

ZALECENIA DIETETYCZNE DLA PACJENTÓW Z ZAKAŻENIEM CLOSTRIDIUM DIFFICILE

Dr med. Paweł Grzesiowski

STOWARZYSZENIE HIGIENY LECZNICTWA

OŚRODEK BADAŃ I PRZESZCZEPIANIA MIKROBIOTY JELITOWEJ

02-776 Warszawa, ul. Nugat 3; tel: (22) 100 44 48; 667 590 282;

mail: biuro@fipz.edu.pl

WARSZAWA 23.06.2017

DIETA W ZAKAŻENIACH CLOSTRIDIUM DIFFICILE

OŚRODEK BADAŃ I PRZESZCZEPIANIA MIKROBIOTY JELITOWEJ

02-776 Warszawa, ul. Nugat 3; tel: (22) 100 44 48; 667 590 282; mail: biuro@fipz.edu.pl

INFORMACJA DLA SZPITALA I PACJENTA DOTYCZĄCA STOSOWANIA SPECJALISTYCZNEJ DIETY W ZAKAŻENIACH CLOSTRIDIUM DIFFICILE

AUTORYZACJA: Dr med. Paweł Grzesiowski (czerwiec 2017)

Od 2013 r. Ośrodek Badań i Przeszczepiania Mikrobioty Jelitowej w Warszawie pod patronatem Stowarzyszenia Higieny Lecznictwa realizuje Ogólnopolski Program Kompleksowej Terapii nawracających zakażeń *C. difficile* przy wykorzystaniu mikrobioty jelitowej oraz specjalistycznej diety.

Zabiegi prowadzone są we współpracy z różnymi ośrodkami w kraju ze skutecznością przekraczającą 90%.

Specjalna dieta została opracowana na podstawie własnych obserwacji ponad 120 pacjentów, we współpracy ze specjalistkami dietetyki klinicznej (dr Aleksandra Pituch-Zdanowska (Warszawski Uniwersytet Medyczny); mgr Bożena Rychwalska, Instytut Gruźlicy i Chorób Płuc, Warszawa).

DIETA W ZAKAŻENIACH CLOSTRIDIUM DIFFICILE

OŚRODEK BADAŃ I PRZESZCZEPIANIA MIKROBIOTY JELITOWEJ

02-776 Warszawa, ul. Nugat 3; tel: (22) 100 44 48; 667 590 282; mail: biuro@fipz.edu.pl

Przesłanką patofizjologiczną dla tej diety są wtórne zaburzenia trawienia i wchłaniania, które rozwijają się u pacjentów z zakażeniem *Clostridium difficile*. Z naszych doświadczeń wynika, że zastosowanie diety skraca czas trwania ostrego epizodu zakażenia, jak również zmniejsza częstość nawrotów.

Dieta zalecana jest podczas hospitalizacji, w czasie trwania ostrej fazy zakażenia, a następnie kontynuowana przez 1-3 miesiące po uzyskaniu remisji, niezależnie od zastosowanej metody leczenia (antybiotykoterapia, bioterapia mikrobiotą jelitową).

Okres utrzymania diety ustalany jest w zależności od liczby nawrotów, stopnia ciężkości uszkodzenia jelita oraz na podstawie indywidualnych reakcji na rozszerzanie diety.

W profilaktyce pierwotnej, przy przyjęciu pacjenta do szpitala i włączeniu antybiotykoterapii, zalecamy jak najwcześniejsze podanie probiotyku (szczep *Saccharomyces boulardi* lub/i *Lactobacillus rhamnosus*).

Probiotyki nie są skuteczne w leczeniu ostrego rzutu zakażenia, jak również nie zmniejszają

DIETA PO ZAKAŻENIU CLOSTRIDIUM DIFFICILE

OŚRODEK BADAŃ I PRZESZCZEPIANIA MIKROBIOTY JELITOWEJ

02-776 Warszawa, ul. Nugat 3; tel: (22) 100 44 48; 667 590 282; mail: biuro@fipz.edu.pl

1. Dieta lekkostrawna, normoenergetyczna, normobiałkowa, z ograniczeniem węglowodanów prostych, laktozy, białek mleka krowiego, glutenu oraz błonnika nierozpuszczalnego (surowe warzywa, surowe owoce).

- ograniczenie produktów zawierających cukry proste i dwucukry (cukier, słodycze, ciasta, wysokosłodzone dżemy, syropy owocowe, surowe słodkie owoce, cytrusy).
- ograniczenie produktów zawierających laktozę (mleko słodkie, mleko w proszku, mleko skondensowane) oraz fruktozę (słodkie owoce, sok Jabłkowy, gruszkowy, winogronowy)
- Ograniczenie produktów i potraw zawierających gluten oraz błonnik nierozpuszczalny np. otręby pszenne, pieczywo razowe, grube kasze, surowe owoce pestkowe (maliny, truskawki, agrest, porzeczki, śliwki, czereśnie).
- ograniczenie produktów o działaniu pobudzającym perystaltykę (mocna kawa, mocna herbata, napoje gazowane, pikantne przyprawy, buraki, papryka, szpinak).
- umiarkowane spożywanie pokarmów wzdymających (nasiona roślin strączkowych, kalafior, por, seler, orzechy, grzyby, suszone owoce (rodzynki, daktyle, figi).
- ograniczenie trudnostrawnych tłuszczów zwierzęcych (smalec, słonina, boczek).

DIETA PO ZAKAŻENIU CLOSTRIDIUM DIFFICILE

OŚRODEK BADAŃ I PRZESZCZEPIANIA MIKROBIOTY JELITOWEJ

02-776 Warszawa, ul. Nugat 3; tel: (22) 100 44 48; 667 590 282; mail: biuro@fipz.edu.pl

2. Wolno spożywać potrawy zawierające

- tłuszcze łatwostrawne takie jak: masło roślinne, oliwa z oliwek, oleje roślinne tłoczone na zimno
- ryż, kasza gryczana, kukurydziana, tapioka, jaglana z owsa, owsianka bezglutenowa,
- mąka ziemniaczana, gryczana, kukurydziana, ryżowa, amarantus, makarony, kluski, placki z tych mąk,
- ryby i chude mięso (drób, cielęcina, wołowina, królik), chude wędliny (szynka gotowana, polędwica, wędliny drobiowe, galaretki mięsne i rybne, jaja (nie na twardo)
- gotowane warzywa i owoce zawierające pektyny: marchew, banany, kalarepa, brokuły,

3. Do słodzenia można używać stewię, xylitol, miód w zależności od indywidualnej tolerancji

4. w niedoborach białka można stosować odżywki wysokobiałkowe (np. Protifar)

5. Zaleca się regularne spożywanie posiłków co 3 godziny, dokładne żucie, miksowanie warzyw, picie odpowiedniej ilości płynów.

5. Należy unikać antybiotykoterapii, w przypadku konieczności podania antybiotyku zawsze podać probiotyk (szczepy *Saccharomyces boulardii*, *Lactobacillus rhamnosus*)