

**MAITINIMO ORGANIZAVIMO ASMENS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS ĮSTAIGOSE
REKOMENDACIJOS**

2016 m. gruodžio 16 d.
Vilnius

1. Už pacientų maitinimą ir dietinio gydymo organizavimą asmens sveikatos priežiūros įstaigose (toliau – Įstaigos) atsako Įstaigos vadovas, organizuoja gydytojas dietologas pagal 1 priede nurodytas dietas.
 2. Hospitalizuojamam Įstaigoje pacientui dietinį gydymą skiria gydantis gydytojas ar gydytojas dietologas. Apie paskirtą dietą įrašoma į ligos istoriją ir paskyrimų lapą.
 3. Parenterinį ir (ar) enterinį maitinimo būdą skiria gydantis gydytojas arba gydytojas dietologas.
 4. Dietistas pagal iš visų Įstaigos skyrių pateiktus duomenis parengia suvestinę apie reikiamas dietas bei jų skaičių ir teikia užsakymą maitinimo paslaugos teikėjui.
 5. Administracinius-ūkinius reikalus tvarko maisto paruošimo skyriaus vedėjas. Maisto paruošimo skyriaus vedėjas savo darbą derina su gydytoju dietologu, vadovauja gaminant dietiniam gydymui tinkamus patiekalus ir atsako už maisto tvarkymo higienos reikalavimų vykdymą, jei Įstaigos vadovas nenurodė kitaip.
 6. Virėjai gamindami patiekalus privalo laikytis dietinių patiekalų receptūrų, ruošimo technologijų bei gydytojų dietologų ir dietistų nurodymų.
 7. Dietologas, dietistas ir dietetikos technologas kontroliuoja dietinių patiekalų gamybą, jų kokybę.
 8. Pacientams pagaminti dietiniai patiekalai perduodami skyrių maisto išdavėjams.
 9. Skyriaus maisto išdavėjas yra atsakingas už maisto pristatymą iš virtuvės į skyrius. Jis privalo patikrinti patiekalų skaičių, svorį ir kiekvieną kartą paėmęs maistą pasirašyti.
 10. Maisto paruošimo skyriuje, išduodant dietinius patiekalus, dalyvauja dietistas ir apie pastebėtus trūkumus informuoja gydytoją dietologą.
 11. Maisto paruošimo skyriuje, valgykloje ar gydymo įstaigos skyriuje (jei nėra valgyklos) skelbiamas tos dienos valgiaraštis, kuriame nurodoma kiekvieno patiekalo išėiga, dienos raciono maistinė ir energinė vertė.
 12. Pacientai paruoštą maistą privalo gauti ne vėliau, kaip per 2 valandas nuo pagaminimo.
 13. Pacientams patiekiami karšti patiekalai ir gėrimai turi būti ne žemesnės kaip 65 °C temperatūros. Šalti patiekalai bei gėrimai – 7–14 °C temperatūros.
 14. Pacientams maistas tiekiamas nepažeistuose (neįskilusiuose, neapdaužytuose) induose, atsižvelgiant į patiekiamo maisto konsistenciją, turi būti duodami įrankiai. Nerekomenduojama maistą tiekti plastmasiniuose induose.
-

ASMENS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS ĮSTAIGOSE TIEKIAMOS DIETOS

1. Pagrindinė dieta:

- 1.1. Pagrindinė dieta (P1).
- 1.2. Pagrindinė nėščiąjų ir žindyvių dieta (P2).
- 1.3. Pagyvenusiųjų žmonių dieta (P3).
- 1.4. Vegetarinė dieta (P4).

2. Gydomosios standartinės dietos:

- 2.1. Padidinto baltymų kiekio, sumažinto riebalų kiekio dieta (B↑R↓).
- 2.2. Sumažinto natrio (druskos) kiekio dieta (Na↓).
- 2.3. Sergančiųjų cukriniu diabetu dieta (CD).
- 2.4. Sumažinto kalorijų kiekio dieta (Kcal↓).

