



II. NOLU ÜLSER DİYETİ

EY.FR.10.719.28

Hastanın Adı Soyadı : Tarih :

Protokol No :

BESİN GRUPLARI	SERBESTLER	YASAKLAR
İÇECEKLER	Süt, salep, muzlu süt, ıhlamur.	Çay, kahve, kakao, neskafe, sütlü kahve, sütlü kakao, limonata, boza, karbonatlı içecekler (gazoz, kola vs) hazır meyve suları, maden suyu (soda), alkollü içecekler.
ET-BALIK-KÜMES HAYVANLARI		Bu diyeti kullandığınız süre içinde et cinsi besinlerin hepsi yasaktır.
YUMURTA VE PEYNİR	Haşlanmış rafadan ve katı pişmiş yumurta.	Yağda kızartılmış yumurta ve her çeşit peynir.
TAHİL VE KURUBAKLAGİLLER	Beyaz ekmek, sade kraker, bisküvi, peksimet, makarna, kuskus, erişte, şehriye, pirinç.	Sıcak ekmek, kepekli undan yapılmış ekmekler (esmer ekmekler), bütün kurubaklagiller (Bulgur, buğday, mercimek, börülce, kuru bakla, nohut, barbunya, fasulye, mısır, yarma, buğday, ırmık).
ÇORBALAR	Buğday unu, pirinç, bezelye unu, mercimek unu, şehriye unu, sebze püreleri ile yapılmış çorbalar.	Hazır çorbalar, et suyu ile hazırlanmış çorbalar, serbest olanların dışındaki tüm çorbalar.
SEBZE VE SEBZE SULARI	Püre şeklinde; havuç, taze fasulye, bezelye, kabak, semizotu, patates (haşlanmış veya püre şeklinde)	Diğer bütün sebzeler
MEYVE VE MEYVE SULARI	Olgun muz, komposto şeklinde kabuksuz pişirilmiş elma, kayısı, şeftali.	Diğer çiğ meyveler.
TATLILAR	Şeker, bal (süzülmüş), reçel (tanersiz), sade lokum, sade akide şekeri, muhallebi, kastırd, sütlaç, krema, jöleli tatlılar, komposto.	Serbest olanların dışındaki tüm tatlılar.
ÇEŞNİ VERİCİLER-BAHARATLAR	Un, süt, tuz ve yağ kullanılarak hazırlanmış soslar	Bütün baharatlar, salça, ketçap, hardal, turşu, kuruyemişler, hindistan cevizi, zeytin, limon, limon tozu, çemen, sarımsak, soğan, salamura besinler, pastırma, salam, sucuk sosis, sakatatlar, kurtulmuş meyveler, çikolata.

ÖNERİLER

- Yiyeceklerinizi yavaş yiyiniz, iyi çiğneyiniz.
- Yiyecek ve içeceklerinizin çok sıcak, soğuk olmamasına dikkat ediniz.
- Az ve sık yiyiniz (günde 6 öğün).
- Sigara kullanmayınız, Sakız, ciklet çiğnemeyiniz.
- Yemekleri pişirirken, yağ yakmamaya özen gösteriniz.
- Fazla baharatlı ve tuzlu besinler tüketmeyiniz.
- Tütsülenmiş, salamura edilmiş, konserve besinlerden uzak durunuz.
- Hazır gıdalardan ve içeriğini bilmediğiniz besinleri tüketmeyiniz