

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 in cadrul rubricii contact.

REGIM IGIENO-DIETETIC IN PANCREATITA CRONICA

Reguli generale:

- **INTERZIS ALCOOLUL, INCLUSIV BEREA FARA ALCOOL**
- **INTERZIS FUMATUL SI EXCITANTELE (CAFEAUA)**
- **Mesele vor fi mici si dese**
- **Regimul va contine 2500 kcal din care 30% proteine, 30% lipide si 40% glucide (250 g hidrati de carbon minim la diabet)**

Regim dietetic: PERMISE:

- **Carne: pui, vita, curcan, vanat slab, ficat, rinichi, mezeluri carne pui, peste slab(cod, pastrav, stiuca, crab, rac)**
- **Supe: de pui sau vita slaba**
- **Grasimi: unt, margarina, ulei masline,soia, porumb, floarea soarelui**
- **Ou: fiert**
- **Legume: cartofi, morcovi, conopida, spanac, sfecla, salata verde, rosii si castraveti fara coaja**
- **Fructe: bine coapte, eventual decojite, in compot- mere, pere, banana, portocale, grefe, capsuni, zmeura, caise, piersici, kiwi, pepene galben**
- **Lactate: lapte degresat, iaurt degresat, branza degresata**
- **Paine: prajita, neagra, graham**
- **Produse de patiserie: prajituri cu fructe, budinca, macaroane, chec, turta dulce, gris, orez**
- **Dulciuri: zahar, miere, marmelada- daca pacientul nu are si diabet**

- **Condimente: vegetale**
- **Bauturi: ceai negru sau plante, cafea slaba, suc fructe sau legume, apa plata sau minerala**

INTERZISE:

- **Carne: grasa de vita, porc, berbec, prajeli, rata, gasca, afumaturi, tocaturi, rantasuri, mezeluri grase sau foarte condimentate, peste gras (crap, scrumbie, macrou, somn, ton, sardele ulei)**
- **Supe: de carne grasa, de oase, de burta**
- **Grasimi: untura, slanina**
- **Ou: prajit, rascopt**
- **Legume: ceapa, usturoi, varza murata, fasole, soia, mazare**
- **Fructe: necoapte- mere si pere in coaja, prune, coacaze, agrise**
- **Lactate: lapte gras, iaurt gras, branza grasa, cascaval, branza cu mucegai, branza topita**
- **Paine: proaspata**
- **Produse de patiserie: tort, gogosi, clatite, aluat frantuzesc**
- **Dulciuri: bomboane, ciocolata**
- **Condimente: iuti, sosuri din comert**
- **Bauturi: ALCOOL, cafea tare.**

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 in cadrul rubricii contact.