3. Gydomosios specifinės dietos.

- 3.1. Sumažinto baltymų kiekio dieta (B↓).
- 3.2. Sumažinto kalcio kiekio dieta (Ca↓).
- 3.3. Sumažinto geležies kiekio dieta (Fe↓).
- 3.4. Sumažinto kalio ir fosforo kiekio dieta (K↓P↓).
- 3.5. Sumažinta riebalų ir cholesterolio, sočiųjų riebalų rūgščių kiekio dieta (R↓).
- 3.6. Sumažinto vario kiekio dieta (Cu↓).
- 3.7. Sumažinto tiramino kiekio dieta (Tir↓).
- 3.8. Sumažinto purinų kiekio dieta (Pur↓).
- 3.9. Sumažinto skaidulinių medžiagų kiekio dieta (Sk↓).
- 3.10. Sumažinto laktozės kiekio dieta (Lac↓).
- 3.11. Belaktozė dieta (Lac (-)).
- 3.12. Begliuteninė dieta (Gl (-)).
- 3.13. Antialerginė dieta (AA).
- 3.14. Padidinto skaidulinių medžiagų kiekio dieta (Sk↑).
- 3.15. Padidinto kalio kiekio dieta (K↑).
- 3.16. Padidinto kalcio kiekio dieta (Ca↑).
- 3.17. Padidinto geležies kiekio dieta (Fe↑).
- 3.18. Neutropeninė dieta (NT).
- 3.19. Skysto maisto dieta (Sm).
- 3.20. Pustirščio trinto maisto dieta (Ptm) ir tiršto trinto maisto dieta (Tm).
- 3.21. Pooperacinė dieta (Pa).
- 3.22. Pooperacinė dieta (Pb).

DIETŲ CHARAKTERISTIKA

| EEil . Nr. | Pavadinimas (simbolis) | Ligos, simptomai ir būklės, prie kurių skiriama dieta | Dietų charakteristika | Dietų sudėtis |
|--|--|---|--|--|
| 1. Standartinės dietos | | | | |
| 1.1. | Pagrindinė dieta (P1) | | Dieta skiriama suaugusiems, kurių mitybos koreguoti nereikia. Tai sveikos mitybos nuostatomis ir taisyklėmis paremta dieta. | Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Valgymo režimas: valgyti 3-6 kartus per dieną. |
| 1.2. | Pagrindinė nėščiujų ir žindyvių dieta (P2) | | Dietos esmė – padidinta bendra energijos vertė, baltymų kiekis skaičiuojamas 1,5 g/ vienam kg idealaus kūno svorio (nėštumo metu papildomai pridedama 300 kcal, žindymo metu – 500kcal). | Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Valgymo režimas: valgyti 5-6 kartus per dieną. |
| 1.3. | Pagyvenusių žmonių dieta (P3) | | Dieta skiriama vyresniems kaip 65 metų amžiaus asmenims. Dietos esmė – padidinamas baltymų kiekis ir sumažinamas riebalų kiekis. Pagal poreikį koreguojama maisto konsistencija. | Baltymai 16 % - 20 %. Riebalai 20 %. Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 54 – 60 % Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal) Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-1,8l per dieną) Valgymo režimas: valgyti 5-6 kartus per dieną. |
| 1.4. | Vegetarinė dieta (P4) | | Dieta skiriama pacientams dėl įvairių priežasčių valgantiems tik arba iš dalies augalinį maistą. Dietos esmė: atsižvelgus į vegetarizmo tipą, sudaromas individualus valgiaraštis. | Baltymai 12-15 %. Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Valgymo režimas: valgyti 3-6 kartus per dieną. |
| 2. Gydomosios standartinės dietos | | | | |
| 2.1. | Padidinto baltymų kiekio, | • mitybos nepakankamumas (E43,E46, E90); | Dietos esmė – baltymų kiekis skaičiuojamas individualiai 1 - 1,5 g/ kg | Baltymai 15 % - 20 %. Riebalai 20 % - 25 %. Angliavandeniai 65 – 55 %. |

