



OPĆA BOLNICA" DR. TOMISLAV BARDEK" KOPRIVNICA
JEDINICA SAMOSTALNE DJELATNOSTI INFЕКТОLOGIJE
predstojnik mr.sc.Vesna Mađarić
tel:048/ 251-208

UB-07-10-INF

**UPUTE O PREHRANI BOLESNIKA
S AKUTNIM PROLJEVOM I POVRAĆANJEM**

Pažljivo odabrana i ispravna prehrana od velike je važnosti za liječenje bolesnika s akutnim proljevom i povraćanjem. Pridržavajući se strogo određenih preporuka za prehranu nadoknađujemo organizmu potrebne elektrolite, ugljikohidrate i vodu, a što se gubi proljevastim stolicama i povraćanjem. Pravilna prehrana pripomaže bržem oporavku, smanjenju broja stolica i prestanku povraćanja.

PRVI DAN	<p><i>Piti što više tekućine:</i></p> <ul style="list-style-type: none">– negazirana voda– šipkov čaj + 2 žlice šećera /1 litre vode- za nedijabetičare– šipkov čaj + saharin – za dijabetičare– otopina soli za rehidraciju (Rehidromix) <p><i>hrana koja se preporučuje:</i></p> <ul style="list-style-type: none">– prežgana juha bez masnoće– riža kuhana u slanoj vodi– juha od mrkve– suhi keksi, slani štapići i dvopek– ribana jabuka, pečena jabuka– banana
DRUGI DAN	<p><i>Sve što i u prvom danu, a uz to se može dodati:</i></p> <ul style="list-style-type: none">– obrana juha s rezancima ili žličnjacima od grisa– kuhana piletina, teletina i bijela riba– odstajali kruh– kuhana tjestenina (rezanci, mlinci, krpice)– salata od kuhane mrkve i cikle– kompot od jabuke– biskvit, nabujak od riže, palačinke sa sirom
TREĆI DAN I DALJE	<p><i>Sve što i u prvom i drugom danu, a uz to se može dodati:</i></p> <ul style="list-style-type: none">– bijela kava i kakao (s manje masnim mlijekom)– pirjana piletina i teletina– pileći rižoto– svježi kravliji sir s malo kiselog vrhnja (manje masnog)– topljeni sir– slani krumpir, pecivo– kuhano povrće (cvjetača, blitva, špinat)

ZABRANJENA JELA I PIĆA ZA VRIJEME TRAJANJA PROLJEVA:

- Voće, povrće s puno ostataka (celuloze) i leguminoze (grah, ostale mahunarke).
- Žilavo i masno meso, kolači s kremom, voćni sokovi i gazirana pića.
- Ne preporučuju se jela sa zaprškom, prženje i prelijevanje jela masnoćom.