



WSPARCIE SZPITALI DIETA BEZGLUTENOWA PORADNIK DLA PACJENTÓW

Rozpoczynamy akcję społeczną, której celem jest udzielenie wsparcia szpitalom oraz pacjentom z chorobami glutenozależnymi.

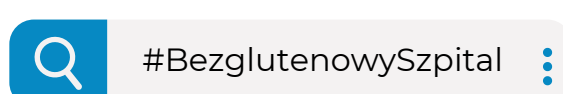
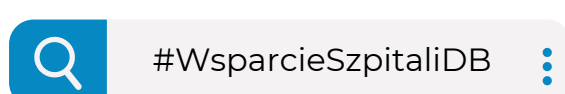
Chcielibyśmy zwrócić uwagę na unikalne potrzeby osób z celiakią oraz innymi chorobami glutenozależnymi, jak również ułatwić placówkom medycznym dostosowanie się do tych wymagań.

Poprzez nasze działania, dążymy do stworzenia środowiska, w którym pacjenci chorujący na choroby glutenozależne otrzymają właściwą opiekę żywieniową i w którym personel medyczny będzie czuł się pewny swoich działań i gotowy, aby sprostać specjalnym potrzebom żywieniowym pacjentów.

Przyłącz się do tej inicjatywy, która ma na celu polepszenie standardów opieki nad pacjentami z celiakią w szpitalach oraz zapewnienie wsparcia personelowi medycznemu na temat diety bezglutenowej.

Co możesz zrobić?

Dołącz do akcji i udziel wsparcia poprzez użycie hashtagów...



Organizatorem akcji „Wsparcie Szpitali Dieta Bezglutenowa” jest:
dr Wioleta Zysk, specjalistka ds. diety bezglutenowej, celiakii.

Kontakt: biuro@wioletazysk.pl

Wsparcie specjalistyczne stanowią:
mgr Krzysztof Farbotnik, dietetyk kliniczny
mgr Magdalena Kosak, dietetyk kliniczny



Zeskanuj i dowiedz się więcej!

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 szpitala.

WSKAZÓWKI PRZED PLANOWANYM POBYTEM W SZPITALU

SKONTAKTUJ SIĘ ZE SZPITALEM Z WYPRZEDZENIEM

Przed datą planowanej hospitalizacji nawiąż kontakt ze szpitalem. Skontaktuj się sekretariatem lub działem żywienia, aby dowiedzieć się o dostępności dań bezglutenowych oraz procedur związanych z żywieniem bezglutenowym w placówce. Jeśli produkcją i dystrybucją potraw w szpitalu zajmuje się catering, skontaktuj się z pielęgniarką oddziałową lub dietetykiem oddziałowym. Zapytaj o dietę bezglutenową, czy będzie ona zapewniona już pierwszego dnia pobytu.

ZABIERZ WŁASNE JEDZENIE

Dowiedz się, czy możesz przynieść własne produkty bezglutenowe, jak również czy istnieje bezpieczne miejsce do jego przechowywania. Oznacz produkty żywnościowe swoim imieniem, nazwiskiem i numerem sali szpitalnej. Na oddziale szpitalnym powinien być dostęp do lodówki dla pacjentów. Pamiętaj, że w lodówce przechowywane są również produkty innych pacjentów. Upewnij się, że Twoje produkty są właściwie zapakowane oraz oznaczone (np. etykietą *bezglutenowe*) w celu uniknięcia ewentualnego zanieczyszczenia glutenem.

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 placówkach szpitalnych, schemat żywienia pacjenta jest zwykle indywidualnie dostosowywany do rodzaju choroby, z jaką pacjent się zmagają.