| | | | | |
|------|---|---|---|---|
| | sumažinto riebalų kiekio dieta (B↑R↓) | <ul style="list-style-type: none"> • sergantieji onkologinėmis ligomis (C00-D48); • Išsekimo sindromas dėl ŽIV ligos (B22.2); • valgymo sutrikimai (F50), • nudegimai (T21-T32); • (Kvašiorkoras E40, mitybinis marazmas E41, marazminis kvašiorkoras E42, nepatikslingas ryškus baltymų ir energetinių medžiagų trūkumas E43); • dializė (Z49); • kardiijos ahalazija (K22.0) | ideali kūno masė. Proporcingai mažinamas riebalų kiekis. | <p>Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal).</p> <p>Druska 4-5 g.</p> <p>Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną).</p> <p>Valgymo režimas: valgyti 3-6 kartus per dieną.</p> |
| 2.2. | Sumažinto natrio (druskos) kiekio dieta (Na↓) | <ul style="list-style-type: none"> • širdies veiklos (kraujotakos) nepakankamumas (I50); • miokardo infarktas (I21-I22); • lėtinės inkstų ligos; • progresuojantis inkstų nepakankamumas; • įvairios kilmės arterinė hipertenzija (I10, I15) po širdies operacijų; • dekompenzuotos kepenų ligos. | Dietos esmė – ruošiami patiekalai be druskos, gardinami prieskoninėmis žolelėmis. | <p>Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių.</p> <p>Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų.</p> <p>Cholesterolis < 300 mg.</p> <p>Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų.</p> <p>Skaidulinės medžiagos 25-32 g.</p> <p>Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal).</p> <p>Druska 1-2 g.</p> <p>Skysčiai ne < 1 l per dieną.</p> <p>Valgymo režimas: valgyti 3-6 kartus per dieną.</p> |
| 2.3. | Sergančiųjų cukriniu diabetu dieta (CD) | <ul style="list-style-type: none"> • cukrinio diabeto I tipas (priklausantis nuo insulino) (E10); • cukrinio diabeto II tipas (nepriklausantis nuo insulino) (E11); • kitos cukrinio diabeto formos (E12-E14). | Dietos esmė – pagrindinių valgymų metu privalo būti vienodas sudėtinių angliavandenių kiekis, neviršijant individualaus paros energijos poreikio. | <p>Baltymai 12-15 %.</p> <p>Riebalai < 30 %.</p> <p>Angliavandeniai 55-58 %.</p> <p>Energinė vertė 25-35 cal/vienam kg idealaus kūno svorio.</p> <p>Skaidulinės medžiagos 25-32 g.</p> <p>Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną).</p> <p>Valgymo režimas: valgyti 5-6 kartus per dieną.</p> |
| 2.4. | Sumažinto kalorijų kiekio dieta (Kcal↓) | • nutukimas (E65-E66) | Dietos esmė – apskaičiuojamas individualus paros energijos poreikis, jį sumažinti 300-500 kcal. | <p>Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių.</p> <p>Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų.</p> <p>Cholesterolis < 300 mg.</p> <p>Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų.</p> <p>Skaidulinės medžiagos 25-32 g.</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | | | <p>Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal).</p> <p>Druska 4-5 g.</p> <p>Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną).</p> <p>Valgymo režimas: valgyti 5-6 kartus per dieną.</p> |
| 3. Gydomosios specifinės dietos | | | | |
| 3.1. | Sumažinto baltymų kiekio dieta (B↓) | <ul style="list-style-type: none"> • kepenų cirozė, išryškėjus encefalopatijai (K70.3, K74); • ūminės inkstų ligos (N17, N19, N20, N28, N29, S37.0, T86.1, Z99.2); • inkstų funkcijos nepakankamumas (N17 – N19); • pasiruošimas dializei Z49.0. | Dieta nevisavertė, skirtina tik 3-4 dienas! Dietos esmė – baltymų kiekis skaičiuojamas individualiai ≤ 0,8 g/kg idealios kūno masės. Proporcingai didinamas angliavandenių ir riebalų kiekis. | <p>Baltymai ≤12%.</p> <p>Riebalai 30 %.</p> <p>Angliavandeniai 58 %.</p> <p>Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal).</p> <p>Druska 4-5 g.</p> <p>Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną).</p> <p>Valgymo režimas: valgyti 3-6 kartus per dieną.</p> |
| 3.2. | Sumažinto kalcio kiekio dieta (Ca↓) | <ul style="list-style-type: none"> • hiperkalcemija (E67.8); • hiperparatirozė (E21). | Dietos esmė – patiekalai ruošiami, parenkant maisto produktus, turinčius mažiau kalcio. | <p>Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių.</p> <p>Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų.</p> <p>Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų.</p> <p>Skaidulinės medžiagos 25-32 g.</p> <p>Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal).</p> <p>Druska 4-5 g.</p> <p>Kalcis < 1000 mg/parą.</p> <p>Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną).</p> <p>Valgymo režimas: valgyti 3-4 kartus per dieną.</p> |
| 3.3. | Sumažinto geležies kiekio dieta (Fe↓) | <ul style="list-style-type: none"> • padidėjusi geležies rezorbcija virškinimo sistemoje dėl įgimtos ir įgytos hemosiderozės ar ilgą laiką vartojant geležies preparatus; • esant potransfuzinei hemosiderozei (D59, D63). | Dietos esmė – patiekalai ruošiami, parenkant maisto produktus, turinčius mažiau geležies. | <p>Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių.</p> <p>Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų.</p> <p>Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų.</p> <p>Skaidulinės medžiagos 25-32 g.</p> <p>Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal).</p> <p>Druska 4-5 g.</p> <p>Geležis vyrams < 10 mg/parą, moterims < 15 mg/parą.</p> <p>Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną)</p> <p>Valgymo režimas: valgyti 3-4 kartus per dieną.</p> |
| 3.4. | Sumažinto kalio ir fosforo kiekio dieta (K↓P↓) | <ul style="list-style-type: none"> • hiperkalemija (E87.5); • sergant inkstų ligomis (N00-N20); • esant inkstų funkcijos nepakankamumui (N17 – N19); • hipoaldosteronizmas (E27). | Dieta nevisavertė. Dietos esmė – patiekalai ruošiami, parenkant maisto produktus, turinčius mažiau kalio ir fosforo. | <p>Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių.</p> <p>Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų.</p> <p>Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų.</p> <p>Skaidulinės medžiagos 25-32 g.</p> <p>Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal).</p> <p>Druska 4-5 g.</p> <p>Kalis < 2500 mg/parą.</p> <p>Fosforas < 900 mg/parą.</p> <p>Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną).</p> <p>Valgymo režimas: valgyti 3-4 kartus per dieną.</p> |
| 3.5. | Sumažinta riebalų ir | <ul style="list-style-type: none"> • hiperlipidemija (E78.2, E78.4, | Dietos esmė – patiekalai ruošiami, eliminuojant | <p>Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių.</p> |

