



ПИТАНИЕ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ПОЧЕК

1. Потребление жидкости уменьшить до 1 л в сутки.
2. Ограничить содержание белков в пище.
3. Готовить без соли.
4. Питание дробное: 4-5 приемов пищи в день.
5. Пищу принимать обычной комнатной температуры.
6. Мясо и рыбу обязательно отваривать, суточная порция не более 100-150 г.
7. Калорийность диеты - 2700-2900 ккал. в сутки.

СПИСОК РАЗРЕШЕННЫХ И ЗАПРЕЩЕННЫХ ПРОДУКТОВ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ПОЧЕК:

● разрешено ● запрещено

Разрешенные продукты



Хлеб и хлебные изделия

Хлеб без соли, блины, оладья на дрожжах и без соли.

Запрещенные продукты

Хлеб обычной выпечки, мучные изделия с добавлением соли.



Молоко и молочные продукты

Молоко, сливки, кисломолочные напитки, сметана, кисломолочный сыр.

Твёрдый сыр



Солидагорен



Разрешенные продукты

Запрещенные продукты



Супы

Фруктовые супы, овощные супы, с крупой, картофелем.
Заправлять супы сливочным маслом, сметаной.
По вкусу добавлять: укроп, петрушку, уксус.

Супы на мясном, рыбном, грибном бульонах.
Супы из бобовых.



Мясо

Нежирная говядина, телятина, нежирная свинина, баранина, кролик, курица, индейка, отварной язык.
Отварные или запеченные, слегка обжаренные после отваривания.

Жирные сорта мяса.
Жареные и тушеные блюда без отваривания.
Колбасы, сосиски, мясные консервы и копчености.



Рыба

Нежирные сорта рыбы.
Отварная с последующим запеканием или легким обжариванием.

Жирные сорта рыбы. Соленая и копченая рыба. Икра, рыбные консервы.



Крупы и макаронные изделия

Рис, пшено, перловая, гречневая, кукурузная крупы, а также макаронные изделия.

Бобовые.





Разрешенные продукты



Овощи

Картофель и овощи в любой кулинарной обработке. Салаты из свежих овощей. Не солить.

Запрещенные продукты

Бобовые, лук, чеснок, редька, редис, щавель, шпинат. Соленые, маринованные и квашеные овощи, грибы.



Яйца

Желтки, добавляемые в блюда. Целые яйца можно есть до двух в день, но при условии, что в рационе уменьшить содержание мяса, рыбы или сыра.

Яйца сваренные вскрутью.



Жиры

Сливочное несолёное масло. Рафинированные растительные масла.

Свиное сало.



Соусы и специи

Томатные, молочные, сметанные, фруктовые и овощные сладкие и кислые соусы, подливы. Ванилин, корица, лимонная кислота, уксус.

Мясные, рыбные и грибные соусы. Перец, горчица, хрен.



Фрукты

Любые фрукты и ягоды в любом виде. Компоты, кисель, муссы, желе.



Сладости

Мёд, варенье, конфеты, фруктовое мороженое.

Шоколад і шоколадные изделия.



СОЛИДАГОРЕН – базовый препарат при воспалительных заболеваниях почек.

ВЗРОСЛЫМ И ДЕТЬЯМ СТАРШЕ 12 ЛЕТ

Принимать внутрь по 20-30 капель Солидагорен со 100-200 мл воды 3 раза в сутки.

Потребление жидкости в течение суток при приеме препарата Солидагорен должно составлять не менее 1,5-2 л. *

Длительность применения лекарственного средства определяется врачом и зависит от течения и тяжести заболевания. Если симптомы заболевания не уменьшаются, или возникают какие-либо побочные реакции, необходимо прекратить применение этого лекарственного средства и проконсультироваться с врачом.

*Инструкция по применению к препарату Солидагорен.

