

Nieplanowana wizyta w szpitalu

Poniżej znajdziesz wskazówki, które mogą okazać się pomocne w przypadku nieplanowanej wizyty w szpitalu.

Noś bransoletkę medyczną z informacją, że chorujesz na celiakię i potrzebujesz restrykcyjnej diety bezglutenowej. W przypadku niespodziewanej wizyty w szpitalu, personel medyczny będzie wiedział o Twojej chorobie nawet wtedy, kiedy Ty nie będziesz w stanie samodzielnie o tym poinformować.

Pomocne może okazać się wcześniejsze zorganizowanie pełnomocnictwa medycznego. Członek rodziny lub bliska osoba może poinformować personel medyczny o Twoich potrzebach dotyczących diety bezglutenowej.

Gdy zostałeś przyjęty już na oddział, a Twój stan zdrowia na to pozwala, skontaktuj się z dietetykiem szpitalnym w celu poinformowania o tym, że musisz przestrzegać diety bezglutenowej. Jeśli jesteś zbyt osłabiony, by samodzielnie to zrobić, poproś członka rodziny lub opiekuna, który jest świadomy Twoich preferencji żywieniowych, aby podjął tę inicjatywę.

Co zrobić, kiedy na oddziale nie ma dietetyka?

W wielu szpitalach dietetycy pracują bezpośrednio na oddziałach, dostosowując dietoterapię do potrzeb pacjentów. Zdarzyć się może jednak, że dostępność dietetyka będzie ograniczona. W przypadku braku możliwości skorzystania z pomocy specjalisty ds. żywienia, warto porozmawiać z pielęgniarką oddziałową. Skontaktuje się ona z działem żywienia i przekaże informacje dotyczące indywidualnych potrzeb, poprzez wysłanie meldunków żywieniowych. Współpraca ta może być kluczowa w zapewnieniu odpowiedniej opieki żywieniowej.

Akcja społeczna: Wsparcie szpitali dieta bezglutenowa wspiera szpitale i osoby na diecie bezglutenowej, w tym pacjentów z celiakią. Celem jest dostarczenie wiedzy umożliwiającej skuteczne stosowanie diety bezglutenowej w placówkach medycznych.

Dołącz do akcji społecznej, użyj hashtagów:

#WsparcieSzpitaliDB

#BezglutenowySzpital



Zeskanuj kod i sprawdź szczegóły!



Organizator

dr Wioleta Zysk
spec. ds. diety
bezglutenowej,
celiakii



Zaangażowanie specjalistyczne

mgr Krzysztof Farbotnik
dietetyk

mgr Magdalena Kosak
dietetyk



Kontakt

biuro@wioletazysk.pl



PORADNIK DLA PACJENTÓW

Chorych na celiakię
i inne choroby
glutenozależne

W sytuacji, gdy chorujesz na celiakię lub inną chorobę glutenezależną i konieczna jest wizyta w szpitalu, kluczowym elementem zapewnienia sobie odpowiedniej diety jest skuteczna komunikacja z personelem medycznym. W tym poradniku znajdziesz ważne wskazówki, które ułatwią Ci skuteczną komunikację z personelem medycznym, pracującym w szpitalu.

Gdy otrzymasz swój posiłek

- ✓ Upewnij się, że pracownicy szpitala wiedzą o tym, że chorujesz na celiakię lub inną chorobę glutenezależną i musisz stosować dietę bezglutenową.
- ✓ Sprawdź opis, aby upewnić się, że posiłek jest oznaczony jako *bezglutenowy*.
- ✓ Zrób krótką obserwację i sprawdź czy inni pacjenci nie mają takiego samego dania czy składnika np. chleba, jak ty. Jeśli tak, dopytaj o to.
- ✓ W przypadku produktów budzących wątpliwości co do zawartości glutenu, poproś o szczegółowe informacje dotyczące składników dania.
- ✓ Dopytaj czy użyte przyprawy były bezglutenowe.

Wskazówki przed planowanym pobytem w szpitalu

Skontaktuj się ze szpitalem z wyprzedzeniem

Przed datą planowanej hospitalizacji warto skontaktować się z sekretariatem lub działem żywienia, aby sprawdzić dostępność dań bezglutenowych oraz procedur związanych z żywieniem bezglutenowym w placówce. Jeśli produkcją i dystrybucją potraw w szpitalu zajmuje się firma cateringowa, skontaktuj się z pielęgniarką oddziałową lub dietetykiem oddziałowym. Zapytaj o dietę bezglutenową, w tym o jej dostępność już pierwszego dnia.

Zabierz własne jedzenie

Dowiedz się, czy możesz przynieść własne posiłki bezglutenowe i czy istnieje bezpieczne, odpowiednie miejsce do jego przechowywania. Oznacz produkty żywnościowe swoimi danymi oraz numerem sali szpitalnej. Na oddziale szpitalnym powinien być dostęp do lodówki dla pacjentów. Pamiętaj, że w lodówce przechowywane są również produkty innych pacjentów. W celu uniknięcia ewentualnego zanieczyszczenia glutenem, upewnij się, że Twoje produkty są właściwie zapakowane i oznaczone (np. etykietą *bezglutenowe*). Jeśli przyniesienie własnych produktów nie jest dozwolone, poproś o sprawdzenie i zweryfikowanie, czy każdy dostarczony Ci produkt/danie nie zawiera glutenu. Zapytaj o to, czy przygotowanie posiłku odbywa się w miejscu wydzielonym od obszarów, gdzie istnieje ryzyko zanieczyszczenia glutenem.

W przypadku problemów z dostępem do posiłków bezglutenowych w szpitalu

Natychmiast poinformuj lekarza, pielęgniarkę oddziałową lub dietetyka oddziałowego, że wymagasz diety bezglutenowej. Poproś lekarza o wypisanie zalecenia medycznego dotyczącego diety bezglutenowej.

Poproś o rozmowę z dietetykiem lub kierownikiem ds. żywienia. Dietetyk może pomóc w wyborze odpowiednich dań z menu oraz przekazać Twoje potrzeby do działu gastronomicznego.

Zapytaj o procedury obowiązujące w szpitalnej kuchni, mające na celu zapobieganie zanieczyszczeniu krzyżowemu glutenem żywności bezglutenowej.

Dowiedz się, kto jest odpowiedzialny za zatwierdzanie żywności „bezglutenowej”. Zrób dla siebie listę, która będzie Ci przypominać, o jakie produkty spożywcze warto poprosić w trakcie pobytu.

Wybieraj proste, naturalnie bezglutenowe potrawy

W przypadku braku dostępnego menu bezglutenowego, należy wybierać proste i naturalnie bezglutenowe potrawy. Skup się na opcjach takich jak owoce, warzywa, gotowane jajka, jogurt naturalny, mięso, kurczak, ryby, ziemniaki, itp. Warto jednak być ostrożnym w przypadku ryżu, kaszy, naturalnie bezglutenowych produktów, ponieważ mogą one zawierać śladowe ilości glutenu. Osoby z celiakią i chorobami glutenezależnymi powinny unikać spożycia naturalnie bezglutenowych produktów oznaczonych sformułowaniem *może zawierać śladowe ilości glutenu*.