



ZALECENIA DIETETYCZNE PO AMPUTACJI KOŃCZYN

- Spożywanie regularnych, pełnowartościowych posiłków (mniejsze objętości, co 2,5-3 godziny)
- Jadłospis powinien być lekkostrawny i urozmaicony, ze względu na utratę masy ciała po przeprowadzonym zabiegu
- Należy unikać produktów bogatych w sól (produkty marynowane, wędzone, słone przekąski, produkty typu fast food, żywność wysokoprzetworzona, np. parówki) oraz słodczy
- Ograniczenie spożycia kawy, alkoholu, zaprzestanie palenia papierosów,
- Dbłość o odpowiedni poziom nawodnienia- wypijanie co najmniej 1,5 l płynów w ciągu dnia (woda mineralna, herbaty owocowe, ziołowe, słaba herbata czarna)
- Oszczędzający tryb życia, dostosowany do indywidualnych możliwości
- Należy przestrzegać zasad higieny podczas przygotowywania posiłków, by zminimalizować ryzyko zakażeń i zatruc pokarmowych- posiłki przygotowywać na świeżo, z produktów pewnego pochodzenia, unikać spożywania nieodpowiednio przechowywanej żywności (np. twarożków przechowywanych poza lodówką)
- Aktywność fizyczna dostosowana do możliwości organizmu (nawet w okresie rekonwalescencji)
- Jeśli amputacja nastąpiła na skutek choroby, której leczenie wymaga specjalnych zaleceń żywieniowych, np. cukrzyca, w dalszym ciągu konieczne jest przestrzeganie zasad sprzed operacji.

Opracował Dietetyk: mgr Marta Adamek, mgr Paulina Stern
Zatwierdził: Kierownik Sekcji Żywienia mgr inż. Katarzyna Laskowska- Nikanorow