

## KLASYFIKACJA DIET

Wojewódzki Szpital Zespolony w Kielcach

NAZWA DIETY	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA WYRAŻONA W KCAL	CHARAKTERYSTYKA DIETY
1. Dieta podstawowa	Energia 2200 B – 77g T – 73g W – 308g	Spełnia wymagania racjonalnego żywienia ludzi zdrowych, tzn. ma za zadanie zapewnić zapotrzebowanie pacjenta na energię oraz wszystkie niezbędne składniki odżywcze potrzebne do prawidłowego funkcjonowania organizmu i utrzymania należytej masy ciała.
2. Dieta łatwostrawna	W zależności od zaleceń lekarza wartość energetyczna diety powinna lub ulec zwiększeniu o 50% lub u osób otyłych zmniejszyć. Przykładowa wartość energetyczna 2200 B – 77g T – 73g W – 308g	Celem diety jest dostarczenie choremu wszystkich niezbędnych składników pokarmowych oraz ograniczenie produktów i potraw ciężko strawnych.
3. Dieta łatwostrawna - przecierana	Energia 2200 B – 77g T – 73g W – 308g	Cel diet j.w., jak również produkty /potrawy podawane są w postaci przetartej, rozdrobnionej –ułatwionej do określonego sposobu spożycia.
4. Dieta bezsolna	Energia 2200 B – 77g T – 73g W – 308g	Celem diety jest dostarczenie choremu wszystkich niezbędnych składników pokarmowych oraz ograniczenie podaży produktów i potraw zawierających w swym składzie sól /sód.
5. Dieta wysokobiałkowa	Modyfikacja polega na tym, iż zwiększamy podaż białka do 2,0g /kg masy ciała, tj. 100 –120g /dobę, skrajnie nawet do 3g /kg masy ciała i 150g białka /dobę. Energia 2200 B – 110g T – 61g W – 302,5	Celem diety jest dostarczenie choremu wszystkich niezbędnych składników pokarmowych oraz dostarczenie odpowiedniej ilości białka do budowy i odbudowy tkanek ustrojowych, ciał odpornościowych, enzymów, hormonów, białek osocza.
6. Dieta niskobiałkowa	W danej diecie obniża się podaż białka do granic tolerancji / 40g –50g białka / dobę. Zapotrzebowanie energetyczne wynosi około 35	Dieta łatwo strawna niskobiałkowa stosowana jest chorobach nerek i wątroby przebiegających z niewydolnością tych narządów.

	energetyczne wynosi około 35 kcal /kg należnej masy ciała, tak więc waha się w granicach 2000 –2500 kcal /dobę.	Dieta ustalana jest dla każdego pacjenta indywidualnie. Zaplanowana dieta powinna zapewniać realizację potrzeb energetycznych chorego i nie dopuszczać do ich niedoborów. Charakterystyczną cechą diety jest zmniejszona ilość białka do granic tolerancji tego składnika przez chorego. Kalorie niebiałkowe pokrywają produkty bogatoenergetyczne – węglowodanowe i tłuszczowe, natomiast w niewydolności wątroby głównym źródłem energii są węglowodany.
7. Dieta bezglutenowa	Energia 2200 B – 77g T – 73g W – 308g	Celem diety jest dostarczenie choremu niezbędnych składników pokarmowych oraz ograniczenie produktów i potraw zawierających w swym składzie gluten.
8. Dieta beztłuszczowa – przecierana	Modyfikacja diety polega zmniejszeniu podaży tłuszczu do 30 –50g /dobę.	Celem diety jest dostarczenie choremu niezbędnych składników pokarmowych oraz ochrona narządów przez zmniejszenie ich aktywności wydzielniczej. Produkty /potrawy podawane są w postaci przetartej, rozdrobnionej –ułatwionej do określonego sposobu spożycia.
9. Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Papkowata</li> <li>• Płynna odżywcza</li> <li>• Płynna odżywcza wzmocniona</li> </ul>	Dieta papkowata: Energia (wg zaleceń) Przykładowa porcja 2200 kcal: B – 88g T – 73g W – 297g  Dieta płynna wzmocniona: Energia (wg zaleceń) 1600 – 2400, nawet 3000 kcal. B – 16 –20, 24% energii T – 30 –35% W – 44 – 54%	Celem diety jest zapewnienie choremu wszystkich niezbędnych składników pokarmowych (dieta płynna ma na celu dostarczenie odpowiedniej ilości płynów, nie dostarcza energii i składników pokarmowych). Wartość energetyczna i dobór produktów zbliżone są diety łatwo strawnej. Różnica polega na konsystencji potraw, które są w formie papkowej lub płynnej odżywczej (lub wzbogaca się je przez podwyższenie wartości energetycznej). W diecie tej bardzo ważnym składnikiem jest białko pochodzenia zwierzęcego, witamina c, witaminy grupy B oraz składniki mineralne. Potrawy muszą być tak sporządzone, aby nie drażniły zmienionego chorobowo

