



Betegtájékoztató Sugárkezelés alatt javasolt puffasztó mentes étrend

A tájékoztató csak kiegészítője a szóbeli tanácsadásnak!
Dietetikussal történő konzultálást nem helyettesíti!

Javasoljuk, hogy az alábbi kímélő étrendet a sugárterápia időtartama alatt és CT vizsgálatot megelőző napon és közvetlenül előtte tartsa be! Ezt követően visszatérhet megszokott étrendjére, de legyen tekintettel az egészséges táplálkozás szempontjaira is!

Nyersanyag	Javasolt	Tilos
Gabonafélék	rizs, búzadara, kukoricaliszt, finomliszt, zsemlemorzsa, keményítő	müzli, korpafélék, csírafélék
Pékárúk	fehér kenyér, barna kenyér, félbarna kenyér, rozskenyér, zsemle, kifli, kuglóf, pogácsafélék, sajtos rúd	maggal leszórt pékárúk
Édességek	nápolyi, piskóta, kekszek, linzerek	tejszínes sütemények, friss kelt kalácsok
Tésztafélék	kifőtt tészta, rizsfelfűjt, darafelfűjt, túrófelfűjt	feltétnek, hozzávalónak mák, káposzta, dió
Zöldségfélék	burgonya, spenót, sóska, zeller, tökfélék, sárgarépa, cékla, salátafélék, zöldbab, petrezselyemgyökér, uborka, paprika és paradicsom héj nélkül	káposztafélék, bab, sárgaborsó, lencse, szója, gomba, kukorica, retek, brokkoli, karalábé, karfiol, zöldborsó, nyers hagyma, fokhagyma
Gyümölcsök	a tiltottakat kivéve mindegyik	cseresznye, körte, szilva
Tej, tejtermékek	joghurt, kefir, tejföl, sajtok, túró	tejszín, tejszínhab, tej, tejes ital kezelés előtt
Húsok, húskészítmények	a tiltottakat kivéve mindegyik	zsíros, füstölt húsok, fűszeres húskészítmények
Tojás	kezelést, vizsgálatot megelőző órákban kerülendők	
Diófélék, olajos magvak		

Rendszeresen 5-ször, és lehetőleg mindig ugyanabban az időben étkezzen! Egyszerre kis mennyiséget fogyasszon! Fontos a megfelelő mennyiségű folyadékfogyasztás: 2-2,5 l/nap. Ihat vizet, teát, gyümölcslevet, limonádét, gyümölcsleveket, szénsavmentes ásványvizet. Szénsavas italokat ne fogyasszon a kezelést megelőzően!

Fontos, hogy a vizsgálat elvégzése és minden kezelés előtt ürítse ki hólyagját és fogyasszon fél liter szénsavmentes és/vagy alkoholmentes folyadékot!