

## Materiały edukacyjne

<b>ZALECENIA PIELĘGNIARSKIE DLA PACJENTÓW Z CHOROBYMI WĄTROBY</b>	<b>nr 25</b>
---	--------------

### Należy:

1. Regularne na wizyty w poradni chorób zakaźnych lub chorób wątroby.
2. Regularnie przyjmować leki (zgodnie ze zaleceniem lekarza).
3. Unikać stresu.
4. Prowadzić oszczędny tryb życia.
5. Aktywność fizyczna dostosować do możliwości organizmu.
6. Stosować dietę lekkostrawną z ograniczeniem tłuszczu.

Unikać fast – foodów, pokarmów ciężkostrawnych i wzdymających. Ograniczyć pokarmy zawierające kwas szczawiowy takich jak: szczaw, rabarbar, szpinak.

7. Spożywać regularne posiłki (5 posiłków dziennie).
8. Ponadto należy:
  - wyeliminować sól z diety,
  - unikać alkoholu w każdej postaci,
  - unikać napojów gazowanych,
  - ograniczyć kawę naturalną,
  - unikać palenia papierosów.