

ZALECENIA ŻYWIENIOWE DLA PACJENTÓW PO LECZENIU CHIRURGICZNYM NOWOTWORÓW

Po operacji usunięcia nowotworu umiejscowionego w obrębie przewodu pokarmowego, przez około miesiąc należy stosować restrykcyjną dietę - z ograniczeniem ilości produktów, które są dozwolone.

ZALECENIA:

Należy:

- w ciągu dnia zjadać więcej posiłków (przy całkowitej resekcji żołądka nawet 6-8) o mniejszej objętości
- gotuj i rozdrabniaj przygotowane potrawy
- unikać potraw przetworzonych, wybierać jak najbardziej naturalne produkty
- spożywać napoje pomiędzy posiłkami, nie podczas jedzenia
- unikać produktów i potraw długo zalegających w żołądku i wzdymających
- jeśli występują dolegliwości po spożyciu mleka, należy zastąpić je napojami fermentowanymi (kefir, jogurt naturalny)

ZALECANE PRODUKTY I POTRAWY	NIEZALECANE PRODUKTY I POTRAWY
<ul style="list-style-type: none">- pszenne pieczywo, biszkopty- drobne makarony i kasze, biały ryż, płatki ryżowe- gotowane warzywa (ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, dynia, buraki, cukinia bez skóry i pestek)- pieczone jabłka, rozgniecione banany i brzoskwinie- rozcieńczone soki warzywne i owocowe- gotowane i rozdrobnione mięso z kurczaka, indyka, chudych ryb- gotowane jajka- zupy na wywarach warzywnych, rosółki- chude produkty mleczne (twarożki, serki homogenizowane, jogurty, kefir, maślanki)- niewielkie ilości świeżego masła i oleju roślinnego- łagodne przyprawy- woda niegazowana, słabe herbaty, kompoty,- kisiele własnej produkcji- budynie na chudym mleku	<ul style="list-style-type: none">- smażone - frytki, placki ziemniaczane, kotlety w panierce,- pieczywo razowe- surowe warzywa i owoce- warzywa kapustne (kapusta, kalafior, brokuł, brukselka)- nasiona roślin strączkowych (fasola, groch, soczewica, bób, soja)- warzywa cebulowe (cebula, czosnek, szczypior)- tłuste mięso (wieprzowina, baranina, wołowina) i wędliny (cienkie kielbaski, parówki, kaszanka, pasztetowa, kaszanka, salceson, boczek)- tłuste sery (żółte, pleśniowe, topione)- śmietana, majonez, smalec- ciastka, pączki, faworki, słodczyce, czekolada,- ostre przyprawy, ocet- grzyby- słone przekąski- alkohol- kawa, kakao, mocna herbata, napoje gazowane

Po częściowej resekcji jelita cienkiego może dojść do zespołu krótkiego jelita, który charakteryzuje się występowaniem biegunek, stolców tłuszczowych, utratą elektrolitów i chudnięciem.

W przypadku wystąpienia takich objawów, zaleca się:

- ograniczyć spożycie tłuszczu, a zwiększyć w diecie ilość węglowodanów złożonych
- wypijać ok. 2,5- 3 l płynów w ciągu dnia
- ograniczyć spożycie szczawianów (rabarbar, szczaw, szpinak, botwinka, buraki, czekolada, kawa, mocna herbata), ponieważ mogą przyczynić się do kamicy szczawianowej w nerkach
- tylko i wyłącznie po konsultacji z lekarzem lub dietetykiem możliwa jest suplementacja witamin rozpuszczalnych w tłuszczach (A, D, E, K), wit. B₁₂, wapnia, magnezu, żelaza, selenu i cynku, które z powodu ograniczeń dietetycznych nie są dostarczane w diecie w wystarczającej ilości
- można wprowadzić preparaty żywieniowe, zawierające średniołańcuchowe trójglicerydów (naturalne źródła: kokos mleko kokosowe, wiórki kokosowe).

Opracowała: Maria Jeleńska – dietetyk SPWSZ

Źródło: Mirosław Jarosz, Iwona Sajór:

Żywność a choroba nowotworowa. Poradnik dla pacjentów i ich rodzin. 2013

Zatwierdzone Rozdzielnikiem Dyrektora

Nr 158/2017 z dnia 27.07.2017r.