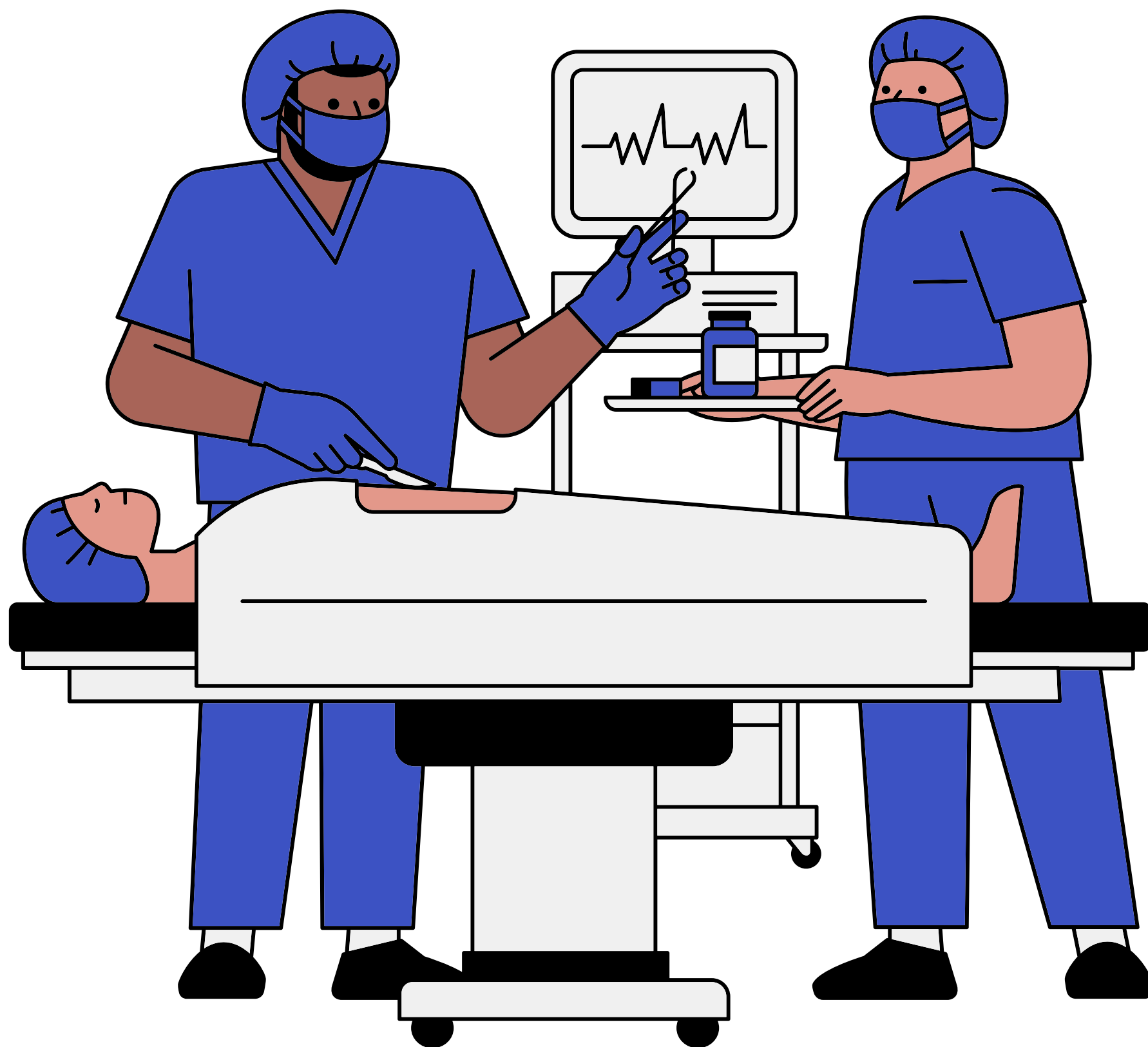


Przygotowanie żywnościowe pacjenta do zabiegu operacyjnego



Przygotowanie żywieniowe do zabiegu operacyjnego ma na celu poprawę stanu odżywienia, który warunkuje prawidłowe funkcjonowanie układu odpornościowego i wpływa na zmniejszenie ryzyka powikłań po zabiegu. Jeżeli u pacjenta nie zaobserwowano zaburzeń stanu odżywienia, spożycie pokarmów jest prawidłowe:

- **7 dni przed zabiegiem operacyjnym** - Impact oral (2-3 opakowania na dobę)

Jeżeli zaobserwowano utratę masy ciała 5-8 kg (<10%) w ostatnich 6 miesiącach, występuje brak apetytu, pacjent zjada mniejsze porcje posiłków

- **czas przygotowania minimum 14 dni:**

- przez pierwsze 7 dni: Nutridrink protein 125ml lub Resource protein 200ml lub Supportan drink (2-3x/dobę)
w przypadku pacjentów z cukrzycą: Resource Diabet lub Diasip (2-3x/dobę)
- 7 dni przed zabiegiem operacyjnym- Impact oral -2-3 opakowania na dobę przez 5-7 dni (w przypadku pacjentów z cukrzycą przyjmować w dawce podzielonej - w 6 porcjach) lub OLIMP IMMUVEN przyjmować jedną porcję (78 g) produktu 1-3 razy na dobę przez 5 dni przed operacją

ZALECENIA DIETETYCZNE:

Dieta lekkostrawna, bogatobiałkowa z ograniczeniem produktów ciężkostrawnych i wzdymających

Zalecenia szczegółowe:

- Regularne spożywanie posiłków 4-5 razy na dobę, w odstępach 2-3 godz., ostatni posiłek 3 godziny przed snem;
- **W 3 głównych posiłkach powinny znaleźć się produkty bogate w białko:** chude gotowane mięso: kurczak, indyk, królik, schab, ryby, jajko gotowane lub twaróg, jogurt
- **Ograniczenie spożycia tłuszczów zwierzęcych-** tłuste mięsa i wyroby mięsne, pełnotłusty nabiał: tłusty twaróg, ser żółty, śmietana, ser topiony) oraz produktów wysokoprzetworzonych (dania gotowe do spożycia, dania instant);
- Pamiętaj o tłuszczach roślinnych: oleju lnianym, rzepakowym (spożywaj na zimno jako dodatek do surówek, zup) oraz tłuszczach wielonienasyconych pochodzących z ryb (2-3x/tydzień)
- **Na 7 dni przed planowanym przyjęciem do szpitala należy unikać produktów wzdymających** – kapusta, groch, fasola;
- Zaleca się wyłącznie gotowanie w wodzie, na parze, duszenie, pieczenie w folii, rękawie
- Spożywanie odpowiedniej ilości niesłodzonych płynów na dobę (co najmniej 2000-2500ml) (woda mineralna, herbata i kawa bez cukru, niesłodzone soki warzywne i owocowe) - o ile lekarz nie zaleci innej objętości;
- **Wzbogacanie diety w białko i energię przez przyjmowanie doustnych suplementów diety** jw.: Nutridrink protein, Resource protein, Resource Diabet, Diasip, Impact Oral (powolne popijanie lub spożywanie jako dodatek np. do koktajli, owoców itp. często lepiej tolerowane są preparaty w formie schłodzonej)
- Wykluczenie spożycia alkoholu, palenia tytoniu na miesiąc przed zabiegiem!
- Codzienna aktywność fizyczna!