

Dieta při průjmovém onemocnění určená pro kojence a batolata

Informace pro rodiče dětského pacienta

Červenec/2012

V dietě je nutno dbát hlavně na dostatečný příjem tekutin (1,5 – 2 litry), které podáváme ve formě sladkého (ne hořkého) čaje. Doslazujte dle chuti normálním cukrem či Glukopurem. Dietu u dítěte dodržujte do úpravy konzistence stolice.

- 1. den** podáváme pouze tekutiny, vlažný čaj slazený dle chuti nebo přírodní minerální vodu (kojenecká voda – neperlivá), rýžový odvar či mrkvový odvar.
- 2. den** můžeme dle počtu stolic a celkového stavu přidat jemně nastrohaná jablka – oloupaná, polévku z mrkve a rýže /vodu, mrkev, rýži rozvařit do měkka a rozmixovat, dle chuti možno přisolit/, nemastnou bramborovou kaši, jemně nastrohaná jablka – oloupaná, dětské piškoty či Bebe sušenky, jablečnou přesnídávku, banán mixovaný nebo rozmačkaný.
U kojenců podat před kojením rýžový či mrkvový odvar.
- 3. den** pokračujeme, zlepšili-li se stolice, nemastnou bramborovou kaší, rozšlehanou pouze vodou a přisolenu. Možno podat při dobrém stavu i masový vývar z libového kuřecího nebo hovězího masa, možno zahustit rýží. U kojenců lze začít podávat mléko ředěné napůl s rýžovým či mrkvovým odvarem.
- 4. den** dosavadní výběr jídel, kaše možno ředit mlékem s nízkým obsahem tuku. U kojenců lze začít střídat dávku plného mléka s dávkou ředěného mléka napůl s rýžovým či mrkvovým odvarem.
- 5. den** dojde-li ke zlepšení stolic, možno přidat mleté libové, nejlépe kuřecí maso, jemně nasekanou libovou šunku, libové hovězí nebo telecí maso, vše ve formě mleté kaše. U kojenců lze začít podávat trvale plné mléko.

Rýžový odvar – 150 g rýže vařit v 1 litru vody. Vodu do množství 1 litru při vaření stále dolévejte. Po uvaření vše rozmixujte.

Mrkvový bujón – 300 g mrkve vařit v 1 litru vody. Vodu do množství 1 litru při vaření stále dolévejte. Na konec přidejte 100 g cukru a vše rozmixujte.

Z ovoce podávat pouze jablka nebo banány. Zákaz veškerých mléčných výrobků v prvních třech dnech průjmového onemocnění!

Vypracoval/a: Bc. M. Nechutná

Dne: 13.6.2012

Platnost: neomezeně