

NEOPHODNI DIJETALNI REŽIM ZA PACIJENTE NAKON „GASTRIC SLEEVE“ OPERACIJE

Prof. dr Miroslav D. Ilić, hirurg

I i II NEDELJA NAKON OPERACIJE ("T E Č N A D I J E T A")

- VODA: sisati kockice leda; piti u malim gutljajima pogotovo u stojećem stavu; ukupno za 24 časa popiti oko litru do litru i po vode; moguća je i mineralna voda ali jako obazrivo!;
- ČAJ: strogo NEZASLAĐEN ČAJ (bez meda!!) a ukoliko je potrebno dodati veštačko sladilo ("stevia" ili "natren"), takođe piti u malim gutljajima u uspravnoj poziciji;
- SUPA BEZ REZANACA: najbolje mlaka, sa malo soli, takođe uzimati sa kašikom ali ne velika količina (ne više od POLA ČAŠE);
- KAFA: dozvoljene su sve vrste kafe ali najbolje one koje nisu jake, pogotovo je dobra "nes" kafa sa mlekom i to hladna; moguće je popiti nekoliko u toku dana PO POLA ŠOLJE, ali da NIJE SLAĐENA ŠEĆEROM (ili medom);
- PARADAJZ ČORBA: takođe bez rezanaca, mlaka
- JOGURT (sa što manje masti!)
- KISELO MLEKO (sa što manje masti!)
- CEĐENI SOKOVI (ceđena narandža - jedna razblažena u 1,5 l vode, limun, jabuka...), a zabranjeni su "komercijalni" sokovi sa šećerom;

III i IV NEDELJA NAKON OPERACIJE ("K A Š A S T A I S H R A N A")

- OBAVEZNO UNETI U TREĆOJ NEDELJI VITAMINE ("Centrum" ili slični preparati u kojima ima više vitamina)!
- NASTAVITI SA UNOSOM OKO 1,5 litar tečnosti kao i u prvih 15 dana;
- SUPE I ČORBE sa PILEĆIM MESOM koje treba IZMIKSIRATI i tako konzumirati PO MALO I NE NAGLO;
- KOMPOT (kuvano voće sa dosta tečnosti i malo zaslađivača);
- KUVANI PIRINAČ ("sutlijaš" BEZ ŠEĆERA);
- Pire krompir;
- KUVANA RIBA sa limunovim sokom IZMIKSIRAN;
- BUJON sa povrćem (krompir, blitva, jaje) IZMIKSIRAN;
- JUGURT sa dvopekrom IZMIKSIRAN;
- KISELO MLEKO sa dvopekrom IZMIKSIRAN;

ZABRANJENO UNOSITI u prvih mesec dana
ALKOHOL
GAZIRANE KOMERCIJALNE SOKOVE
ŠEĆER I MED
ČVRSTU HRANU

Dozvoljene su ŽVAKE bez šećera („orbit“)