

A PERITONÁLIS DIALÍZIS DIÉTÁJA

Ha a beteg a dialízisnek ezt a formáját választotta, akkor a diétája egy kissé szabadabb. A két diéta sok mindenben hasonló, ezért ha Ön a PD (hasi) dialízis után érdeklődik, kérjük, olvassa el HD kezelt beteg diétáját is.

A PD beteg étrendjének célja, hogy:

- Az elfogyasztott táplálék biztosítsa a megfelelő mennyiségű és minőségű **fehérjét és energiát**.
- **Minél később jelentkezzenek a dialízis okozta szövődmények**, ezért étrendjének foszfortartalma ne haladja meg az ajánlott mennyiséget.
-

1. Fehérje- és energiaszükséglet

Mivel a hasi dialízis kezelés során a beteg még több fehérjét veszít, mint HD kezelés esetén, ezért a fehérjebevitelt növelnie kell. **A fehérjebevitel az ideális testsúlyhoz igazodik: 1,4 g ideális testsúly kilogrammonként.**

A beteg energia bevitelét szintén az ideális testsúlya határozza meg: 30-35 kalória ideális testsúlykilónként.

Az ajánlott energia bevitel és a fehérje bevitel az alábbi táblázatban látható.

Keresse ki a testmagasságát, megtalálja az ehhez tartozó ideális testsúlyát, mellette az ajánlott fehérjemennyiséget, a következő sorban pedig az ajánlott energiát.

A dialízishez használt oldat azonban cukrot tartalmaz, aminek kalóriaértéke van, ez 400-500 kalóriát jelent naponta.

Amennyiben a beteg túlsúlyos, mozgásában korlátozott, vagy nem szeretne elhízni, akkor ezt mindenképpen figyelembe kell venni, s az ajánlott energiából le kell vonni az oldat kalória tartalmát.

Az **energia csökkentését** úgy tudja megvalósítani, hogy nem használ cukrot, mézet, kerülje a magas kalóriatartalmú ételeket és használjon kevesebb zsiradékot ételei elkészítéséhez.

A fehérje bevitelét azonban ne csökkentse!

FEHÉRJE és ENERGIASZÜKSÉGLET-PD KEZELT BETEGNÉL-NŐKNÉL

Testmagasság cm	Ideálistestsúly kg	PD kezelt Fehérjeszükséglete g	Energia Szükséglet kcal
150	45	63	1580
154	49	69	1720
158	52	73	1820
160	54	76	1890
162	56	78	1960
164	58	81	2030
166	60	84	2100
168	61	85	2140
170	63	88	2205
174	67	94	2350
178	70	98	2450
182	74	104	2590
186	77	108	2700
190	81	113	2840

EHÉRJE és ENERGIASZÜKSÉGLET-PD KEZELT BETEGNÉL-FÉRFIAKNÁL

Testmagasság cm	Ideálistestsúly kg	PD kezelte Fehérjeszükséglete g	Energia Szükséglet kcal
150	47	66	1650
154	51	71	1790
158	55	77	1930
162	59	83	2070
166	63	88	2200
168	65	91	2280
170	67	94	2350
172	68	95	2380
174	70	98	2450
176	72	101	2520
178	74	104	2590
180	76	106	2660
182	78	109	2730
186	82	115	2870
190	86	120	3010

2. A PD beteg folyadékszüksége

A PD beteg folyadékbevétele ugyanúgy korlátozott, mint a HD betegeké:

Folyadék bevétel mennyisége = vizelet mennyisége + UF + 500 ml

UF (ultrafiltráció) mennyisége: a kiengedett és a beengedett oldat mennyiségének a különbsége.

3. A PD beteg diétája foszforszegény

Az urémiás csontbetegség szintén érintheti, mivel a PD beteg fehérjebevétele még több, mint a HD kezelt betegé, foszforbevétele mindenképpen több lesz, ezért

napi 13-15 FE-t ajánlott fogyasztania.

Ez hagyományos táblázatot használva 1000-1200 mg foszfort jelent.

A PD betegek és a HD kezelt betegek egyaránt használhatják a **PEP** programot a mindennapokban.

Ha napi 13-15 FE-t fogyasztott, akkor biztosította megfelelő fehérje bevételt is.

Ha a beteg megtanulja a **PEP programot**, könnyen és egyszerűen ki tudja számolni a fehérje és foszforbevételét. A tápanyagtáblázatban a foszformennyiségét **FE**-ben (**Foszfor-Egység**) találja meg.

4. Káliumbevétel

A hasi dialízis alatt a beteg kálium bevétele szabadabb, mint a HD kezelt betegé, de mindig függ a maradék vizelet mennyiségétől és a laboratóriumi eredményektől is.

Javasoljuk, hogy **a bevétel 2300-2500 mg**-ot ne haladja meg.

A magas káliumtartalmú ételek fogyasztását ebben az esetben is korlátozni kell.

A diéta mindkét kezelési mód során segíti a beteget, hogy a két kezelés között jobb legyen a közérzete és segít megőrizni a legjobb egészségi állapotot!