| | | | | |
|------|--|---|--|---|
| | cholesterolio, sočiųjų riebalų rūgščių kiekio dieta (R↓) | E78.5); •hipercholesterolemija (E78.0, E78.9); •aterosklerozė (I67.2, I70); •išeminė širdies liga (I24-I25); •arterinė hipertenzija ➤ Pirminė (esencilinė) hipertenzija (I10); ➤ Antrinė hipertenzija (I15); ➤ Gerybinė intrakranijinė hipertenzija (G93.2); • nutukimas (E65-E66); • cukrinis diabetas (E10-E14); • nealkoholinė ir alkoholinė kepenų steatozė; • tulžies pūslės ligos(C23, K80, K82); • miokardo infarktas (I21-I22); • hipotirozė (E02-E03). | maisto produktus, turinčius daug sočiųjų riebiųjų rūgščių. | Riebalai < 25 % , iš jų < 10 % sočiųjų riebalų. Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 55-58 % , įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Druska 1-2 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Skysčių kiekis skiriamas individualiai pagal gydytojo nurodymus. Valgymo režimas: valgyti 3-6 kartus per dieną. |
| 3.6. | Sumažinto vario kiekio dieta (Cu↓) | • vario apykaitos sutrikimai (Vilsono liga) (E83.0). | Dietos esmė – patiekalai ruošiami, parenkant maisto produktus, turinčius mažiau vario. | Baltymai 12-15 % , iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 % , iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 55-58 % , įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Druska 4-5 g. Varis < 1,5 mg. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Valgymo režimas: valgyti 3-4 kartus per dieną. |
| 3.7. | Sumažinto tiramino kiekio dieta(Tir↓) | Skiriama pacientams, kurie vartoja vaistus antidepresantus arba mono aminoroksidazės inhibitorius | Dietos esmė – patiekalai ruošiami, parenkant maisto produktus be tiramino | Baltymai 12-15 % , iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 % , iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 55-58 % , įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Valgymo režimas: valgyti 3-4 kartus per dieną. |
| 3.8. | Sumažinto purinų kiekio | • podagra (M10); • sutrikęs purinų metabolizmas | Dietos esmė – patiekalai ruošiami, parenkant maisto produktus, | Baltymai 12-15 % , iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 % , iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. |

