

Προφυλάξεις σχετικά με τη διατροφή σε περίπτωση μεταμόσχευσης μυελού των οστών για νοσηλευόμενους ασθενείς: πληροφορίες για οικογένειες

Το παρόν ενημερωτικό δελτίο εξηγεί τις προφυλάξεις σχετικά με τη διατροφή που πρέπει να λαμβάνονται όταν το παιδί σας είναι νοσηλευόμενος ασθενής που υποβάλλεται σε μεταμόσχευση μυελού των οστών. Η διατροφή σε περίπτωση μεταμόσχευσης μυελού των οστών δεν είναι πολύπλοκη αλλά περιορίζει την κατανάλωση ορισμένων τροφών. Υπάρχουν επίσης ορισμένες οδηγίες που πρέπει να τηρούνται κατά την παρασκευή και το μαγείρεμα του φαγητού.

Κατά τη διάρκεια της μεταμόσχευσης του μυελού των οστών, ο μυελός των οστών του παιδιού σας καταστρέφεται από υψηλές δόσεις χημειοθεραπείας ή/και ακτινοθεραπείας και μειώνεται η ικανότητα καταπολέμησης των λοιμώξεων. Πολλές τροφές περιέχουν μικρές ποσότητες μικρο-οργανισμών, όπως βακτήρια ή μυκητιάσεις που είναι συνήθως αβλαβείς, αλλά κατά τη διάρκεια της περιόδου μεταμόσχευσης συνιστάται η μείωση της συνολικής ποσότητας μικροβίων.

Το παιδί σας μπορεί να τρώει όλες τις τροφές από το νοσοκομειακό τρόλει. Όλα τα γεύματα θα παρασκευάζονται στην κουζίνα του νοσοκομείου από εκπαιδευμένο μάγειρα. Θα μπορείτε να επιλέγετε τα γεύματα του παιδιού σας καθημερινά. Είναι δυνατή η παρασκευή κολατσιού στην κουζίνα του θαλάμου τηρώντας τις οδηγίες. Τα ζεστά φαγητά δεν θα πρέπει να παραμένουν εντός του δωματίου για πάνω από 45 λεπτά και τα κρύα φαγητά για τέσσερις ώρες.

Επίσης, θα πρέπει να τηρείτε τις παρακάτω οδηγίες:

| Τροφές που πρέπει να αποφεύγονται | → | Εναλλακτικές τροφές |
|--|---|--|
| Κρέατα Ωμό ή όχι καλά ψημένο κρέας και πουλερικά Καπνιστά ή αλλαντικά, όπως προσούτο Πάρμας ή σαλάμι Πατέ | → | Καλά ψημένο κρέας και πουλερικά Κρύα κρέατα συσκευασμένα σε κενό αέρος, όπως γαλοπούλα ή ζαμπόν Κρέατα σε κονσέρβα Παστεριωμένο πατέ ή πολτός σε κονσέρβες ή βάζα |
| Ψάρι Ωμό, καπνιστό ή ελαφρά ψημένο ψάρι, όπως σούσι ή καπνιστός σολομός | → | Καλά ψημένο ψάρι |
| Αβγά Ωμά ή μελάτα αβγά, όπως σε σπιτική μαγιονέζα, μους, σάλτσες ή μαρέγκες | → | Καλά βρασμένα αβγά, μαγιονέζα, μους, σάλτσες ή μαρέγκες που έχουν αγοραστεί από κατάστημα Άλλα προϊόντα που παρασκευάζονται από παστεριωμένα αβγά |
| Γάλα και γαλακτοκομικά προϊόντα Όλα τα μη παστεριωμένα γαλακτοκομικά | → | Οποιοδήποτε παστεριωμένα γάλα, γάλα σόγια, |