		przełyku lub jamy ustnej chemicznie, mechanicznie i termicznie.
10. Dieta kleikowa	Energia : około 1000 kcal (lub według zaleceń lekarskich)	Dieta kleikowa ma zastosowanie w ostrych schorzeniach przewodu pokarmowego, wątroby, trzustki, pęcherzyka żółciowego, nerek, w chorobach zakaźnych i stanach pooperacyjnych. Celem diety jest oszczędzanie narządu zmienionego chorobowo.
11. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa 3 i 5 posiłkowa)	Energia 2200 B – 93,5g T – 80,6g W – 275g	Dieta ma zastosowanie w cukrzycy w przypadku upośledzonej tolerancji glukozy. Celem diety jest zmniejszenie stężenia glukozy we krwi i poprawa metabolizmu.
12. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów przecierana (cukrzycowa 3 i 5 posiłkowa)	Energia 2200 B – 93,5g T – 80,6g W – 275g	Dieta ma zastosowanie w cukrzycy w przypadku upośledzonej tolerancji glukozy. Celem diety jest zmniejszenie stężenia glukozy we krwi i poprawa metabolizmu. Produkty /potrawy podawane są w postaci przetartej, rozdrobnionej –ułatwionej do określonego sposobu spożycia.
13. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów beztłuszczowa (cukrzycowa 3 i 5 posiłkowa)	Modyfikacja diety polega na zmniejszeniu podaży tłuszczu do 30 –50g /dobę.	Dieta ma zastosowanie w cukrzycy w przypadku upośledzonej tolerancji glukozy. Celem diety jest zmniejszenie stężenia glukozy we krwi i poprawa metabolizmu oraz ochrona narządów przez zmniejszenie ich aktywności wydzielniczej.
14. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów odchudzająca (cukrzycowa 3 i 5 posiłkowa)	Modyfikacja diety polega na zmniejszeniu podaży energii do 1000 –1200 kcal /dobę.	Dieta ma zastosowanie w cukrzycy w przypadku upośledzonej tolerancji glukozy. Celem diety jest zmniejszenie stężenia glukozy we krwi i poprawa metabolizmu oraz zredukowanie ilości kcal do 1000 –1200, jak również ograniczenie podaży tłuszczów.
15. Dieta dziecięca	Energia i wartości odżywcze wg zaleceń lekarskich od 1000 –2500, 3000 kcal /dobę.	Spełnia wymagania racjonalnego żywienia dzieci zdrowych i chorych (ew. wg. wskazań lekarza), tzn. ma za zadanie zapewniać zapotrzebowanie pacjenta na energię oraz wszystkie niezbędne składniki odżywcze potrzebne do

		prawidłowego wzrostu i rozwoju organizmu i monitorowania należyj masy ciała.
16. Dieta bezmleczna	Energia 2200 B – 77g T – 73g W – 308g	Celem diety jest dostarczenie choremu wszystkich niezbędnych składników pokarmowych oraz wyłączenie z jadłospisu produktów mlecznych i ich pochodnych.
17. Dieta wątrobowa	W przypadku prawidłowej masy ciała podaż energii jest zgodna z normą fizjologiczną, tj. 25 –30 kcal /kg mc. /dobę ( kcal pozabiałkowe). Dla chorych niedożywionych zapotrzebowanie energetyczne zwiększa się na 35 –40 kcal /kg mc. /dobę (kcal pozabiałkowe). Spożycie białka w granicach 1,0 –1,2 nawet 1,5g /kg mc. /dobę, tj. 90g /dobę. U pacjentów z zaburzeniami wydzielniczymi tłuszcze ogranicza się poniżej normy fizjologicznej do 30g – 50g /dobę. Węglowodany uzupełniają zapotrzebowanie na energię. Ich spożycie w ciągu doby wynosi 200 – 300g.	Celem diety dostarczenie choremu wszystkich niezbędnych składników pokarmowych oraz ochrona narządów przez zmniejszenie ich aktywności wydzielniczej.
18. Dieta specjalna		Wg wskazań lekarskich.