| | | | | |
|-------|---|---|--|--|
| | dieta (Pur↓) | (E79). | turinčius mažiau purinų. | Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Valgymo režimas: valgyti 3-4 kartus per dieną. |
| 3.9. | Sumažinto skaidulinių medžiagų kiekio dieta (Sk↓) | <ul style="list-style-type: none"> ūminis ir lėtinis kolitas (K51-K52); Crohn'o liga (sritinis enteritas) (K50); opinis kolitas (K51); ūminis enteritas; plonosios žarnos hiperkinezija divertikulitų paūmėjimas; recidyvuojantis infekcinis kolitas; prieš virškinimo sistemos operacijas ir po jų. | Dietos esmė – patiekalai ruošiami, parenkant maisto produktus, turinčius mažiau skaidulų. | Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos < 25 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Valgymo režimas: valgyti 3-6 kartus per dieną. |
| 3.10. | Sumažinto laktozės kiekio dieta (Lac↓) | <ul style="list-style-type: none"> laktozės netoleravimas (E73); uždegiminės žarnų ligos (Krono liga (K50), opinis kolitas (K51) ir kt.). | Dietos esmė – patiekalai ruošiami, parenkant maisto produktus, turinčius mažiau laktozės. | Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Valgymo režimas: valgyti 3-6 kartus per dieną. |
| 3.11. | Belaktozė dieta(Lac (-)) | <ul style="list-style-type: none"> laktozės netoleravimas (E73); uždegiminės žarnų ligos (Krono liga (K50), opinis kolitas (K51) ir kt.). | Dietos esmė – patiekalai ruošiami, nenaudojant laktozės turinčių maisto produktų. | Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Valgymo režimas: valgyti 3-6 kartus per dieną. |
| 3.12. | Begliuteninė dieta(Gl (-)) Būtina gydytojo dietologo konsultacija | <ul style="list-style-type: none"> celiakinė liga (K90.0); pūslelinis dermatitas (L23, L27). | Dietos esmė – patiekalai ruošiami, nenaudojant šių grūdinių produktų: kviečių, rugių, miežių; vyrauja ryžiai, kukurūzai ir grikiai, kai kurie pacientai toleruoja ir avižas. | Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. |