| | |
|---|---|
| <p>προϊόντα, όπως μη παστεριωμένα τυριά, συμπεριλαμβανομένης παρμεζάνας, γάλα που πωλείται από τοπικές φάρμες Μπλε τυρί όπως το δανέζικο μπλε τυρί ή το στίλτον Μαλακά ώριμα τυριά, όπως μπρι, καμαμπέρ, κατσικίσιο τυρί, πανίρ και λάμπνα Προβιοτικά, ενεργά ή βιολογικά προϊόντα, όπως ενεργά γιαούρτια, προβιοτικά πρόσθετα ή ροφήματα Μαλακό παγωτό που πωλείται από φορηγάκι με παγωτά, όπως το Mr Whippy®</p> | <p>γάλα από το Τζέρσεϋ, μακράς διάρκειας γάλα και προϊόντα τυριών Συσκευασμένα σε κενό αέρος παστεριωμένα και σκληρά τυριά, όπως τσένταρ και ένταμ Επεξεργασμένα τυριά, όπως Dairylea® , Kraft®, Philadelphia® και χαλούμι Παστεριωμένα γιαούρτια σκέτα ή με φρούτα, όπως παχύ και κρεμώδη γιαούρτια ή ελληνικά γιαούρτια ή προϊόντα γιαουρτιού όπως το lassi Εμπορικό παγωτό που είναι ξεχωριστά συσκευασμένο σε μερίδες</p> |
| <p>Λαχανικά Λαχανικά που δεν είναι ξεφλουδισμένα, συμπεριλαμβανομένων σαλατικών, γεμιστών αμπελόφυλλων, φατούς και ταμπουλέ Λαχανικά που έχουν χαλάσει ή ωριμάσει υπερβολικά → Μη παστεριωμένος ή φρεσκοστυμμένος χυμός φρούτων ή λαχανικών ή smoothies που περιέχουν λαχανικά που δεν μπορούν να ξεφλουδιστούν</p> | <p>Καλής ποιότητας λαχανικά που είναι καλά μαγειρεμένα ή ξεφλουδισμένα Μακράς διάρκειας χυμοί φρούτων και λαχανικών που πωλούνται σε χάρτινες ή γυάλινες συσκευασίες Παστεριωμένα smoothies</p> |
| <p>Φρούτα Μη ξεφλουδισμένα φρούτα Ωμά ξερά φρούτα όπως λωτοί ή σταφίδες και προϊόντα που τα περιέχουν, όπως μούσλι Φρούτα που έχουν χαλάσει ή ωριμάσει υπερβολικά → Μη παστεριωμένος ή φρεσκοστυμμένος χυμός φρούτων ή λαχανικών ή smoothies που περιέχουν φρούτα που δεν μπορούν να ξεφλουδιστούν</p> | <p>Καλής ποιότητας φρούτα που είναι καλά μαγειρεμένα ή ξεφλουδισμένα Μακράς διάρκειας χυμοί φρούτων και λαχανικών που πωλούνται σε χάρτινες ή γυάλινες συσκευασίες Παστεριωμένα smoothies Φρούτα σε κονσέρβα ή μαγειρεμένα ξηρά φρούτα όπως σε γλυκά, κέικ ή μπάρες δημητριακών</p> |
| <p>ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Δεν επιτρέπεται το γκρέιπ-φρούτ καθώς μπορεί να επηρεάσει τα επίπεδα κυκλοσπορίνης</p> | |
| <p>Βότανα και καρυκεύματα Μη μαγειρεμένα βότανα, μπαχαρικά και πιπέρι</p> | |
| <p>Ροφήματα Μη πόσιμο νερό, εμφιαλωμένο μεταλλικό νερό ή νερό πηγής, νερό από πηγάδια, →</p> | <p>Παγωμένο βρασμένο νερό Αποστειρωμένο νερό, όπως το Farley's® ή το</p> |

| | |
|---|----------|
| ψύκτες | Aquasol® |
| Ξηροί καρποί Όλοι οι ξηροί καρποί ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Η Υπηρεσία Προτύπων Τροφίμων συνιστά την αποφυγή ολόκληρων ή τεμαχισμένων ξηρών καρπών για τα παιδιά κάτω των πέντε ετών | |
| Μέλι Μη παστεριωμένο ή φρέσκο μέλι και κηρύθρα από φάρμα → Παστεριωμένο ή θερμικά επεξεργασμένο μέλι ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Η Υπηρεσία Προτύπων Τροφίμων δεν συνιστά την κατανάλωση μελιού από βρέφη κάτω των 12 μηνών | |
| Διάφορα Τροφές από πάγκους τύπου «μπουφέ» → Τα πακέτα θα πρέπει να τυλίγονται ξεχωριστά ή Τροφές ντελικατέσεν όπως ελιές, χούμους, γύρος και μπακλαβάς σε μερίδες μόνο στο θάλαμο | |

**Αν έχετε οποιοσδήποτε ερωτήσεις, παρακαλούμε
επικοινωνήστε με την ομάδα μεταμόσχευσης μυελού των
οστών
καλώντας το 020 7813 8584**

Συντάχθηκε από την ομάδα μεταμόσχευσης μυελού των οστών σε συνεργασία με την ομάδα ενημέρωσης παιδιών και οικογενειών.

Νοσοκομείο Great Ormond Street Hospital for Children - NHS Trust
Great Ormond Street
Λονδίνο WC1N 3JH
www.goshfamilies.nhs.uk www.childrenfirst.nhs.uk