągu 3 miesięcy uważana jest za kryterium niedożywienia).

Zalecane są pokarmy o konsystencji gładkiego przecieru lub galaretki. Przyjmowane pokarmy powinny w ustach przechodzić w formę półpłynną.

Przykłady zalecanych produktów:

zupy - o kremowej konsystencji bez wkładki i dodatków (np. grzanek)

ziemniaki - gładkie puree z sosem lub zupa krem

warzywa - gładkie puree (bez szpinaku)

mięso - gładkie puree

owoce - gotowane lub surowe - gładkie puree

produkty mleczne - jogurt bez kawałków owoców, gładki twarożek

galaretki - bez wsadu

Opracowanie:

Dr. Anna Czernuszenko na podstawie: Prosiegel, Weber Dysphagiediagnostik und Therapie Ein Wegweiser für kompetentes Handeln. Wydanie 2. Springer-Verlag Berlin Heidelberg 2013.

Dodatkowe materiały informacyjne dostępne na stronie www.polykanie.pl