| | | | | |
|-------|---|--|--|--|
| | | | | <p>Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Valgymo režimas: valgyti 3-6 kartus per dieną.</p> |
| 3.13. | Antialerginė dieta (AA) | <ul style="list-style-type: none"> • dilgėlinė (L50); • astminė būklė (J46); • alerginis dermatitas (L23-L25, L27); • Kvinkės edema (R60). | <p>Dieta nevisavertė, skiriama tik keletą dienų. Dietos esmė – individualiai eliminuoti alergiją sukeliančius produktus.</p> | <p>Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną) Valgymo režimas: valgyti 3-6 kartai per dieną.</p> |
| 3.14. | Padidinto skaidulinių medžiagų kiekio dieta (Sk↑) | <ul style="list-style-type: none"> • vidurių užkietėjimas (K59.0); • žarnų divertikuliozė (K57); • plonosios žarnos hipokinezija (K59); • hemorojus (I84); • storosios žarnos (gaubtinės žarnos) piktybiniai navikai (C18); • hiperholesterolemija (E78.0, E78.9); • nutukimas (E65-E66). | <p>Dietos esmė: patiekalai ruošiami, parenkant maisto produktus, turinčius daugiau skaidulų.</p> | <p>Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Cholesterolis < 300 mg. Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos > 30 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Valgymo režimas: valgyti 3-6 kartai per dieną.</p> |
| 3.15. | Padidinto kalio kiekio dieta (K↑) | <ul style="list-style-type: none"> • hipokalemija (E87.6); • širdies ritmo sutrikimai (R00); • vėmimas (R11); • viduriavimas (A09, K59,1). | <p>Dietos esmė – patiekalai ruošiami, parenkant maisto produktus, turinčius daugiau kalio.</p> | <p>Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Kalis ≥ 2500 mg/parą. Valgymo režimas: valgyti 3-4 kartus per dieną.</p> |
| 3.16. | Padidinto kalcio kiekio dieta (Ca↑) | <ul style="list-style-type: none"> • inkstų funkcijos nepakankamumas (N17 – N19); • osteoporozė (M80-M82); • kalcio stoka dėl mitybos nepakankamumo (E58). | <p>Dietos esmė – patiekalai ruošiami, parenkant maisto produktus, turinčius daugiau kalcio.</p> | <p>Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10% monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Kalcis ≥ 1000 mg/parą. Valgymo režimas: valgyti 3-4 kartus per dieną.</p> |
| 3.17. | Padidinto geležies kiekio dieta (Fe↑) | <ul style="list-style-type: none"> • geležies stokos anemija (D50). | <p>Dietos esmė – patiekalai ruošiami, parenkant maisto produktus, turinčius daugiau</p> | <p>Baltymai 12-15 %, iš jų 70 % gyvūninių, 30 % augalinių. Riebalai 30 %, iš jų tik 10 % sočiųjų riebalų. Angliavandeniai 55-58 %, įskaitant apie 10%</p> |

