

DIETA KLEIKOWA

ZASTOSOWANIE DIETY:

Dietę kleikową stosuje się w ostrych chorobach przewodu pokarmowego, wątroby, dróg żółciowych i pęcherzyka żółciowego, w chorobach nerek, chorobach zakaźnych oraz w stanach pooperacyjnych.

ZASADY DIETY

Klasyczna dieta kleikową składa się z kleików sporządzonych z kaszy jęczmiennej, ryżu i płatków owsianych, obok kleików podaje się gorzką herbatę, sucharki lub suszoną bułkę pszenną. Jest to dieta нефизjologiczna, typowo węglowodanowa, niskoenergetyczna. Stosuje się ją krótko 1 - 3 dni. Dłuższe stosowanie może doprowadzić do niedoborów pokarmowych.

Dietę kleikową można modyfikować przez dodatek cukru, masła, soli kuchennej, mleka, twarogu, rozgotowanych przetartych owoców, wywaru z warzyw, płynów garbnikowych, jak napar z suszonych czarnych jagód, kakao na wodzie. Działanie kleików na przewod pokarmowy zależy od rodzaju kaszy.

- Kleik jęczmienny działa obojętnie, a w niektórych przypadkach lekko wzdymająco.
- Kleik ryżowy działa zapierająco.
- Kleik z płatków owsianych ma działanie rozwalniające.
- Kleik z kaszy manny, wpływa obojętnie na czynność ruchową przewodu pokarmowego.

Klasyczna dieta kleikowa zawiera

Kalorie	1000 kcal
Białka	25 g
Tłuszczu	5 g
Węglowodanów	200 g
Wapnia	100mg
Żelaza	6 mg
Witaminy B1	0,2 mg
Witaminy B2	0,1 mg