

# Jaką dietę stosować u chorego?



Autor  
Karolina Gorzkiewicz-Drzymalska  
Dietetyk, Specjalista ds. żywienia

4 minuty czytania

Przygotowując posiłki choremu w domu pamiętaj, że najważniejsze jest indywidualne podejście do potrzeb chorego i określenie zasad żywienia. Chorobie nowotworowej często towarzyszy szereg innych chorób, w tym metabolicznych. Nakłada to obowiązek ustalenia jadłospisu odpowiadającego potrzebom chorego.

## Diety stosowane u chorych:

- ✓ **Dieta podstawowa w chorobie** - przeznaczona dla chorych bez zaburzeń ze strony przewodu pokarmowego, wymagających ograniczeń dietetycznych. Zadaniem tej diety jest spełnienie wszystkich wymogów i zasad racjonalnego żywienia osób zdrowych.
- ✓ **Dieta łatwostrawna (lekkostrawna) w chorobie** - zalecana jest osobom onkologicznym ze schorzeniami układu pokarmowego, tj. w stanach zapalnych błony śluzowej żołądka i jelit, w nadmiernej pobudliwości jelita grubego, w nowotworach jelita cienkiego, w wyrównanych chorobach nerek i dróg moczowych, w chorobach infekcyjnych przebiegających z gorączką, w zapalnych chorobach płuc i opłucnej o przebiegu ostrym, w przewlekłych chorobach układu oddechowego przebiegających z rozedmą, w zaburzeniach krążenia płucnego, w okresie rekonwalescencji po zabiegach operacyjnych, a także dla osób starszych. Zadaniem diety lekkostrawnej jest odciążenie wątroby i trzustki oraz poprawienie funkcjonowania układu pokarmowego.
- ✓ **Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (tzw. dieta wątrobowa) w chorobie** - wskazana jest w przewlekłym zapaleniu i kamicy pęcherzyka żółciowego oraz dróg żółciowych, w chorobach mięszu wątroby (przewlekłym zapaleniu i marskości wątroby), w przewlekłym zapaleniu trzustki oraz we wrzodziejącym zapaleniu jelita grubego (w okresie zaostrzenia choroby). Celem tej diety jest ochrona narządów przez zmniejszenie ich aktywności wydzielniczej.
- ✓ **Dieta płynna w chorobie** - stosowana jest m.in. u chorych ze schorzeniami jamy ustnej i przełyku, rekonwalescentów po zabiegach operacyjnych, po urazach twarzoczcęki, po oparzeniach przełyku i żołądka, u chorych z nowotworami przewodu pokarmowego oraz w leczeniu żywieniowym.
- ✓ **Dieta kleikowa w chorobie** - stosowana jest w ostrych schorzeniach przewodu pokarmowego, wątroby, trzustki, pęcherzyka żółciowego, nerek, w pierwszych dobach po krwawieniu z przewodu pokarmowego oraz po wszelkich zabiegach chirurgicznych.
- ✓ **Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego**

**chorobie** - 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. Dieta z założenia oszczędza chory narząd, neutralizuje działanie soku żołądkowego lub redukuje wydzielanie kwasu w żołądku, nie drażni termicznie, mechanicznie i chemicznie.

- ✓ **Dieta wysokobiałkowa w chorobie** - stosowana jest u osób wyniszczonych w chorobach nowotworowych, w przypadku rozległych oparzeń czy zranień, u rekonwalescentów oraz w chorobach przebiegających z wysoką gorączką. Dieta ma na celu dostarczenie odpowiedniej ilości białka do budowy i odbudowy tkanek ustrojowych, białek osocza, enzymów, hormonów.
- ✓ **Dieta niskobiałkowa w chorobie** - stosowana jest głównie w ciężkiej niewydolności nerek połączonej z rozwojem nowotworu.
- ✓ **Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych w chorobie** - przeznaczona jest dla chorych z cukrzycą lub zaburzeniami gospodarki węglowodanowej, w celu uzyskania prawidłowego stężenia glukozy we krwi.
- ✓ **Dieta wysokokaloryczna (wysokoenergetyczna) w chorobie** - przeznaczona dla chorych, u których występuje ryzyko niedożywienia wynikające z długotrwałej choroby, a także dla kobiet w ciąży z chorobą nowotworową. Opiera się na prostym założeniu, aby dostarczyć do organizmu więcej kalorii niż potrzebuje.
- ✓ **Dieta niskoresztkowa (bezresztkowa) w chorobie** - zalecana jest chorym cierpiącym na choroby jelit, np. jelito drażliwe, wrzodziejące jelito, stany zapalne jelit, nowotwory jelit. Tego typu schorzenia wymagają eliminacji pokarmów obciążających pracę jelit, a produkty bogate w błonnik powodują nadmierne podrażnienie błony śluzowej jelit.
- ✓ **Dieta bogatobiałkowa (wysokobłonnikowa) w chorobie** - ma zastosowanie u chorych z zaparciami nawykowymi, w postaci atonicznej (spowolnienie pracy jelit) oraz w zaburzeniach czynności jelit. Celem tej diety jest pobudzenie motoryki jelit, uregulowanie ich czynności bez zastosowania środków farmakologicznych.
- ✓ **Dieta niskosodowa w chorobie** - zalecana u chorych z nadciśnieniem tętniczym, zwłaszcza sodowrażliwym, w niektórych przypadkach niewydolności krążenia przebiegającej z obrzękami oraz w innych stanach chorobowych, które uzasadniają ograniczenie podaży sodu (np. przy wodobrzuszu).
- ✓ **Dieta niskofosforanowa w chorobie** - zadaniem tej diety jest ograniczenie produktów i potraw sprzyjających powstawaniu kamicy nerkowej (w zależności od etiologii).

Wskazówki dotyczące odpowiedniej diety przy danym schorzeniu możesz otrzymać od lekarza lub dietetyka klinicznego, którzy powinni przeprowadzić analizę potrzeb żywieniowych, apetytu, dolegliwości układu pokarmowego i bólowych chorego.

Jeśli chory kwalfikuje się do opieki paliatywnej, bezpłatne konsultacje dietetyczne uzyskasz w Poradni medycyny paliatywnej w twoim regionie.

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.