Dieta neutralizująca wydzielanie kwasu w żołądku



Autor
Karolina Gorzkiewicz-Drzymalska
Dietetyk, Specjalista ds. żywienia

2 minuty czytania

Dieta neutralizująca wydzielanie kwasu w żołądku przeznaczona jest głównie dla chorych z chorobą wrzodową żołądka i dwunastnicy, z przewlekłym nieżytem żołądka, z refluksem żołądkowo-przełykowym, w dyspepsjach czynnościowych żołądka, w okresie rekonwalescencji.

Jeśli przygotowujesz choremu posiłki w domu, pamiętaj, że najważniejsze jest indywidualne określenie zasad żywienia i potrzeb chorych, u których często choroba nowotworowa to jedna z wielu, a cały szereg chorób towarzyszących (często metabolicznych) nakłada obowiązek indywidualnego podejścia do żywienia.

Wskazówki dotyczące odpowiedniej diety przy danym schorzeniu możesz otrzymać od **lekarza lub dietetyka klinicznego.** Lekarz lub dietetyk, po analizie potrzeb żywieniowych, dolegliwości i apetytu chorego, przygotują zoptymalizowany plan żywieniowy.

Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowegow chorobie nowotworowej jest modyfikacją diety łatwostrawnej.

Dieta z założenia powinna**oszczędzać chory narząd**. Zadaniem diety jest **neutralizować działanie soku żołądkowego** lub redukować wydzielanie kwasu w żołądku, nie drażnić termicznie, mechanicznie i chemicznie.

W diecie należy wyeliminować potrawy, które pobudzają wydzielanie soku żołądkowego, m.in. potrawy smażone, sosy, zasmażki, wywary mięsne, galarety mięsne i rybne, potrawy kwaśne i słone, mocną herbatę czy kawę.

Wartość odżywcza diety powinna w pełni pokrywać zapotrzebowanie energetyczne oraz dostarczać składników odżywczych choremu.

Ze względu na modyfikację konsystencji (dieta przecierana) sprawdzi się także u osób starszych.

Powinna być stosowana po diecie kleikowej oraz po zabiegach chirurgicznych przewodu pokarmowego.

Kcal 2200 - 2400/dobę	**Białko** 94–99 g/dobę	**Tłuszcze** 75–77 g/dobę	**Węglowodany** 296–333 g/dobę

Pamiętaj: Jedzenie jest podstawową formą przyjemności dla chorego i bardzo ważnym tematem dla opiekuna, który przez prawidłowe żywienie swojego bliskiego czuje, że dobrze się nim opiekuje. Poznaj podstawowe zasady żywienia chorego.

Przykładowa dzienna racja pokarmowa:

- Pieczywo pszenne 200g
- Mąka, kasze, makarony 60g
- Mleko 3,2%tł. i produkty mleczne 800g
- Jaja 1 szt.
- Mięso, drób 90g lub filety z ryb 110g
- Wędliny 25g
- Masło, śmietana 25g
- Inne tłuszcze (masło, olej, oliwa) 25g
- Ziemniaki 300g
- Warzywa i owoce obfitujące w witaminę C 200g
- Warzywa bogate w β-karoten 150g
- Inne warzywa i owoce 300g
- Cukier i słodycze 60g

Materiały zamieszczone w serwisie bliskochorego.pl są opracowane przez ekspertów z dziedziny opieki paliatywnej, zgodnie z ich najlepszą wiedzą i doświadczeniem. Materiały te nie stanowią porady lekarskiej i psychologicznej, mają wyłącznie charakter informacyjny i nie mogą zastąpić bezpośredniej konsultacji ze specjalistą. W razie konieczności uzyskania pomocy medycznej należy zgłosić się do właściwego specjalisty.