Załącznik nr 1.1

NOMENKLATURA DIET W Sosnowieckim Szpitalu Miejskim Sp. z o.o.

I	**Dieta podstawowa**
II	**Dieta łatwo strawna**
II a	**Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu**
II b	**Dieta łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego**
III	**Dieta o zmodyfikowanej konsystencji**
III a	**Dieta papkowata**
III b	**Dieta płynna**
IV	**Dieta ubogo energetyczna**
V	**Dieta bogato białkowa**
VI	**Dieta ubogo węglowodanowa**
VII	**Dieta nisko białkowa**
VIII	**Diety specjalne**

I Dieta podstawowa

Obejmuje pokarmy spożywane przez ludzi zdrowych z wyłączeniem pokarmów ciężkostrawnych, wzdymających produktów modyfikowanych, alergogennych. Jadłospisy dekadowe winny być urozmaicone, pokrywające dzienne zapotrzebowanie energetyczne, odżywcze. Przy sporządzaniu posiłków stosuje się wszystkie procesy technologiczne.
kcal 2400 (+/-10%)
białko 90 g
tłuszcz 80 g
węglowodany 330 g

II Dieta łatwo strawna

Głównym zadaniem diety jest oszczędzanie przewodu pokarmowego.
Z jadłospisu powinny być wyłączone potrawy ostro przyprawione, intensywnie pobudzające wydzielanie soku żołądkowego, potrawy tłuste, zawierające dużo błonnika. Przy sporządzaniu potraw należy stosować gotowanie w wodzie, parze, duszenie b/tłuszczu.
kcal 2400 (+/-10%)
białko 93 g
tłuszcz 78 g
węglowodany 330 g

II a łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu

Polega na oszczędzaniu chorego narządu, łagodzeniu objawów bólowych, zapobieganiu skurczom pęcherzyka żółciowego, usprawnieniu procesu trawienia i wchłaniania, zapobieganiu stanom niewydolności narządów. Istotą diety jest ograniczenie tłuszczów oraz produktów o działaniu żółciopędnym.

kcal 2300 (+/-10%)
białko 92 g
tłuszcz 50 g
Węglowodany 370 g

II b Dieta łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego

Zadaniem diety jest dostarczanie organizmowi odpowiedniej ilości energii i składników odżywczych, zneutralizowanie soku żołądkowego lub ograniczenie jego wydzielania oraz niedrażnienie mechanicznie, chemicznie ani termicznie błony śluzowej żołądka. Posiłki powinny być gotowane. Natomiast w diecie z niedokwaśnością żołądka**,** należy umiarkowanie pobudzić wydzielanie soku żołądkowego, np. przez podanie soków warzywno-owocowych.

kcal 2300 (+/-10%)
białko 94 g
tłuszcz 77 g
węglowodany 307 g

III Dieta o zmodyfikowanej konsystencji (półpłynna)

Dieta przygotowywana na bazie diety lekkostrawnej po względem wartości odżywczej. Na śniadanie i kolację jak w diecie papkowatej + masło i zmielony dodatek białkowy, a na obiad jak w diecie łatwo strawnej z rozdrobnionym mięsem (mięso mielone). Dieta oszczędzająca mechanicznie, chemicznie i termicznie.

kcal 2400 (+/-10%)
białko 93 g
tłuszcz 78 g
węglowodany 330 g

III a Dieta papkowata

Dieta łatwostrawna, pełnowartościowa, oszczędzająca mechanicznie, chemicznie i termicznie. Z diety wyłączamy potrawy wzdymające, bogate w tkankę łączną, błonnik. Posiłki gotowane, miksowane podprawiane masłem w celu podwyższenia wartości odżywczej. Konsystencja gęstej papki

kcal 2400 (+/-10%)
białko 93 g
tłuszcz 78 g
węglowodany 330

III b Dieta płynna
Dieta łatwostrawna, pełnowartościowa, oszczędzająca mechanicznie, chemicznie i termicznie. Z diety wyłączamy potrawy wzdymające, bogate w tkankę łączną, błonnik. Posiłki gotowane, miksowane (bez grudek) podprawiane masłem w celu podwyższenia wartości odżywczej.
kcal 2400 (+/-10%)
białko 93 g
tłuszcz 78 g
węglowodany 330 g

IV. Dieta ubogo energetyczna
Zadaniem diety jest zmniejszenie masy ciała u osoby z nadwagą lub otyłej do tzw. masy należnej poprzez ograniczenie ogólnej ilości spożytych pokarmów. Ograniczenie pożywienia musi być tak realizowane, aby ilość składników odżywczych (poza tłuszczem i węglowodanami) dostarczonych w diecie były możliwie bliskie zapotrzebowania człowieka zdrowego. Zmniejszoną wartość energetyczną diety uzyskuje się przede wszystkim przez ograniczenie w całodziennym pożywieniu ilości tłuszczu dodanego i zawartego w produktach, a także przez ograniczenie produktów bogatych w węglowodany – głównie cukry proste.

V. Dieta wysokobiałkowa
Ma na celu dostarczenie białka o wysokiej wartości biologicznej w ilości 100 - 120g na dobę. Potrawy gotowane w wodzie, parze, duszone, pieczone w pergaminie.
kcal 2400 (+/-10%)
białko 120 g
tłuszcz 73 g
węglowodany 318 g

VI. Dieta ubogowęglowodanowa (cukrzycowa)
Jest to dieta indywidualna. Celem diety jest ograniczenie łatwoprzyswajalnych węglowodanów, cukrów prostych i dwucukrów, ograniczenie tłuszczu (ok. 25% energii). Jej najważniejszym zadaniem jest przeciwdziałanie powstawaniu powikłań cukrzycy. Dieta ta powinna być zbliżona do sposobu żywienia człowieka zdrowego i nieodczuwana przez chorego, jako dieta uciążliwa. Jest to dieta niskoenergetyczna (wartość energetyczna diety zależy od masy ciała pacjenta, wieku, jego aktywności fizycznej).W diecie cukrzycowej zaleca się spożywanie znaczących ilości warzyw. Ważna jest kontrola ilości i jakości spożywanych posiłków, równomierne rozłożenie w czasie w ciągu całego dnia ilości od 3 do 5 razy dziennie. Liczba posiłków, jak i godzina ich spożywania powinny być zawsze jednakowe.
kcal 2400 (+/-10%)

białko 98 g
tłuszcz 70 g
węglowodany 343 g

Dieta kleikowa
Jest to dieta niefizjologiczna. Stosuje się ją krótko. Składa się z kleików sporządzanych np. z ryżu, kaszy mannej. Podaje się gorzką herbatę, suchary, biszkopty w zależności od wskazań lekarskich.

Dieta zerowa
Stosowana po zabiegach chirurgicznych głownie po zabiegach w znieczuleniu ogólnym lub na zlecenie lekarza.

Dieta specjalna
Każda indywidualna dieta zlecona przez lekarza np. z ograniczeniem związków purynowych, bezglutenowa, bezmleczna i inne (również wegetariańska i wegańska).

Każda z ww. diet może być skojarzona z inną (współistnienie chorób).

Średnie dekadowe odchylenie wartości kalorycznych i odżywczych winno mieścić się w wartościach optymalnych.