



Opća bolnica "Dr. Josip Benčević"  
Nastavna baza Medicinskog fakulteta Sveučilišta J. J. Strossmayera Osijek  
**Jedinica nemedicinskih uslužnih i pomoćnih poslova**  
**Odjel za dijetetiku i prehranu**

MB: 0623849 ♦ Žiro račun: 2484008-1100801711 Raiffeisen banka ♦ tel. 035 201-250 ♦ fax: 035 415-633  
e-mail: opca-bolnica-sb@sb.t-com.hr ♦ Andrije Štampara 42, 35000 SLAVONSKI BROD

## PREPORUKE ZA PREHRANU

### DIJETA KOD AKUTNOG PANKREATITISA

(PRIJELAZNA DIJETA KOD BLAGOG I SREDNJE TEŠKOG OBLIKA AKUTNOG PANKREATITISA)

Dijetoterapija se kod akutnog pankreatitisa provodi u tri stupnja:

#### 1. stupanj

Kod lakših oblika upale potrebno je tijekom prva dva do četiri dana **obustaviti peroralnu prehranu**, samo je potrebno nadoknaditi tekućinu i elektrolite.

Kod teškog oblika akutnog pankreatitisa, povezanog s nizom mogućih komplikacija, primjenjuje se enteralna prehrana, čije su prednosti u odnosu na parenteralnu jasno dokazane. Enteralna prehrana može se eventualno nadopuniti parenteralnom.

#### 2. stupanj

Nakon nestanka simptoma, potrebno je, uz nadoknadu tekućine, započeti s peroralnom prehranom u skladu s dijetoterapijskim preporukama.

Prvih dana uzima se samo čaj bez šećera (od šipka ili indijski) uz dvopek u svim obrocima.

Najranije trećeg dana (**prijedlog jelovnika u prilogu**) u prehranu se uvode lako probavljive namirnice u manjim čestim obrocima. Jela trebaju biti tekuće-kašaste konzistencije, pripremljena od lako probavljivih namirnica bogatih ugljikohidratima, umjerene količine proteina i minimalne količine masti (tri do sedam dana).

**prije početka uzimanja hrane uzimati samo gorki čaj i dvopek za sva tri obroka**

	DORUČAK	RUČAK	VEČERA
1. dan	blago slatki čaj dvopek	griz na vodi kuhana riža pire od jabuke dvopek	juha od riže blago slatki čaj dvopek
2. dan	blago slatki čaj dvopek	juha od krumpira pire od mrkve puding na kompotu od jabuke (bez šećera) dvopek	prežgana juha kuhana riža dvopek
3. dan	blago slatki čaj dvopek	juha od riže kuhani krumpir dvopek kompot od jabuka (bez šećera)	griz na vodi pire od mrkve dvopek
4. dan	blago slatki čaj dvopek bioaktiv	juha od krumpira pire krumpir (bez mlijeka) pire od špinata (bez mlijeka) dvopek pire od jabuke	prežgana juha palenta umak od mrkve dvopek

5. dan	blago slatki čaj dvopek med	varivo od mrkve i krumpira griz na vodi puding na kompotu od jabuke	tjestenina sa sirom kompot od jabuke bioaktiv
6. dan	blago slatki čaj dvopek pire od jabuke bioaktiv	juha od mrkve kuhani pileći file kuhana riža kompot od jabuka	pire krumpir (bez mlijeka) pire od blitve (bez mlijeka) dvopek
7. dan	čaj šipak marmelada kruh 100 g	pileći ujušak kruh 100 g puding na kompotu od jabuke	palenta s jogurtom pire od jabuke

### 3. stupanj

Kad se stanje popravi, prelazi se na dijetu kod kroničnog pankreatitisa.

### Koje namirnice odabrati?

<b>GRUPA</b>	<b>PREPORUČA SE</b>	<b>AKO SE PODNOSI</b>	<b>ISKLUČITI IZ PREHRANE</b>
<b>Mlijeko i mliječni proizvodi</b>		obrano mlijeko, svježi posni sir, jogurt, acidofil, ab kultura, bioaktiv (sve od obranog mlijeka)	punomasno mlijeko, masni i dimljeni sirevi, vrhnje, slatko i kiselo vrhnje
<b>Žitarice, kruh tjestenine</b>	dvopek, tjestenina bez žumanjka, riža, rižina sluz i sluz zobenih pahuljica kuhanih na vodi	pšenična i kukuruzna krupica, zobene pahuljice	kruh i peciva s integralnim žitaricama, svježi vrući kruh i pecivo, dizana pržena tijesta, valjušci
<b>povrće</b>	kuhani krumpir, špinat, blitva, mrkva -sve pasirano		svježe voće i povrće, teže probavljivo povrće, mahunarke
<b>voće</b>	kuhano voće, kompoti, kašice i pirei od voća		sve svježe voće, orašasto voće
<b>meso</b>		pileća i pureća prsa kuhana ili pirjana bez kože i masnih dijelova	crveno meso, masno meso, mesne prerađevine
<b>pića i napitci</b>	blagi biljni čajevi, negazirana mineralna voda		jaki crni čajevi, crna kava, gazirani sokovi, alkoholna pića
<b>juhe</b>	nemasne juhe od povrća i mesa s ukuhanom tjesteninom, rižom ili krupicom, juhe od riže		masne juhe, juhe od kupusa i cvjetače, juhe od suhog mesa, kisele juhe, industrijske juhe
<b>deserti</b>		puding, krupica, zobene pahuljice i riža na mlijeku, biskvit s bjelanjkom, Petit beure keksi, med, marmelada	kolači s nadjevima i kremama, pržena i dizana tijesta, palačinke, čokolada

Preporuke sastavili: dr.sc. Ivo Vrdoljak, dipl.ing.  
mr.sc. Ana Kokanović, dipl.ing.