



## NÖTROPENİK VEYA KEMİK İLİĞİ TRANSPLANTASYONU YAPILAN HASTALAR İÇİN BESLENME ÖNERİLERİ

FR-HYE-04-719-59

Hastanın Adı Soyadı :

Tarih :

Protokol No :

YİYECEK GRUBU	SERBESTLER	YASAKLAR
<b>SU</b>	Steril su, kaynatılmış çeşme suyu (15 dakika), hazır su	Mineralli su, kaynatılmamış su
<b>İÇECEKLER</b>	Meyve suyu (bireysel karton veya teneke kutularda) Yüksek enerjili içecekler, çay, kahve, kakao vb. (tek kullanımlık paketlerde kaynamış su ile hazırlanan)	Paketlenmemiş ve pastörize edilmemiş içecekler
<b>SÜT VE SÜT ÜRÜNLERİ</b>	UHT ve pastörize süt, aromalı sütler Pastörize yoğurt Vakumlanmış ve pastörize peynirler (tek kullanımlık) Pastörize tereyağı, margarin (küçük ambalajlarda) UHT veya steril krema Paketlenmiş porsiyonlarda dondurma	Pastörize edilmemiş süt Yumuşak yağlı peynir Açılmış sert peynir Pastörize edilmemiş yoğurt Taze krema
<b>TAHILLAR</b>	Paketlenmiş veya kızartılmış ekmek (fırında, tost makinesinde vb.) Bisküvi ve kekler (tek kullanımlık paketlerde) İyi pişmiş pirinç, paketlenmiş ve kurutulmuş makarna	Süt tozu eklenmiş ve şeker kaplanmış tahıllar Poşetlenmemiş veya kızartılmamış ekmekler Kremalı kekler, Mayalı hamurla yapılan pasta, poaça Yavaş pişirilen pudingler Taze makarna, bulgur Kahvaltılık tahıllar
<b>ET VE KÜMES HAYVANLARI</b>	İyi pişirilmiş ve fırınlanmış kuzu, sığır, dana eti Teneke kutulardaki konserve etler, tavuk, sığır, hindi eti (pişmiş)	Taze veya donmuş tavuk ve hindi eti, sucuk, salam, sosis, sakatatlar Evde yapılmamış eti ve kıymalı börekler Dışardan alınan et yemekleri (hamburger, pide, lahmacun vb.) Mangal gibi açıkta pişirilen ve satılan yiyecekler

<b>YİYECEK GRUBU</b>	<b>SERBESTLER</b>	<b>YASAKLAR</b>
<b>BALIK VE DENİZ ÜRÜNLERİ</b>	Pişmiş, taze veya dondurulmuş balık, teneke kutularda konserve	Kabuklu deniz ürünleri
<b>YUMURTA</b>	Tam pişmiş yumurta	Çiğ veya az pişmiş yumurta
<b>SEBZELER</b>	İyi yıkanmış (klor tableti ile) ve pişirilmiş sebzeler İyi yıkanmış, soyulmuş ve pişirilmiş kök sebzeler Konserve edilmiş veya donmuş sebzeler	Kabuğu soyulmayan sebzeler (marul, maydanoz vb.) Çiğ kök sebzeler Soyulmuş çiğ domates ve salatalık
<b>MEYVELER</b>	Kabuğu soyulabilen taze meyveler (klor tabletle yıkandıktan sonra) Konserve meyveler İyi pişmiş komposto	Kabuğu soyulamayan meyveler Kurutulmuş meyveler
<b>DİĞER BESİNLER</b>	Konserve veya paket çorbalar Bitkisel sıvı yağlar (zeytinyağı ve diğer bitkisel yağlardan mısırözü, ayçiçeği yağı vb.) Taze yapılmış puding, tart Tuz, salça (paketlenmiş, tek kullanımlık) veya pişirme öncesinde konulan lezzet vericiler	Paketlenmiş tatlılar Soğuk su ile yapılan pudingler Pişirme sonrasında konulan lezzet vericiler Steril veya kaynamış su ile yapılmış jeller Kuruyemiş, çerez, cips Çok baharatlı yiyecekler Turşu gibi bekletilmiş ve fazla tuzlu yiyecekler Kısır, çiğ köfte gibi pişirilmeyen yiyecekler

**Kemik İliği Transplantasyonu Uygulaması Sırasında Hastaların Diyetlerinde Uymaları Gereken Kurallar:**

1. Yiyeceklerinizin hepsinin iyi pişmiş olmasına dikkat ediniz. Yemekleri çoğunlukla düdüklü tencerede (en az 10-15 dak) pişiriniz. Besinleri sıcak olarak servis ediniz. (70 ° C üzeri), pişmemiş gıdaları yemeyiniz.
2. Besinleri piştikten sonra hemen tüketiniz ve artan yemekleri diğer bir öğünde yemeyiniz, tekrar ısıtmayınız. Yenilmeyen yiyecekler atılmalıdır.
3. Pişirme ve yeniden ısıtma için mikrodalga fırın kullanmayınız.
4. Yemek pişirilmesi sırasında kullanılacak tüm yiyeceklerin çok iyi yıkanmış olmalarına dikkat ediniz. Sebze ve meyveleri klor tabletleri ile hazırlanan sularla veya sirkeli su ile iyice yıkayınız.
5. Yemek pişirmede temiz yemek kapları ve plastik kesim aletleri kullanınız. Tahta kesim aletleri kullanmayınız (et tahtası vb. plastik olmalı ve kullanmadan önce ve sonra çok iyi yıkanmalıdır)
6. Yemek pişirmede kullanılan araç ve gereçleri (tabak, çatal, kaşık, bardak, tencere vb.) mümkünse bulaşık makinesinde en yüksek ısıda yıkayınız. Bulaşık makineniz yoksa yıkadıktan sonra iyi durulayınız.
7. Satın alacağınız besinlerin paketlenmiş, kutu içinde ve pastörize edilmiş besinlerden oluşmasına dikkat ediniz.
8. Yiyeceklerinizi günlük taze olarak, güvenilir bir markadan ve tüketim sıklığı fazla olan marketlerden alınız. İçeriği bilinmeyen yiyeceklerden sakınınız.
9. Besinler üzerinde son kullanma tarihini kontrol ediniz ve kullanım tarihi sona ermiş, çürümüş, bozulmuş, küflenmiş, olgunlaşmamış yiyeceklerle, hasar görmüş paketleri, kutuları satın almayınız.
10. Paket halindeki yiyeceklerle içecekleri açmadan önce alkolle veya dezenfektan bir madde ile temizleyiniz. Artan yiyecek ve içecekleri buzdolabında saklayınız ve 24 saat içerisinde tüketiniz.
11. İçme suyu olarak kaynamış suyu, kaynamaya başladıktan sonra 15 dakika daha kaynatarak kullanınız. Artan suyun havayla temasını engelleyip saklayınız.
12. Sulandırarak hazırlanan içecekler için de hazır su kullanınız (ayran vb.)
13. Yemeklerinize ilave etmek istediğiniz baharatları pişirme esnasında ekleyiniz.