

DIET RENDAH GARAM



Tujuan diet rendah garam :

Membantu menghilangkan retensi garam/air dalam jaringan tubuh dan menurunkan tekanan darah pada hipertensi.

Syarat diet :

- Cukup energi, kalori, protein, mineral dan vitamin
- Bentuk makanan disesuaikan dengan keadaan penyakit
- Jumlah Na yang diperbolehkan disesuaikan dengan berat ringannya retensi garam/air dan atau hipertensi

Macam diet dan indikasi :

- Diet rendah garam diberikan kepada penderita dengan odema atau hipertensi, yang sering ditemukan pada penderita : decompensation cordis, cirosis hepatitis, penyakit ginjal tertentu, toksemia pada kehamilan dan hipertensi essensial.
- Mengandung semua zat gizi tetapi rendah akan Na