

Úvod:

Podávame ju pacientom s chorobami obličiek, keď je potrebné čiastočne obmedziť príjem bielkovín, napr. na určitý krátky čas pri akútnom zápale obličiek, pri chronických ochoreniach obličiek.

Obmedzenie bielkovín musí určiť lekár.

Charakteristika:

- Hlavnou zásadou tejto diéty je obmedzenie bielkovín asi na polovicu bežnej dávky, pričom sa vyberajú bielkoviny biologicky hodnotnejšie. Preto v povolenej dávke treba dodať najmä živočíšne bielkoviny a zemiaky.
- Táto diéta sa väčšinou pripravuje bez soli a chorý potom podľa rady lekára jedlá dosáľa povoleným množstvom soli, ktorú má v gramových balíčkoch.

Technológia prípravy pokrmov

Diéta sa pripravuje bez soli. Mäso sa podáva približne v polovičných dávkach, obyčajne raz denne. Nevyžaduje si však nijaké mimoriadne technologické postupy, ale uprednostňujeme postupy, ktoré sú pre organizmus prospešné.

Vhodné jedlá:

- **Polievky:** zeleninové, mäsové, zemiaková, paradajková, rascová, vložková.
- **Závarky:** cestoviny, lievanka, suš. žemľa, mrvenica.
- **Mäsa:** všetky druhy ,okrem diviny.
- **Prílohy:** zemiaky, cestoviny, ryža, zemiakové knedle, žemľové knedle.
- **Zelenina:** všetky druhy (obmedzíme nafukujúce a vylúčime strukoviny).
- **Ovocie:** všetky druhy (obmedzíme , príp. vylúčime banány, marhule, broskyne).
- **Múčne jedlá:** zo zemiakového cesta, ryžový nákyp, žemľovka, palacinky(vylúčime čerstvé kysnuté cestá).

Nevhodné jedlá:

Kuchynská soľ a jedlá, ktoré ju obsahujú -údeniny, šunka, údené a solené ryby, mäsové konzervy, slanina, kyslé uhorky, sardelová pasta, horčica, vnútornosti, minerálky. Pečivo a chlieb podávame podľa možnosti tiež neslané (podľa rady lekára). Mlieko a vajcia sa používajú tiež len v obmedzenom množstve.



Nízkobielkovinová diéta

Edukačný list pre pacientov

Ľubovnianska nemocnica, n.o.

**Pomáhame pri návrate
Vášho zdravia**

www.lubovnianskanemocnica.sk

Obrancov mieru č. 3
064 01 Stará Ľubovňa
tel.: +00421 52 43 17 111
fax.: +00421 52 43 21 367

