

DYSFAGIE

Vážení pacienti,

chtěli bychom Vám nastínit ukázky diet, které využíváme u pacientů s poruchami polykání.

Jsou to nejčastěji pacienti po cévních mozkových příhodách, kteří nemohou jíst dobře běžné jídlo z důvodu rizika vdechnutí kousků stravy, která je např. příliš tuhá, příliš lepivá nebo drobivá, kterou nemohou dobře rozmělnit apod.

První dieta je složena z jídel jednotné homogenní konzistence, vše je důkladně rozmixováno, případně prolisováno.

Pití podáváme většinou zahuštěné.

V této fázi je důležité nepodávat jakékoliv kousky, ani pečivo.

Mléko a bujon, které jsou zde uvedeny, slouží k případnému naředění pokrmu do požadované konzistence.

	PO	ÚT	ST	ČT	PÁ	SO	NE
snídaně	Šlehaná krupičná kaše s meruňkami 350g máslo na rozpuštění mléko 200ml	šlehaná vločková kaše s jablky a skořicí lisovaná 350g máslo na rozpuštění mléko 200ml	šlehaná jáhlová kaše s povidly lisovaná 350g máslo na rozpuštění mléko 200ml	šlehaná pohanková kaše lisovaná s kompotem 350g máslo na rozpuštění mléko 200ml	šlehaná krupičná kaše s kakaem 350g máslo na rozpuštění mléko 200ml	šlehaná vločková kaše lisovaná s jablky 350g máslo na rozpuštění mléko 200ml	Šlehaná rýžová kaše lisovaná s meruňkami 350g máslo na rozpuštění mléko 200ml
př.	ovocná přesnídávka	ovocná přesnídávka	ovocná přesnídávka	ovocná přesnídávka	ovocná přesnídávka	ovocná přesnídávka	ovocná přesnídávka
oběd	šlehané hovězí 100g šlehaná boloňská omáčka 200g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml	šlehané vepřové 100g šlehaná mrkev dušená 200g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml	šlehané telecí 100g šlehaný špenát 200g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml	šlehané hovězí 100g šlehaná štěpánská omáčka 200g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml	šlehaná játrová omáčka 300g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml	šlehané filé na másle 100g šlehaná zelenina dušená 200g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml	šlehané kuřecí 100g šlehaná papriková omáčka 200g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml
sv	jogurt bílý	šlehaný puding s ovocem	šlehaný tvaroh s banánem	jogurt ovocný	šlehaný tvaroh s kompotem	šlehaný puding s tvarohem	jogurt bílý
večeře	šlehané krůtí na kmíně 100g šlehané cuketové zelí lisované 200g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml	šlehané kuřecí 100g na smetaně s hráškem 200g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml	šlehaný pangacius 100g na protlaku s bazalkou 200g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml	šlehané kuřecí 100g šlehaná kapusta 200g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml	šlehaný květák s vejcem a šunkou 300g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml	šlehané vepřové 100g šlehané zadělávané fazolky 200g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml	šlehané hovězí 100g šlehaná brokolice v sýrové omáčce 200g šlehaná brambor. kaše 300g bujon 100ml

Druhá dieta je ukázkou pro pacienty, kteří se již zlepšili, mohou lépe kousat, nadále však nemohou některé rizikové potraviny (např. rýži jako samostatnou přílohu, tuhé maso, lepivé sýry, celé jablko, kedlubnu apod.)

V naší nemocnici řešíme výběr potravin a vhodných pokrmů individuálním přístupem. Ale zpravidla již lze zařazovat pečivo, krémové polévky, měkké druhy ovoce.

Pro přehlednost uvádíme možný výběr potravin, které lze zařazovat:

	Vhodné potraviny	Nevhodné potraviny
Pečivo, těstoviny, obiloviny	nedrobivý chléb, chléb bez kůrky, veka, cereálie, které lze dobře rozmočit v mléce nebo v jogurtu (cornflakes), sušenky namočené v mléce, měkké koláčky, vlhké buchty měkké těstoviny – podávat s omáčkou rozvařená kulatozrná lepivá rýže nebo ve formě nákypu	všechny drobné a suché chleby, sendviče, tvrdé pečivo, suché sušenky, sypací rýže (parboiled, dlouhozrná rýže, rýže basmati) Nedovařené nebo suché těstoviny, případně připečené těstoviny
Zelenina	pouze vařená nebo tepelně upravená zelenina, kterou lze snadno rozmačkat vidličkou, doměkka uvařené luštěniny (částečně jako kaše, případně lisované) zeleninové krémové polévky a omáčky	kousky větší než 0,5 cm nebo příliš tuhé kousky zeleniny, které nelze rozmělnit vidličkou příliš vláknitá zelenina, která vyžaduje intenzivnější žvýkání (hrách, kukuřice, košťály např. z kvěťáku, brokolice)
Ovoce	ve formě pyré z měkkého čerstvého ovoce - například mačkaný banán, mango jemně nakrájené měkké kousky konzervovaného nebo vařeného ovoce, ovocné šťávy – lze i zahuštěné dle potřeby džemy a marmelády bez semínek	ovocné kousky větší než 0,5 cm, nebo s obsahem zrníček (maliny, ostružiny), tvrdé kousky ovoce, které nelze rozmačknout vidličkou, tuhé slupky sušené ovoce, semena, ořechy
Mléko, mléčné výrobky	mléko, mléčné koktejly, dezerty, krémy, pěny, jogurty - mohou mít malé měkké kousky ovoce, měkké nedrobivé tvarohové sýry	měkké sýry, které jsou lepkavé a žvýkací, například Camembert, tavené sýry
Maso, ryby, vejce	hrubě mletá nebo na malé kousičky krájená měkká masa, podávané s omáčkou kousky ryb bez kostí – filé, losos, pangacius velmi měkké vaječné pokrmy, například míchaná vejce měkké kousky tofu	vláknité a tuhé maso, suché kousky masa masové pokrmy s hráškem, většími kousky cibule suché, tvrdé, tuhé nebo křupavé a připečené pokrmy, ze kterých nelze být snadno kaše
Dezerty, moučníky	pudinky, mléčné dezerty, jogurty a zmrzliny (mohou obsahovat malé kousky měkkého ovoce), měkké vlhké piškotové dorty a dezerty s pudinkem, krémem nebo zmrzlinou, například tiramisu, měkké dezerty z ovoce bez tuhých kousků (ne z listového těsta nebo s kokosem) smetanová či mléčná rýže, velmi jemná, hladká, čokoláda	moučníky s velkým, tvrdým nebo vláknitým ovocem nebo s hrozkami, semeny nebo kokosem pečivo tvrdé nebo s drobenkou
Ostatní	polévky - mohou obsahovat malé měkké kousky, např. těstoviny, měkké nočky, měkké kousky zeleniny omáčky a dipy s malými měkkými kousky zeleniny	polévky s velkými kusy masa nebo zeleniny, s kukuřicí nebo suchou rýží