

Pacjenci, czy ich opiekunowie nie zawsze przywiązują należną wagę do prawidłowego żywienia - warto w zaleceniach, na poszpitalnej karcie informacyjnej, podkreślić znaczenie żywienia i dać precyzyjne zalecenia np.

Przykład zalecenia na karcie informacyjnej po leczeniu szpitalnym

„Dieta zbilansowana i kompletna pod względem odżywczym (węglowodany – 35-50%; tłuszcze – 30-50%, białko – 15-20%). Białko co najmniej 1,5g na kilogram należnej masy ciała. Energia co najmniej 30 kcal na kilogram rzeczywistej masy ciała u pacjentów z BMI poniżej 25. U pacjentów z BMI powyżej 25, energia 30 kcal na kilogram należnej masy ciała. W razie niemożności spożycia zalecanych ilości białka i energii w diecie należy rozważyć zastosowanie doustnych diet przemysłowych albo diet pitnych np. Fresubin Protein, Supportan etc. w ilości dwie butelki dziennie przez co najmniej dwa tygodnie, a najlepiej do momentu osiągnięcia zalecanego spożycia białka i energii w codziennej diecie.”

Najprostszy wzór na należną masę ciała to wzrost (cm) minus 100. Np. przy wzroście 172 cm, należna masa ciała do wyliczeń to 72 kg.

