



MULTİPLE SKLEROSİZ HASTALARINDA BESLENME

FR-HYE-04-719-43

Hastanın Adı Soyadı :
Protokol No :

Tarih :

AŞAĞIDAKİ YİYECEKLERİ GÜNLÜK EN AZ BELİRTİLEN MİKTARLARDA TÜKETMELİSİNİZ

SÜT	3 Su bardağı
ET	2 köfte büyüklüğünde (60 gram)
YUMURTA	1 adet
KURUBAKLAGİL	1 porsiyon
SEBZE	5 adet
MEYVE	3 porsiyon
CEVİZ, FINDIK, FISTIK	5 adet
AYÇİÇEK YAĞI	6 yemek kaşığı (60 gram)

ÖNERİLER

- Balık etini özellikle tercih ediniz.
- Yeşil yapraklı sebzeleri (ıspanak vb) tüketiniz.
- Fazla miktarda çay, kahve tüketmeyiniz. (Yemeklerden 30-40 dakika sonra ve açık olarak tercih ediniz)
- Kortizon tedavisi görüyorsanız yemeklerinizi tuzsuz yiyiniz.
- Eğer şeker hastasıysanız diyet uzmanının önerilerine göre yiyeceklerinizi tüketiniz.

DİYET UZMANI