| | | | | |
|-------|---|--|--|--|
| | | | geležies. | monosacharidų. Skaidulinės medžiagos 25-32 g. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Druska 4-5 g. Skysčiai 1ml/kcal (1,5-2,5 l per dieną). Geležis vyrams ≥ 10 mg/parą, moterims ≥ 15 mg/parą. Valgymo režimas: valgyti 3-4 kartus per dieną. |
| 3.18. | Neutropeninė dieta (NT) | <ul style="list-style-type: none"> • leukemija (C91-C93, C95) kiti navikai; • po kaulų čiulpų transplantacijos; • persodinta širdis Z94.1; • persodintas plautis Z94.2. | Dietos esmė – sumažinti infekcijos riziką, labai gerai termiškai apdorojus ruošiamus patiekalus. | Maistingumas: atitinka B \uparrow dietos sudėtį. Valgymo režimas: valgyti 4-5 kartus per dieną. |
| 3.19. | Skysto maisto dieta (Sm) | <ul style="list-style-type: none"> • kramtymo ir rijimo sutrikimai • kitos būklės, kai netinka kietos konsistencijos maistas; • perėjimas nuo parenterinio prie įprastinio maitinimo. | Dieta nevisavertė, skirtina 1-3 dienas. Dietos esmė – dietą sudaro visiškai rezorbuojami skysčiai, neturintys nevirškinamų maisto junginių (kefyras, jogurto gėrimas, sultys, arbata, skaidrus sultinys). | Baltymai 15-20 g. Riebalai – 15-20 g. Angliavandeniai 200-250 g. Energinė vertė 1000-1010 kcal. Kalis 0,8–0,9 g. Natris 1–1,3 g. Askorbo rūgštis 60 mg. Valgymo režimas: valgyti 6-8 kartus per dieną. |
| 3.20. | Pustirščio trinto maisto dieta (Ptm) ir tiršto trinto maisto dieta (Tm) | <ul style="list-style-type: none"> • stemplės susiaurėjimas (K22.2); • burnos ertmės, ryklės ligos (C06, C10, C11, C13, C14, D00, D10, D37, J39.1, J39.2, K09, K13, T28.0, T28.5); • pilorostenozė (K31.8); • kramtymo ir rijimo sutrikimai • kitos būklės, kai netinka kietos konsistencijos maistas; • burnos ertmės, ryklės operacijos; • žandikaulio fiksacija; • opaligės komplikacijos; • nustojus kraujuoti skrandžio ar dvylikapirštės žarnos opai; • gresiantis opos prakiurimas; • 1-3 dienos po operacijos; • perėjimas nuo | Dietos esmė: pagaminti patiekalai sutrinami ir praskiedžiami iki pusiau tirštos arba tirštos konsistencijos. | Bet kuri dieta gali būti modifikuota į Ptm ar Tm dietas. Energinė vertė 25-35 kcal/vienam kg idealaus kūno svorio (1750-2450 kcal). Skysčiai 1ml/kcal. Valgymo režimas: valgyti 6-8 kartus per dieną. |

| | | | | |
|-------|---------------------------|--|--|--|
| | | parenterinio prie įprastinio maitinimo. | | |
| 3.21. | Pooperacinė dieta (Pa) | Po skrandžio, žarnyno, ginekologinių operacijų. | Dieta nevisavertė, skiriama ne ilgiau kaip 2 dienas po operacijos. Dietos esmė – skiriami maisto produktai be laktozės, su mažu maistinių skaidulų bei riebalų kiekiu. Pagaminti patiekalai sutrinami ir praskiedžiami iki skystos konsistencijos. | Baltymai 3-5 %. Riebalai 15 -20 %. Angliavandeniai 70-80 %. Energinė vertė 700-800 kcal. Druska < 2 g. Skysčiai 2 l. Maisto kiekis 100-200 g/1 kartui. Valgymo režimas: valgyti 7-8 kartus per dieną. |
| 3.22. | Pooperacinė dieta (Pb) | Po skrandžio, žarnyno, ginekologinių operacijų. | Dieta nevisavertė, skiriama 3-4 dieną po operacijos. Dietos esmė – skiriami produktai be laktozės, su sumažu maistinių skaidulų bei riebalų kiekiu. Pagaminti patiekalai sutrinami ir praskiedžiami iki pusiau tirštos konsistencijos | Baltymai 15 %. Riebalai 25 %. Angliavandeniai 55%. Energinė vertė 1500 kcal. Druska 5-6 g. Skysčiai < 2 l. Maisto kiekis 300-400 g/1 kartui. Valgymo režimas: valgyti 7-8 kartus per dieną. |