

**Acest regim va este oferit de: Doamna Dana Bucur, Medic specialist Gastroenterolog cu competenta in Ecografie si Endoscopie digestiva. Detalii si programari pe [www.gastromed.ro](http://www.gastromed.ro) in cadrul rubricii contact.**

## **REGIM IGIENO- DIETETIC IN DIAREEA ACUTA**

**Acest regim va fi utilizat timp de maxim 7 zile in diareea acuta si a la long in diverticulita ce complica boala diverticulara colonica si in stenozele de tub digestiv.**

**Se poate initia regimul doar cu lichide in primele 24-48 ore(in caz de simptome severe):**

- **Ceai indulcit foarte putin de menta, sunatoare, musetel**
- **Supa morcovi sau zarzavat strecurata**
- **Zeama de orez**
- **Se vor consuma 2-3 litri fluide/zi pentru a compensa pierderile.**

**Ulterior, daca se obtine ameliorarea simptomelor, se poate largi regimul adaugand:**

- **Lapte, branza slaba(daca nu exista intoleranta la lactoza)**
- **Carne slaba de pui, curcan, vita slaba, jambon**
- **Unt, ulei crud**
- **Biscuit, paine prajita**
- **Jeleu fructe**
- **Zahar, miere, cacao degresata**
- **Sare, vanilie, scortisoara**
- **Orez, porumb malai, paste fainoase bine fierte**
- **Ceai, suc fructe fara pulpa, cafea slaba, apa plata**

**Daca se normalizeaza scaunele, se pot adauga:**

- **Ou fiert**
- **Legume fierte, pasate prin sita initial, apoi intregi.**

-

**Acest regim va este oferit de: Doamna Dana Bucur, Medic specialist Gastroenterolog cu competenta in Ecografie si Endoscopie digestiva. Detalii si programari pe [www.gastromed.ro](http://www.gastromed.ro) in cadrul rubricii contact.**