



DZIAŁ ŻYWIENIA I DIETETYKI

SP ZOZ W SANOKU

DIETA PAPKOWATA

Dieta papkowata polega na podawaniu potraw w postaci rozdrobnionej, zmiksowanej lub przetartej do konsystencji papki. Ma na celu ułatwienie gryzienia, żucia i połykania oraz odciążenie przewodu pokarmowego.

Dieta zalecana jest w szczególności:

- po zabiegach operacyjnych w obrębie jamy ustnej, gardła i przełyku,
- w chorobach neurologicznych z zaburzeniami połykania (dysfagia),
- u pacjentów w podeszłym wieku z problemami żucia,
- w chorobach nowotworowych,
- w wyniszczeniu organizmu,
- w okresie rekonwalescencji.

Cel stosowania:

- ułatwienie przyjmowania pokarmów,
- zapobieganie zachłyśnięciom,
- poprawa stanu odżywienia,
- odciążenie przewodu pokarmowego,
- dostarczenie niezbędnych składników odżywczych.

Główne założenia diety

- Potrawy w konsystencji papki / puree.
- Eliminacja produktów twardych i trudnych do pogryzienia.
- Posiłki małe objętościowo, częste.
- Odpowiednia kaloryczność i zawartość białka.
- Dostosowanie gęstości potraw do możliwości połykania.

Uwagi praktyczne

- Posiłki podawać w temperaturze umiarkowanej.
- Unikać potraw suchych i kruszących się.
- Płyny zagęszczać w razie dysfagii
- Dbać o estetykę podania mimo rozdrobnienia.
- Dietę modyfikować indywidualnie.

Uwagi technologiczne

- Stosować gotowanie, duszenie, pieczenie bez przypiekania.
- Produkty miksować, przecierać przez sito.
- Zupy w formie kremów.
- Mięso mielić i rozdrabniać z dodatkiem sosów.

- Unikać smażenia.
- Potrawy rozrzedzać wywarem, mlekiem lub sosem.

Jadłospisy układane są przez dietetyka szpitalnego zgodnie z aktualnymi normami żywienia. W razie alergii pokarmowych lub nietolerancji składników dieta jest modyfikowana indywidualnie.

- Produkty wskazane i przeciwwskazane

Grupa produktów	Produkty wskazane	Produkty przeciwwskazane / ograniczane
Pieczywo i produkty zbożowe	pieczywo namoczone, kasze drobne, kleiki, ryż rozgotowany, makarony drobne	pieczywo twarde, grube kasze, produkty sypkie
Mleko i przetwory mleczne	mleko, jogurty, kefiry, twarożki, budynie, koktajle mleczne	sery twarde, sery pleśniowe
Mięso, ryby, jaja	mięso mielone, pasty mięsne, ryby gotowane rozdrobnione, jaja na miękko, jajecznica	mięso w kawałkach, wędliny twarde, ryby smażone
Warzywa	warzywa gotowane, miksowane, przeciery warzywne	warzywa surowe twarde, kapusta, ogórki kiszane
Owoce	musy owocowe, przeciery, owoce pieczone	owoce twarde surowe, suszone
Tłuszcze	masło, oleje roślinne dodawane do potraw	tłuszcze smażone, skwarki
Słodycze	kisiele, galaretki, budynie, musy	ciasta kruche, czekolada twarda
Napoje	herbata, mleko, kakao, napoje zagęszczane	napoje gazowane

Bibliografia

1. Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego PZH – PIB Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie. Red. M. Jarosz i wsp., Warszawa, wydanie aktualizowane.
2. Instytut Żywności i Żywienia / NIZP PZH – PIB *Zasady prawidłowego żywienia chorych w szpitalach*. Wytyczne dla żywienia zbiorowego zamkniętego.
3. Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności.
4. Rozporządzenie Ministra Zdrowia w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu leczenia szpitalnego – żywienie pacjentów.