

## **TOMOGRAFIA KOMPUTEROWA JAMY BRZUSZNEJ I MIEDNICY– PRZYGOTOWANIE DO BADANIA ZA POMOCĄ DIETY**

Przed badaniem należy oczyścić jelita z zalegających resztek pokarmowych.

W tym celu w ZDO ICZMP stosowane są dwa sposoby:

- **dieta** ALBO

- **zastosowanie środków farmakologicznych** (opis przygotowania w linku pod nazwą „Tomografia komputerowa jamy brzusznej i miednicy – przygotowanie do badań za pomocą środków farmakologicznych”)

– w zależności od decyzji Pacjenta

**Od czwartego dnia** przed badaniem nie należy spożywać:

- ✓ siemienia lnianego, maku, sezamu, słonecznika, orzechów i innych nasion, pestek owoców i warzyw
- ✓ pieczywa z ziarnami, pieczywa razowego, gruboziarnistych kasz
- ✓ owoców i warzyw pestkowych (np. winogrona, kiwi, truskawki, maliny, jagody, figi, pomidory)

**Od trzeciego dnia** przed badaniem poleca się dalsze zastosowanie diety ograniczającej spożycie błonnika według wskazówek podanych w tabeli poniżej. Oprócz diety należy przyjmować odpowiednie ilości płynów - osoba dorosła o masie ciała ok. 70 kg powinna przyjmować ok. 2,5-2,8 litra płynów dziennie.

**Technika przygotowywania posiłków:**

- ✓ gotowanie w wodzie lub na parze
- ✓ duszenie bez tłuszczu

### **Produkty polecane i zabronione w diecie ubogoresztkowej**

<b>PRODUKTY</b>	<b>DOZWOLONE</b>	<b>ZABRONIONE</b>
<b>Pieczywo, kasze</b>	pieczywo jasne, czerstwe, ryż biały, makaron pszenny nitki lub ryżowy	pieczywo ziarniste, razowe, graham, kukurydziane, wszystkie kasze, szczególnie gruboziarniste, makarony z mąki pełnoziarnistej
<b>Nabiał</b>	chude mleko, ser twarogowy chudy mielony, homogenizowany	tłuste mleko, śmietana, ser typu feta, sery tłuste, topione
<b>Mięso, wędliny</b>	chude: cielęcina, wołowina, królik, indyk, kurczak bez skóry chuda wędlina drobiowa, szynka gotowana, polędwica	wieprzowina, baranina, podroby, kaczka, gęś, boczek, paszтет, kaszanka, konserwy
<b>Jaja</b>	gotowane na miękko lub na parze	smażone
<b>Ryby</b>	dorsz, mintaj, pstrąg	łosoś, węgorz, halibut, makrela, śledź, wędzone, konserwy
<b>Tłuszcze</b>	oliwa z oliwek, masło, olej sojowy, słonecznikowy, rzepakowy	smalec, słonina, łój, margaryny w kostkach
<b>Warzywa</b>	marchew, pietruszka, zielona sałata, pomidor bez skórki i pestek	fasola, soczewica, groch, inne strączkowe, ogórki, kapusta, grzyby, kalafior, cebula, rzodkiewka
<b>Owoce</b>	soki owocowe o jasnej barwie bez miąższu	wszystkie owoce surowe ze skórką i miąższem
<b>Desery</b>	w ograniczonej ilości: miód, dżem, cukier i cukierki landryny, galaretki czyste bez dodatku barwników, wafle pszenne, kisiel, biszkopty, herbatniki z mąki pszennej	ciasta, kremy, czekolada, chipsy i inne przekąski typu fast food
<b>Przyprawy</b>	łagodne: koper, majeranek, cynamon, sok z cytryny	pieprz, papryka, czosnek, musztarda, ketchup, majonez, vegeta, maggi
<b>Napoje</b>	słaba herbata, woda średnio mineralizowana, soki rozcieńczone bez miąższu, kawa bez fusów	napoje gazowane, alkohol, mocna kawa, herbata, napoje o ciemnoczerwonej, fioletowej barwie

### ***Przykładowy jadłospis 1***

Śniadanie: bułka pszenna z masłem, serkiem homogenizowanym chudym, łyżeczka dżemu morelowego. Kromka chleba bez skórki, jajko na miękko, pomidor bez skórki i ziaren z miąższu. Słaba herbata z cukrem.

Obiad: Bulion warzywno-mięsny (przecedzony), 1/2 szklanki gotowanego makaronu pszennego nitki. Mielona, gotowana pierś z kurczaka, skropić oliwą z oliwek. Puree z marchewki, pietruszki, ziemniaka, koperek. Kompot z jabłek bez owoców.

Podwieczorek: kisiel o smaku brzoskwińowym. Garść biszkoptów pszennych. Słaba herbata z miodem i sokiem z cytryny.

Kolacja: chleb pszenny z masłem, polędwica sopocka, sałata zielona. Herbata z melisy.

**Jeden dzień przed badaniem** należy stosować dietę płynną, bezresztkową. Ostatni posiłek powinien być spożyty do godz. 18:00.

### ***Przykładowy jadłospis 2***

Śniadanie: krem z białego ryżu na wodzie, łyżeczka oliwy z oliwek, łyżeczka miodu. Słaba herbata z sokiem z cytryny, cukier.

Obiad: bulion warzywny czysty. Słaba herbata z sokiem z cytryny.

Kolacja: Galaretka o smaku cytrynowym. Woda z łyżeczką miodu.

**W dniu badania** dozwolone jest picie wody, słabej herbaty. W przypadku silnego uczucia głodu można spożyć kilka landrynek. Na 2 godziny przed badaniem nie należy przyjmować płynów.

**Dieta po badaniu:** W kolejnym dniu po badaniu pacjent nie powinien się przejadać, ale może powrócić do zwyczajowego sposobu żywienia.