

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 BOLILE VEZICII BILIARE SI ALE PANCREASULUI

Alimente permise:

- **Carne: slaba de pui, vita, curcan, peste (cod,salau, pastrav,stiuca,ton,crabi, raci), inima, rinichi, mezeluri de pui**
- **Lactate: lapte degresat, iaurt degresat, branza de vaci slaba**
- **Ou: fiert. Atentie la galbenus care e contraindicat in afectiunile biliare.**
- **Supe: de zarzavat sau carne slaba**
- **Paine: veche de 1 zi, prajita, pesmet, paine graham**
- **Grasimi: ulei masline, floarea-soarelui, porumb, unt, margarina**
- **Legume: verzi sau lemnoase, preparate termic (sote, piure), fara coaja sau seminte**
- **Fructe: bine coapte sau prepartate termic, fara coaja sau seminte**
- **Dulciuri: zahar, miere, marmelada,gem, jeleu, biscuiti, placinte , tarte sau budinci facute in casa cu putine oua sau grasime**
- **Condimente: vegetale noiuti**
- **Bauturi: ceai, cafea slaba, suc fructe sau legume, lapte cu cacao degresat, apa plata**

Alimente interzise:

- **Carne: grasa de gaina, vita, porc, rata, gasca, prajeli, afumaturi, rantasuri, tocaturi, mezeluri grase sau condimentate, peste gras (somon, sardele, heringi, nisetru, cega)**
- **Lactate: branzeturi grase, cascaval, branza cu mucegai, branza topita, smantana**
- **Ou: prajit, omleta**
- **Supe: de carne grasa, de oase, drese cu smantana**
- **Paine: proaspata**
- **Grasimi: untura, slanina**
- **Legume: fasole, mazare, soia**
- **Fructe: necoapte, cu coaja sau samburi**
- **Dulciuri: ciocolata, bomboane, tort, aluaturi prajite (gogosi, clatite)**
- **Condimente: iuti- ardei iute, ceapa, usturoi, boia, hrean, mustar, sosuri din comert, maioneze, otet**
- **Bauturi: INTERZIS ALCOOLUL, cafea , bauturi carbogazoase**

Interzis fumatul Mesele vor

fi mici si dese

Regimul va contine aprox 2500 kcal/zi din care 30% vor fi protein, 30% lipide si 40% glucide (cu o ratie de 250 g glucide in caz de diabet zaharat tip 2).

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.