Decyzja o samodzielnym żywieniu pacjenta podczas hospitalizacji jest zależna od wielu czynników. Ostateczna decyzja zależy od wskazań lekarza, który oceni, czy pacjent może spożywać inne rodzaje posiłków i w jakim zakresie. Warto podkreślić, że pacjent powinien konsekwentnie stosować się do zaleceń lekarza oraz przestrzegać diety, która została mu wskazana, co wpływa na efektywność procesu leczenia. Niemniej jednak, każdy pacjent ma możliwość rezygnacji z żywienia szpitalnego. Należy jednak pamiętać, że żywienie szpitalne jest obowiązkowe, a zrezygnowanie z niego wymaga złożenia specjalnego oświadczenia. Po złożeniu takiego dokumentu szpital nie ponosi już odpowiedzialności za dostarczanie posiłków, a pacjent jest zobowiązany do zapewnienia sobie własnych dań. W przypadku zagrożenia życia, np. z powodu niedożywienia, lekarz ma obowiązek udzielenia pomocy, jak również może narzucić konieczność stosowania żywienia szpitalnego.

#WsparcieSzpitaliDB #BezglutenowySzpital

W PRZYPADKU BRAKU DOSTĘPU PRODUKTÓW I DAŃ BEZGLUTENOWYCH W SZPITALU

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

Zgłoś potrzebę rozmowy z dietetykiem lub kierownikiem działu żywienia. Dietetyk może Ci 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 produkty spożywcze, o które warto poprosić w trakcie pobytu.

KIEDY 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.

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 być ostrożnym w przypadku ryżu, kaszy, naturalnie bezglutenowych produktów, ponieważ mogą one zawierać śladowe ilości glutenu. Osoby z celiakią powinny unikać spożycia naturalnie bezglutenowych produktów oznaczonych *sformułowanie może zawierać śladowe ilości glutenu*.

Poproś również o przygotowanie potraw bezglutenowych oddzielnie od innych potraw, na czystym blacie, sprzęcie kuchennym lub folii. Wspomnij personelowi o tym, że mąka pszenna unosząca się w powietrzu może zanieczyścić bezglutenowe produkty. Warto również poprosić o dania bez przypraw, ponieważ zwykłe przyprawy mogą w swoim składzie zawierać gluten.

#WsparcieSzpitaliDB #BezglutenowySzpital

JEŻELI TWOJA WIZYTA W SZPITALU JEST NIEPLANOWANA

Noś bransoletkę medyczną z informacją o tym, że chorujesz na celiakię oraz stosujesz restrykcyjną dietę bezglutenową. 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 szpitala o Twoich potrzebach dotyczących diety bezglutenowej.

Gdy zostałeś przyjęty już na oddział, a Twój stan zdrowia na to pozwala, zalecamy skontaktowanie 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. Warto zdawać sobie sprawę, że nie wszyscy pracownicy mogą być równie dobrze zaznajomieni z dietą bezglutenową. Dlatego zaleca się bezpośrednią rozmowę z dietetykiem, aby zapewnić, że Twoje potrzeby żywieniowe są jasne i zostaną właściwie uwzględnione.

Przeznacz tę informację każdej osobie odpowiedzialnej za Twoją opiekę podczas pobytu w szpitalu. Ważne jest, aby wszyscy wiedzieli, że zależy Ci na tym, abyś mógł spokojnie zrezygnować z glutenu i mieć pewność, że wszelkie zmartwienia związane z tym aspektem będą skutecznie rozwiązane.

CO ZROBIĆ KIEDY NA ODDZIALE NIE MA DIETETYKA?

W wielu szpitalach dietetycy pracują bezpośrednio na oddziałach, dostosowując dietoterapię do potrzeb pacjentów. Zdarza się jednak, że dostępność dietetyka jest ograniczona.

W przypadku braku możliwości skorzystania z pomocy dietetyka, warto skontaktować się z pielęgniarką oddziałową. Komunikuje się ona z działem żywienia i przekazuje informacje dotyczące potrzeb żywieniowych pacjentów poprzez wysyłanie meldunków żywieniowych. Współpraca z pielęgniarką oddziałową może być kluczowa w zapewnieniu odpowiedniej opieki żywieniowej, nawet w przypadku braku bezpośredniego udziału dietetyka na oddziale.



**PAMIĘTAJ, ŻE OTWARTA I JASNA KOMUNIKACJA JEST
KLUCZOWA, ABY ZAPEWNIĆ SOBIE BEZPIECZNĄ I ZGODNĄ
Z DIETĄ OPIEKĘ PODCZAS POBYTU W SZPITALU!**

#WsparcieSzpitaliDB #BezglutenowySzpital