

Nízkobakteriální dieta

Při onkologické léčbě je dětský pacient ohrožen oslabenou imunitou a z tohoto důvodu je nutné eliminovat riziko přenosu možných patogenů ze stravy, proto omezuje potraviny, které mohou být rizikové, co se týká přítomností bakterií, kvasinek a plísní.

Mléčné výrobky

Nevhodné: čerstvé mléko a sýry, plísňové sýry, jogurty s živými kulturami*, kefíry, zakysané mléka, čerstvé tvarohy

Vhodné: trvanlivé mléko a dětské dezerty, pudinky, terminované jogurty, tvrdé sýry – Eidam, Gouda a pod, termizované sýry typu Lučina, Žervé, tavené sýry.

*podávání jogurtů s živými kulturami je možné po konzultaci s ošetřujícím lékařem či nutričním terapeutem

Maso

Nevhodné: maso a ryby nedostatečně tepelně zpracované, uzené ryby, sushi, fermentované uzeniny

Vhodné: dostatečně tepelně upravené, nefermentované uzeniny,

Vejte

Nevhodné: nedostatečně tepelně zpracované vejce (míchaná, na měkko, volská oka apod.)

Vhodné: dostatečně tepelně zpracované, např. na tvrdo, nebo jako součást tepelně upravených pokrmů

Ovoce a zelenina

Nevhodné: čerstvé, které nelze dostatečně oloupat ve vyšší vrstvě, syrové bobulovité ovoce, větší množství tropického ovoce, pomelo a grapefruit, syrové kysané zelí, kimchi. Plody musí být kvalitní, neotlučené, vždy dobře omyté.

Vhodné: tepelně zpracované, dostatečně oloupané a omyté ovoce a zelenina.

Ořechy a sušené plody

Nevhodné: ořechy, semena, sušené ovoce

Vhodné: dostatečně tepelně zpracované v malém množství

Nápoje:

Nevhodné: studniční voda, teplá voda z řadu, nepasterizované ovocné a zeleninové šťávy, domácí bylinné čaje, bylinné kúry

Vhodné: voda z řadu, balené vody, ovocné a černé čaje

Obiloviny

Nevhodné: nedostatečně tepelně zpracované, např. syrové ovesné vločky

Vhodné: dostatečně tepelně zpracované

Ostatní nevhodné potraviny:

Syrový med, syrové droždí a těsta, produkty domácího zavařování, čerstvé zelené natě a bylinky,

Kakao holandského typu bez tepelného zpracování, točené a kopečkové zmrzliny

Nakupování a skladování potravin:

Nedoporučujeme pokrmy a potraviny z pultového prodeje, z restaurací, z provozoven rychlého občerstvení a cukráren

Potraviny, které podléhají rychlé zkáze např. uzeniny, sýry je vhodné kupovat originálně zabalené od výrobce a spotřebovat do 24 hod od otevření za podmínek dobrého uskladnění v lednici

Máslo, kečup, džem, sirupy spotřebovat do 5-7dnů, opět uskladněné v lednici

Majonézu a tatarskou omáčku spotřebovat okamžitě (domácí výroba zakázána)

Uvařené pokrmy je ideální sníst ihned, jestliže to není možné, lze je uchovat max. 24 hod, jestliže po uvaření rychle zchladíme, uskladníme v lednici v uzavřené nádobě a před podáváním necháme přejít varem.

Hygiena

Při přípravě a skladování pokrmů a potravin dbejte zvýšené hygieny, často si myjte ruce, častěji měňte houbičky na nádobí, používejte pouze jedno prkénko na maso, v lednici udržujte čistotu a nižší teplotu

Během léčby se u dětí mohou vyskytovat různé zažívací obtíže, nechutenství a je vhodné stravu tomuto stavu přizpůsobit. Proto je vhodné ve dnech intenzivní léčby volit stravu lehce stravitelnou a nenadýmavou.