

ŻYWIENIE W GASTROLOGII



JAKIE SĄ NAJCZĘSTSZE SCHOROZNIENIA GASTROLOGICZNE, WYMAGAJĄCE MODYFIKACJI DIETY?

Choroba refluksowa przełyku (GERD) – czynniki ryzyka:

- zaawansowany wiek,
- otyłość brzuszna,
- płeć męska,
- palenie papierosów,
- rasa biała.

JAKICH PRODUKTÓW NALEŻY UNIKAĆ?

- Wzmagających wydzielanie żołądkowe (kawa, ostre przyprawy, alkohol, soki i owoce cytrusowe),
- obniżających ciśnienie w dolnym zwieraczu przełyku (czekolada, mięta, alkohol, tłuszcze).

ZESPÓŁ JELITA NADWRAŻLIWEGO (IBS) – PRODUKTY NASILAJĄCE OBJAWY:

- produkty zawierające fermentujące oligo-, dwu- i monosacharydy i poliole (FODMAP),
- produkty bogate w biogenne aminy (tuńczyk, salami, ser żółty, wino/piwo),
- produkty uwalniające histaminę (wieprzowina, mleko, wino/piwo).

ZADANIE PUBLICZNE
JEST WSPÓŁFINANSOWANE
ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA

CHORZY NA NIESWOISTE ZAPALENIA JELIT (NZJ)

35-55% pacjentów przyjmowanych do szpitala jest niedożywionych. Nie każdy otrzymuje adekwatne wsparcie żywieniowe. **20%** z nich ma ciężkie niedożywienie wymagające leczenia żywieniowego.

PRZYCZYNY NIEDOŻYWIENIA W NZJ:

- **niedostateczna podaż pożywienia** (utrata łaknienia, afty, owrzodzenia w jamie ustnej, nudności i wymioty, bóle poposiłkowe),
- **zespół złego wchłaniania** (obniżenie powierzchni chłonnej poprzez resekcje jelit, przetoki, zanik kosmków jelitowych, rozrost flory bakteryjnej jelita cienkiego),
- **zwiększenie strat jelitowych,**
- **wpływ leków,**
- **zwiększone zapotrzebowanie.**

Według wytycznych ESPEN wszyscy chorzy na NZJ powinni być konsultowani przez dietetyka w okresie remisji celem uniknięcia niedoborów pokarmowych i niedożywienia.

POSTĘPOWANIE ŻYWIENIOWE W NIESWOISTYCH ZAPALENIACH JELIT:

- remisja – brak restrykcji dietetycznych,
- rodzaj diety zależny od stopnia ciężkości choroby,
- leczenie żywieniowe w przypadku niedożywienia.

CHCESZ DOWIEDZIEĆ SIĘ WIĘCEJ?



NAPISZ MAIL'A
info@apetytnazycie.org



ZAGLĄDNIJ NA STRONĘ INTERNETOWĄ
apetytnazycie.org



POLUB NASZ FANPAGE
fb.com/ApetytNaZycie



SKONTAKTUJ SIĘ TELEFONICZNIE
(+48 12) 444 68 08



ODWIEDŹ NAS
**Stowarzyszenie „Apetyt na Życie”
Al. Daszyńskiego 22, 31-534 Kraków**