VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
Oddělení nutričních terapeutů |
U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2 | IČ: 00064165, tel. 224 961 111

Zpracoval: Mgr. Marcela Floriánková | Schválil: Mgr. Lucie Růžičková, vedoucí ONT, dne 11. 12. 2019
Edukační materiál

DIETA DIAGNOSTICKÁ NA VMK, HIOK

1 Charakteristika diety

Uvedené dietní zásady je potřeba dodržovat u pacientů, kteří se připravují na sběr moči pro vyšetření příčin vysokého krevního tlaku, činnosti nadledvinek nebo k vyloučení některých hormonálně aktivních nádorů. **Dietu je nutné dodržovat 3 dny před začátkem sběru moči a po celou dobu sběru moči. Výsledky vyšetření mohou být zkreslené akutním onemocněním** (např. infekce, úraz,…) – v případě akutního onemocnění **oznamte tuto skutečnost lékaři**, který Vám dietu a sběr moči ordinoval. Sběr moči by také neměl následovat bezprostředně po rentgenovém vyšetření s kontrastní látkou s obsahem jódu.

2 Zakázané potraviny

- **OVOCE** – **banány, citrusové ovoce, borůvky, ananas, kiwi, meruňky, jablka, hroznové víno** a všechny potraviny s jejich obsahem (přesnídávky, džemy, džusy, ovocné čaje, kompoty,…)
- **ZELENINA** – **rajčata, cibule, hlávkový a ledový salát, špenát, pórek, kapusta, brokolice, fazolové lusky, avokádo** a všechny potraviny a pokrmy s jejich obsahem (polévky, omáčky, saláty, výrobky - kečup, rajský protlak, čatní, rajčatová šťáva, sterilované směsi,…)
- **KAKAO, VANILKA, KÁVA** – **všechny potraviny a nápoje s jejich obsahem** – čokoláda, granko, dezerty, pečivo a cukrovinky s obsahem kávy (i bezkofeinové), kakaa, vanilky, i ethylvanilinu (vanilkový cukr, vanilkový extrakt), ochucená mléka kakaová, kávová, vanilková, káva včetně bezkofeinové a zelené
- **OŘECHY** – **všechny druhy**
- **LUŠTĚNINY - fazole**
- **SÝRY – tavené, plísňové, zrající, tvrdé** (povoleny pouze tvarohové čerstvé nezrající sýry)
- **KOŘENÍ** – **vanilka, vanilin, lékořice, fenykl**, **kmín**
- **MED**
- **ALKOHOL – všechny druhy**
- **NEALKO NÁPOJE – kakao, káva, čaj – černý, zelený, bílý, ovocné a bylinné čaje, nápoje s obsahem kofeinu** (Cola, energetické nápoje, některé sportovní doplňky), **nápoje s obsahem chininu** (tonic)

3 Povolené potraviny

- **OVOCE** – hrušky, švestky, ostružiny, v zimě kupované čerstvé maliny, jahody a broskve (v zimě mají nižší obsah látek, které ovlivňují test) a výrobky z nich
- **ZELENINA** – všechny druhy kromě zakázaných, zeleninové výrobky bez obsahu zakázaných druhů
- **PEČIVO, DEZERTY, MOUČNÍKY** – jen druhy, které obsahují pouze mouku, mléko a mléčné výrobky, vejce, olej, cukr, případně povolené druhy ovoce, může být přidána želatina, cukrová poleva bez citronu! U kupovaného pečiva, dezertů a moučníků je NUTNÉ číst pečlivě složení!
- **MLÉKO, MLÉČNÉ VÝROBKY** – mléko, neochucené kysané mléčné výrobky a kysané mléčné výrobky ochucené pouze povoleným ovocem, tvaroh neochucený nebo ochucený pouze povoleným ovocem, neochucené tvarohové čerstvé nezrající sýry (žervé, cottage, Lučina, pomazánkové máslo,…)

DIETA DIAGNOSTICKÁ NA VMK, HIOK

- **VEJCE**
- **MASO** – kuřecí maso, hovězí, vepřové
- **RYBY** – rybí filé
- **LUŠTĚNINY – kromě fazolí**
- **OLEJE, TUKY** – máslo, Flora Light a další roztíratelné rostlinné tuky, rostlinné oleje, sádlo
- **KOŘENÍ, DOCHUCOVADLA** – sůl, cukr
- **NÁPOJE** – neochucená pitná nebo balená voda (může být v malém množství i perlivá nebo jemně perlivá), ochucená balená voda bez obsahu zakázaných potravin, v malém množství (do 0,5 l denně) minerální vody, kávoviny bez obsahu kávy, kakaa, vanilky a vanilinů (Caro, Caro Active, Melta, VitaMelta)

4 Vzorový jídelníček

Snídaně: Bílý jogurt. Rohlík. Máslo. Šunka. Paprika.

Oběd: Vývarová polévka hovězí nebo kuřecí s kořenovou zeleninou a zavářkou z mouky, příp. vajec.

Dušené maso s povoleným kořením, bez cibule (filé, kuře, hovězí, vepřové).

Přílohy- Brambory, bramborová kaše, rýže, těstoviny, houskový knedlík, bramborový knedlík.

Svačina : Mléko. Chléb. Žervé. Okurka salátová.

Večeře: Teplý pokrm – stejný výběr dle oběda.

Studená večeře,

2. večeře: např. šunka, neochucená Lučina, slaný tvaroh, povolené druhy pečiva, povolená zelenina nebo ovoce.

5 Technologická úprava

Vaření, dušení a úprava v páře.

6 Další režimová doporučení

- **NEKUŘTE** po celou dobu diety
- **DODRŽUJTE PSYCHICKÝ A POHYBOVÝ KLID** týden před sběrem moči a v době sběru
- **SOLTE PRO VÁS V OBVYKLÉ MÍŘE** – během diety není vhodné omezovat solení, protože to ovlivňuje vylučování VMK i HIOK močí
- **NEUŽÍVEJTE ŽÁDNÉ LÉKY BEZ VĚDOMÍ LÉKAŘE,** který sběr moči ordinoval – při přípravě na sběr moči a v době sběru užívejte pouze ty léky, které Vám lékař předepsal ponechat v tomto období. Neužívejte bez vědomí lékaře ani volně prodejné léky (př. aspirin) a doplňky stravy

DIETA DIAGNOSTICKÁ NA VMK, HIOK

- **VYHNĚTE SE PROCHLADNUTÍ** – při vystavení chladu se zvyšuje hladina látek, které ovlivní výsledek testu
- **DOSTATEČNĚ PIJTE** – nedostatek tekutin během testování ovlivní výsledek testu

V případě dotazů kontaktujte nutričního terapeuta Všeobecné fakultní nemocnice v Praze.