



Zalecenia dietetyczne po usunięciu pęcherzyka żółciowego - dieta wątrobowa -

Dieta wątrobowa, to określenie łatwostrawnej diety z ograniczeniem tłuszczu.

Dieta po usunięciu woreczka żółciowego wymaga wielu wyrzeczeń.

Produkty powinny być gotowane na parze.

Nie wolno przyjmować żadnych słodkich i pikantnych potraw bezpośrednio po zabiegu operacyjnym!

Podczas stosowania diety spożywa się 5 do 6 posiłków dziennie w mniejszych objętościowo ilościach. Posiłki powinny być przyjmowane ciepłe -nie wskazane jest spożywanie potraw zimnych.

Jest to dieta bogata w białko i węglowodany, z ilościowym i jakościowym ograniczeniem tłuszczu. Stosuje się tłuszcze lekkostrawne- takie jak masło, margaryna roślinna, olej słonecznikowy, olej kukurydziany, śmietanka.

Dieta powinna zawierać odpowiednią ilość witamin i składników mineralnych.

Eliminujemy z jadłospisu potrawy smażone i pieczone oraz odstawiamy wszelkiego rodzaju używki. Z diety należy wyłączyć także pokarmy ciężkostrawne, smażone, wzdymające oraz ostre przyprawy i używki - pieprz, musztarda, papryka, kawa, alkohol, itp.

Nie stosuje się, czosnku i cebuli. Ograniczone powinno być spożywanie: kapusty, szpinak, szczawiu, rabarbaru.

Posiłki należy spożywać 4-5 razy na dobę

Dieta po usunięciu pęcherzyka żółciowego najlepiej stosować przez około miesiąc, następnie można swobodnie powrócić do swoich nawyków żywieniowych. W miarę powrotu Pacjenta do zdrowia dietę należy stopniowo rozszerzać.

Przedstawiamy Państwu „jadłospis” na pierwszych 5 dni po zabiegu operacyjnym.

**W celu zapewnienia Państwa dobrego samopoczucia
proponujemy zastosować się do tych zaleceń.**

DOBA „0 “ Zabieg operacyjny - płyny, leki przetaczane dożylnie w Szpitalu

DOBA „1 “ Doustnie woda mineralna niegazowa, gorzka herbata, rumianek - w sumie 2-3 litry na dobę.

DOBA „2 “ Kleik na wodzie, gorzka herbata, woda mineralna niegazowana z dodatkiem niewielkiej ilości soków owocowych. W drugiej dobie po zabiegu następuje pełne uruchomienie ruchów perystaltycznych jelit, odejście gazów. W przypadku zatrzymania gazów następuje wzdęcie brzucha - mogące być przyczyną dolegliwości bólowych jamy brzusznej. Należy za pomocą czopka, np. Bisacodyl, spowodować odejście gazów. Nie stosować środków przeczyszczających, ziół doustnie.

DOBA „3 “ W trzeciej dobie po zabiegu należy oddać stolec. Można sprowokować stolec za pomocą czopka, np. czopki glicerynowe, Bisacodyl, wlewka doodbytnicza.

W tej dobie obowiązuje tzw. dieta płynna - lekka zupa jarzynowa z dodatkiem mielonego mięsa, makaronu oraz soki owocowe, sucharki, serek homogenizowany itp. Nadal należy dużo pić - płyny jak wyżej, dowolna ilość soków.

DOBA „4 “ Stopniowe rozszerzanie diety wątrobowej, tzw. dieta papkowata - pokarmy jak wyżej z dodatkiem mięsa przemielonego np. z drobiu, ryb, cielęciny, ziemniaki puree, serek homogenizowany, jogurty, sucharki.

Od DOBY „5 “ wprowadzamy Dieta wątrobową

Należy stopniowo rozszerzać asortyment pokarmów uwzględniając zalecenia podane poniżej. Posiłki należy spożywać 4 - 5 razy na dobę w mniejszych objętościowo ilościach.

Istotne jest we wczesnym okresie po zabiegu oddawanie gazów, regularne wypróżnienia - wzdęcia, zaparcia mogą być przyczyną dolegliwości bólowych ze strony jamy brzusznej.

W pierwszych trzech dobach po zabiegu nie należy doustnie stosować środków wiatropędnych, opróżniających - mogą one spowodować nasilenie wzdęć oraz wystąpienie dolegliwości bólowych jamy brzusznej.